

## **PROGRAMMA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE 3b ele**

**Prof. Terreni Antonella**

- *Il riscaldamento*
- *Esercizi di stretching e sbloccaggio articolare*
- *Giochi con le racchette*
- *Giochi sportivi: calcio, pallavolo e pallacanestro*
- *La postura dell'anziano e prevenzione*
- *Riflessioni sulla materia nel nostro ordinamento scolastico*
- *Lo scheletro*
- *I principali metodi di apprendimento*

*Empoli 30 maggio 2022*