

Sede Centrale: Via Sostegno 41/10 - 10146 TORINO - tel: 011 7732013-7732014 fax: 011 7732014

Succursale: Via Postumia 57/60 - 10142 TORINO - tel: 011 7071984 fax: 011 7078256

e-mail: tops120003@istruzione.it

Cod. scuola TOPS120003 C.F. 80091280018 Codice univoco UFXDPQ

PROGRAMMA SVOLTO

Classe: 2Q LICEO SCIENTIFICO SCIENZE APPLICATE
SEDE CENTRALE (LI03)

Anno: 2023/2024

Docente: CASTELLUCCI ANTONIO

Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Data	Attività svolta
15/09/2023	Conoscenza della classe e presentazione attività.
25/09/2023	Riscaldamento, andature pre atletica, esercizi coordinativi. Circuito a navetta e gioco finale libero.
02/10/2023	Esercizi coordinativi con linee di riferimento. Funicella, provetest salto. Gioco finale.
09/10/2023	Test salto in lungo da fermi e salto triplo da fermi.
16/10/2023	Test 60mt velocità.
06/11/2023	Lez.1 calcio con istruttori
13/11/2023	Lez.2 calcio con istruttori.
20/11/2023	Lez.3 calcio
04/12/2023	Riscaldamento, pallavolo lavoro sui fondamentali.
11/12/2023	Esercizi di sviluppo della capacità di reazione
08/01/2024	Salto in alto, esercizi preparatori. Rincorsa e sforbiciata.
15/01/2024	Visione film "Eddie the eagle - Il coraggio della follia"
22/01/2024	Salto in alto.
29/01/2024	Salto in alto. Test verifica.
05/02/2024	Recuperi e fine test salto in alto.
11/03/2024	Riscaldamento a squadre. Gioco propedeutico allapallacanestro.
25/03/2024	Prova test 800mt
08/04/2024	Seconda prova test 800mt
15/04/2024	Ultima prova test 800.
15/04/2024	Pallavolo e calcio a 5
06/05/2024	Riscaldamento, stretching. Torneo calcio a 5 e pallavolo con 2A

13/05/2024	Prove Invalsi
20/05/2024	Riscaldamento e partite calcio a 5 e pallavolo.
27/05/2024	Torneo calcio a 5 e pallavolo con 2A.

Data: **30/05/2024**

Firma docente: **Antonio Castellucci**