

PALLAVOLO

LA PALLAVOLO E' LO SPORT PIU' GIOCATO NELLE SCUOLE .

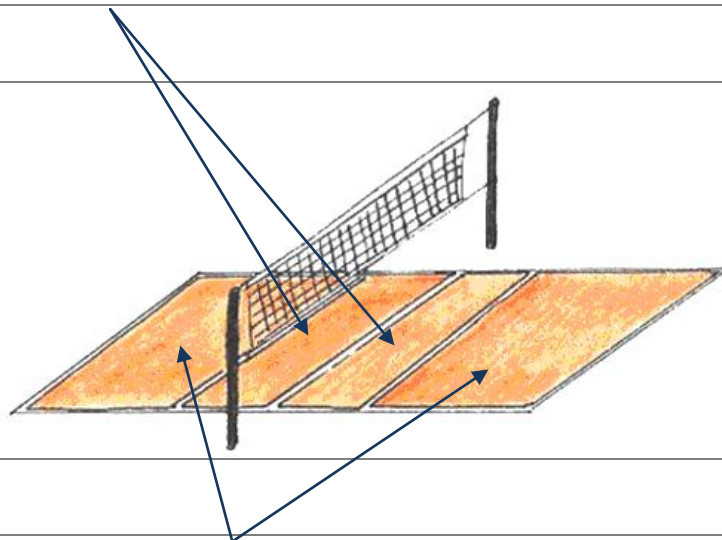


LA PALLAVOLO SI GIOCA CON 2 SQUADRE .

OGNI SQUADRA HA 6 GIOCATORI .



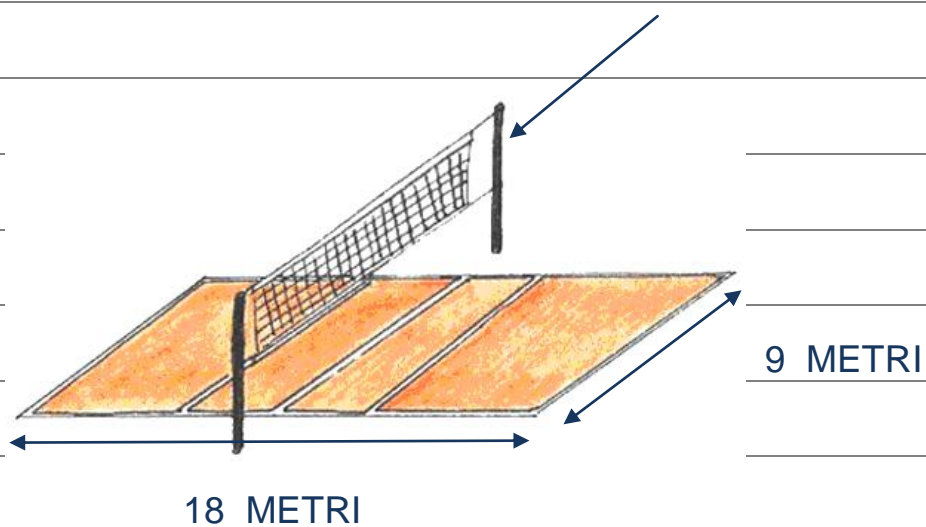
3 GIOCATORI SONO VICINO ALLA RETE ,



3 GIOCATORI SONO DIETRO .

IL CAMPO DA PALLAVOLO È LUNGO 18 METRI E LARGO 9 METRI .

È DIVISO IN 2 PARTI DA UNA RETE .



I FONDAMENTALI DELLA PALLAVOLO

PALLEGGIO



BAGHER



SERVIZIO O BATTUTA



SCHIACCIATA



MURO



LA GINNASTICA ARTISTICA



LA **GINNASTICA ARTISTICA** È UNA **DISCIPLINA** DELLA **GINNASTICA** .



LA **GINNASTICA ARTISTICA** È UNO SPORT DELLE **OLIMPIADI** E



DELLE **PARALIMPIADI** .



PUÒ ESSERE **FEMMINILE** O **MASCHILE** .



GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE E MASCHILE :

VOLTEGGIO

FEMMINILE

LO STRUMENTO

MASCHILE

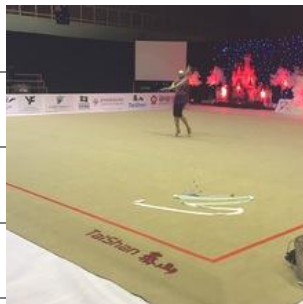


CORPO LIBERO

FEMMINILE

LO STRUMENTO

MASCHILE





GINNASTICA ARTISTICA SOLO FEMMINILE :

PARALLELE ASIMMETRICHE

LO STRUMENTO



L'ESERCIZIO



TRAVE DI EQUILIBRIO

LO STRUMENTO



L'ESERCIZIO





GINNASTICA ARTISTICA SOLO MASCHILE :

CAVALLO CON MANIGLIE

LO STRUMENTO

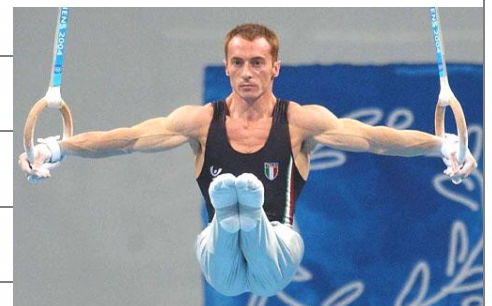
L'ESERCIZIO



ANELLI

LO STRUMENTO

L'ESERCIZIO



SBARRA

LO STRUMENTO

L'ESERCIZIO



PARALLELE SIMMETRICHE

LO STRUMENTO

L'ESERCIZIO



LA SCHERMA



LA **SCHERMA** CON IL **FIOPETTO** È UNO SPORT DELLE **OLIMPIADI**



E DELLE **PARALIMPIADI** .



LA **SCHERMA** CON IL **FIOPETTO** È UNA DISCIPLINA **FEMMINILE** E

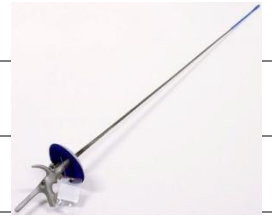


MASCHILE .



PER LA **SCHERMA** CON IL **FIORETTO** SERVONO :

IL **FIORETTO**



LA **MASCHERA**



LA **CORAZZETTA**



LA DIVISA



IL GIUBBETTO ELETTRICO



IL PASSANTE



IL GUANTO





NELLA SCHERMA CON IL FIORETTO I FONDAMENTALI SONO :



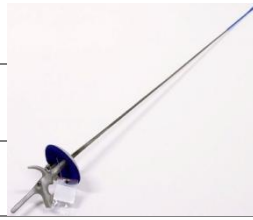
INVITO



ARMA IN LINEA



LEGAMENTO

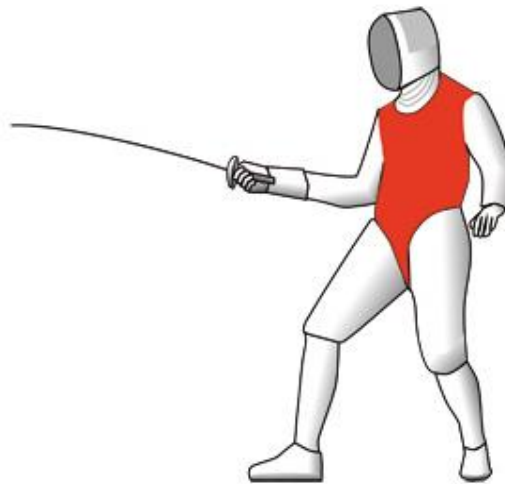


NELLA **SCHERMA** CON IL **FIORETTO** LA PARTE DEL CORPO DA



COLPIRE È QUELLA **COLORATA** .

FIORETTO



IL PATTINAGGIO



IL **PATTINAGGIO** È UNO SPORT DELLE **OLIMPIADI** E



DELLE **SPECIAL OLYMPICS**



IL PATTINAGGIO È UNO SPORT CHE SI FA CON I PATTINI AL POSTO



DELLE SCARPE .

CI SONO TRE (3) TIPI DI PATTINI .



A ROTELLE

IN LINEA

DA GHIACCIO



LE DISCIPLINE CON I PATTINI A ROTELLE SONO :

PATTINAGGIO ARTISTICO



HOCKEY SU PISTA





LE DISCIPLINE CON I PATTINI IN LINEA SONO :

PATTINAGGIO ARTISTICO IN LINEA



HOCKEY IN LINEA



PATTINAGGIO DI VELOCITÀ IN LINEA





LE DISCIPLINE CON I PATTINI DA GHIACCIO SONO :

PATTINAGGIO ARTISTICO SU GHIACCIO



HOCKEY SU GHIACCIO



PATTINAGGIO DI VELOCITÀ SU GHIACCIO



IL BASKET



IL **BASKET** È UNO SPORT DELLE **OLIMPIADI** , DELLE **PARALIMPIADI**



E DELLE **SPECIAL OLYMPICS** .



IL **BASKET** È UNO SPORT **FEMMINILE** E **MASCHILE** .



PER GIOCARE A **BASKET** SERVONO :



LA **PALLA** DA BASKET

IL **CANESTRO**

LUNGO 28 METRI

LARGO

15 METRI



IL **CAMPO** DA **BASKET**

2 **SQUADRE**





NEL **BASKET** BISOGNA TIRARE LA **PALLA** DENTRO AL **CANESTRO**



DELL'ALTRA **SQUADRA** .



IL **GIOCATORE** DEVE MUOVERSI NEL **CAMPO** PALLEGGIANDO .

EVENTUALE FOTO
DELLO STUDENTE

IO GIOCO A **BASKET** NEL **BASKIN PISTOIA** .

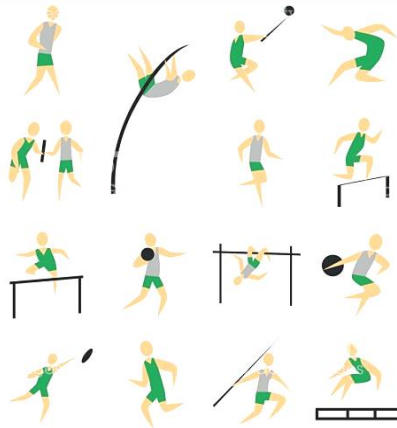


L'ATLETICA LEGGERA



L'ATLETICA LEGGERA

È UN INSIEME DI



DISCIPLINE SPORTIVE .



È UNO SPORT DELLE OLIMPIADI

DELLE



PARALIMPIADI

E DELLE



SPECIAL OLYMPICS

L'ATLETICA LEGGERA È UNO SPORT FEMMINILE



E

MASCHILE

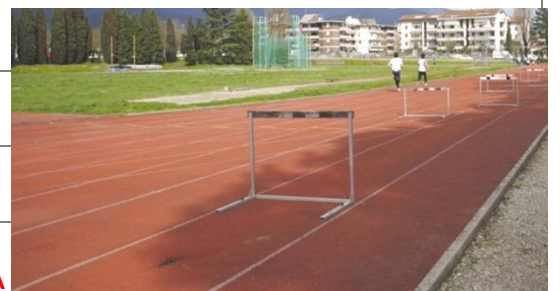


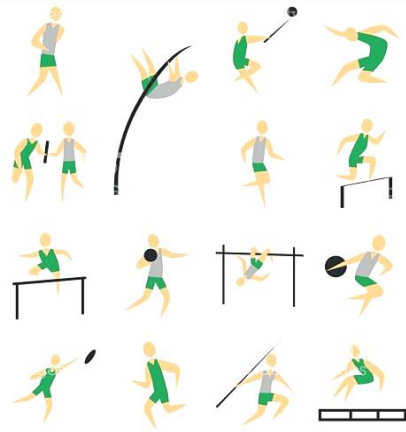
QUESTO È IL CAMPO DI ATLETICA



E

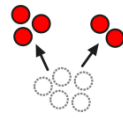
QUESTO È IL CAMPO DI ATLETICA DI PISTOIA





LE DISCIPLINE DELL'ATLETICA LEGGERA

SI DIVIDONO IN DUE GRUPPI :



1) **FORZA**

E VELOCITÀ

;

I MUSCOLI FANNO UN GRANDISSIMO SFORZO MA PER POCO TEMPO .



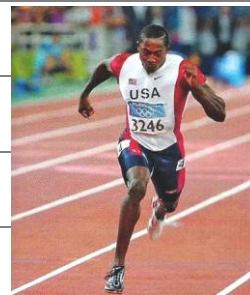
2) **RESISTENZA**

I MUSCOLI FANNO UNO SFORZO PER MOLTO TEMPO .

FORZA



E VELOCITÀ

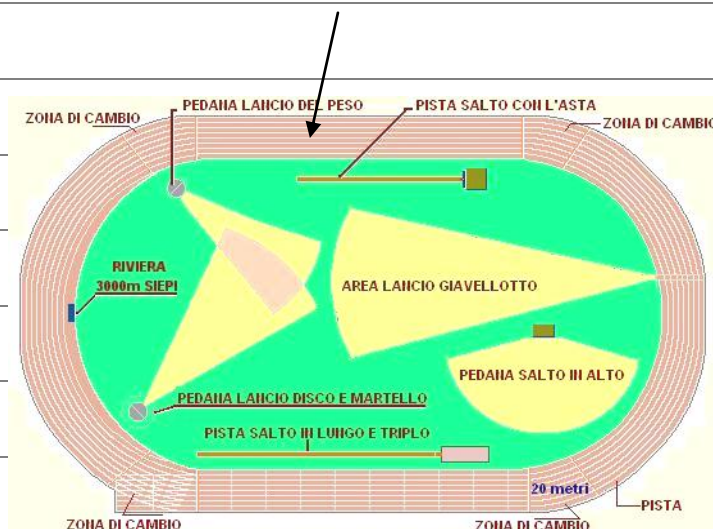


CORSA

100 METRI - 200 METRI - 400 METRI



LE **CORSE** SONO FATTE SULLA **PISTA** INTORNO AL **CAMPO** :



STAFFETTA



LA **STAFFETTA** SI GIOCA IN **SQUADRA**



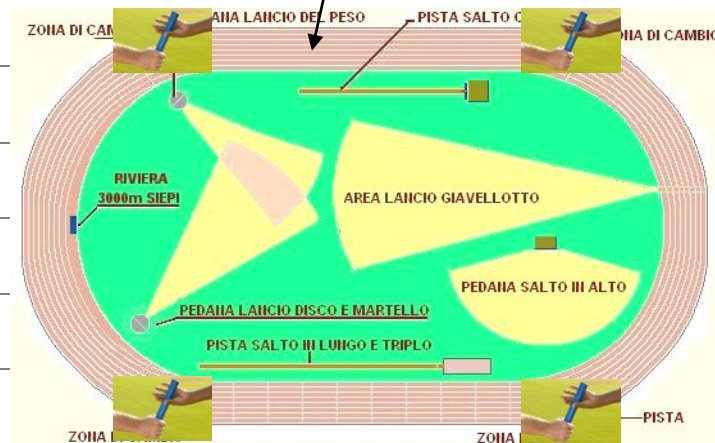
OGNI **SQUADRA** HA **4 ATLETI**

OGNI **ATLETA** DEVE PASSARE LA **STAFFETTA** AL **COMPAGNO** DELLA



SUA **SQUADRA**

LA STAFFETTA È FATTA SULLA PISTA INTORNO AL CAMPO :

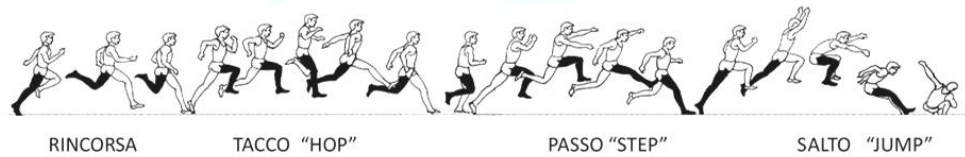
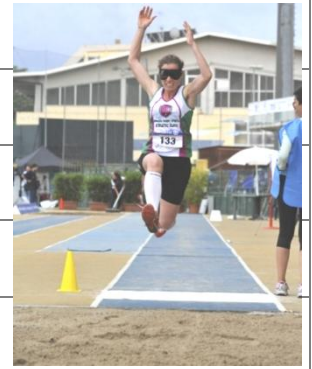


SALTO

SALTO IN ALTO



SALTO IN LUNGO



SALTO TRIPLO



SALTO CON L'ASTA



LANCIO

GETTO DEL PESO



ATLETICA SARA' FINITA DURANTE L'ESTATE