

PROGRAMMA FINALE DEL DOCENTE

DOCENTE: Barattin Fabio	DISCIPLINA: Scienze Motorie e Sportive
ISTITUTO: Liceo Classico	CLASSE 1^a
MODULO 1 - Attivazione generale	
<ul style="list-style-type: none"> - Esercizi di mobilità articolare e stretching - Esercizi di tonificazione muscolare - Esercizi di preatletismo 	
MODULO 2 - Giochi di squadra e regolamenti	
<ul style="list-style-type: none"> - Pallacanestro e Pallavolo - Pallamano e Rugby touch - Calciotto 	
MODULO 3 - Jiu-Jitsu	
<ul style="list-style-type: none"> - Tecniche fondamentali di autodifesa 	
MODULO 4 - Attività aerobica in ambiente naturale	
<ul style="list-style-type: none"> - Camminate: Serdes, Rifugio Senes, lago Mosigo, Weissensee in Austria 	
MODULO 5 - Educazione civica: “Educazione alla salute”	
<ul style="list-style-type: none"> - Aspetti salutistici dell’attività fisica 	

Il Docente

Prof. Fabio Barattin

Gli allievi rappresentanti di classe

Cortina d’Ampezzo, li 10.06.2023