

PROGRAMMA SVOLTO
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
A.S. 2017/2018
CLASSE V ASA
PROF. LUIGI ABETINI

- **Attività a carattere coordinativo**
- **Attività a carattere condizionale**
- **Attività di rielaborazione schemi motori di base**
- **Metodologie di prevenzione degli infortuni muscolari**
- **Gli esercizi preatletici**
- **Alimentazione e sport**
- **Le capacità motorie**

- **Sport di squadra ed individuali :**
- Pallavolo
- Pallacanestro
- Calcetto
- Nuoto
- Tennis tavolo
- Tennis
- Volano