

# **Liceo Scientifico “Amedeo di Savoia” Pistoia**

**Programma svolto classe 2Bsp**

**Anno Scolastico 2019/2020**

**Docente: Prof.ssa Lottini Isabella**

## **Discipline sportive**

### **Parte pratica**

#### **Atletica: i salti**

- Salto in lungo, salto triplo, salto in alto, tecnica del salto con l’asta

#### **Pallavolo**

- I fondamentali individuali: palleggio, bagher, battuta, schiacciata, pallonetto, muro
- I fondamentali di squadra: la ricezione a semicerchio

#### **Tennis**

- Il diritto, il rovescio, il servizio

#### **Scherma**

- Esercizi a coppie di gioco in pedana

## **Parte teorica**

- L'atletica leggera: salto in alto, in lungo, salto triplo, salto con l'asta
- Approfondimenti monografici dei seguenti sport:
- Atletica: (corse e salti)
- Ginnastica Artistica
- Pattinaggio
- Tennis
- Scherma

**Letto, gli studenti della classe concordano**

Pistoia 10/06/2020

**La docente**

**Lottini Isabella**