

Istituto Magistrale "P.E.Imbriani"
Liceo Polivalente
Avellino
Liceo Linguistico

ANNO SCOLASTICO 2016/2017

Classe Sez. 3E L

PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE

- **Esercizi mobilizzazione, equilibrio, destrezza, velocità**
- **Esercizi per la resistenza, forza, velocità**
- **Esercizi di preatletica generale e specifica**
- **Esercizi di ginnastica con la musica e aerobica**
- **Giochi di squadra: pallavolo, cenni di pallacanestro**
- **Nozioni di pronto soccorso**
- **Nozioni di educazione stradale**
- **Nozioni di educazione alimentare**
- **Danza sportiva**
- **Tiro con arco**
- **Tennis tavolo**

Avellino, _____

LE ALUNNE

IL DOCENTE
