

| PROGRAMMA SVOLTO | |
|------------------|------------------|
| MATERIA | SCIENZE MOTORIE |
| CLASSE - SEZIONE | 2B |
| DOCENTE | AGNELLI ELEONORA |

PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO

PRATICA

- Pallavolo: i fondamentali, le regole di gioco.
- Ultimate: i fondamentali, le regole di gioco.
- Resistenza: test 1000 metri.
- Salto della corda: test massimo numeri di saltelli in un minuto e coreografia individuale
- Nuoto

TEORIA

- Le dipendenze
- Le fasi dell'allenamento
- Capacità condizionali: Resistenza e forza

I sottoscritti Bedendo SIMONE e La Corte BEATRICE, studenti della classe 2^B dichiarano che in data 21/05/2022 è stato sottoposto alla classe il programma effettivamente svolto di scienze motorie.

F.to
Bedendo SIMONE

F.to
La Corte BEATRICE

(Firme autografe sostituite a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, comma 2 del decreto legislativo n.39/1993)

Erba, 21/05/2022

IL DOCENTE

Agnelli Eleonora

(Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, c. 2 del DLgs n.39/1993)

[da cancellare nell'originale su cui si firma a mano]