

Calendario Attività Sportive Studentesche

Il piano prevede diverse attività per sviluppare abilità motorie, spirito di squadra e benessere fisico.

Attività con incontri bisettimanale con 2 docenti per un complessivo di ore cad/uno 30

01 /04/ 2025	Introduzione, briefing, riscaldamento e giochi di gruppo	3h
03/04/2025	Atletica leggera (corsa, salto in lungo, lancio del vortex)	2h
08/04/2025	Sport di squadra: Pallavolo (fondamentali e partite)	2h
10/04/2025	Sport individuali	2h
15/04/2025	Attività motoria e coordinazione: Percorsi a ostacoli	2h
29/04/2025	Basket (fondamentali, giochi e partita)	2h
06/05/2025	Ginnastica e stretching, yoga per la mobilità	2h
08/05/2025	Sport outdoor: Orienteering e giochi all'aperto	2h
13/05/2025	Calcio calcio a 5 (fondamentali, tecnica e minitornei)	2h
15/05/2025	calcio a 5 (fondamentali, tecnica e minitornei)	2h
20/05/2025	Allenamento funzionale e circuiti di forza	2h
22/05/2025	Sport misti: Rugby touch e ultimate frisbee	2h
27/05/2025	Torneo multisport (basket, pallavolo, calcio)	2h
29/05/2025	Giornata finale con staffette, giochi di squadra e premiazioni	3h

Tot. Ore 30

Questo calendario può essere adattato in base alle esigenze e alla disponibilità delle strutture scolastiche.

I Docenti

Ambrosio Angelo

Del Giudice Rosita