

POLOVALBOITE - A.S. 2022-2023

**PROGRAMMA FINALE DEL DOCENTE**

<b>DOCENTE</b> Sersen De Pol	<b>DISCIPLINA</b> Scienze Motorie e Sportive
<b>ISTITUTO</b> IPEOA	<b>CLASSE</b> I <sup>^</sup>
<b>MODULO: pallavolo</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ regolamento, fondamentali individuali e di squadra, gioco</li></ul>	
<b>MODULO: arrampicata sportiva</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ fondamentali dell'arrampicata sportiva</li></ul>	
<b>MODULO: acrosport</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ figure semplici e complesse</li></ul>	
<b>MODULO: basket</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ regolamento, fondamentali individuali , gioco</li></ul>	
<b>MODULO: frisbee</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ regolamento, fondamentali individuali e di squadra, gioco</li></ul>	
<b>MODULO: floorball</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ regolamento, fondamentali individuali e di squadra, gioco</li></ul>	
<b>MODULO: calcio a 5</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ regolamento, fondamentali individuali , gioco</li></ul>	
<b>MODULO: ju jitsu</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ dimostrazione</li></ul>	
<b>MODULO: attività di resistenza aerobica</b>	
Contenuti: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ test di cooper 12'</li></ul>	

Cortina d'Ampezzo, 15 maggio 2023