

*PROGRAMMAZIONE DIDATTICA CLASSE I G A.S. 2023/24*

- Atletica: esercizi di attivazione e allungamento muscolare, preatletici, corsa di mezzofondo e fondo, tecnica della corsa.
- Pallavolo: esecuzione dei fondamentali servizio dal basso e dall'alto, palleggio, bagher, muro e schiacciata; schemi di attacco e di difesa; regolamento.
- Basket: esecuzione dei fondamentali palleggio, passaggio alto, al petto e dal basso, tiro e tiro libero; schemi di attacco e di difesa; regolamento.
- Calcio: esecuzione dei fondamentali del passaggio, del controllo palla e del tiro; posizionamento in campo e schemi di gioco; regolamento.
- Beach volley: esecuzione dei fondamentali servizio dal basso e dall'alto, palleggio, bagher, muro e schiacciata; schemi di attacco e di difesa; regolamento.
- Tennis: esecuzione dei fondamentali servizio, dritto, rovescio e schiacciata; gioco singolo e doppio; regolamento.
- Nuoto: basi delle nuotate a stile libero, dorso e rana; subacquea.

Prof. Marco Macherini