



Sistema di gestione per la Qualità UNI EN ISO 9001:2015	Modulo lavoro	Pagina 1 di 3	I. I. S. S. "E. VANONI" MENAGGIO 
	<b>Allegato ML 2-08 PROGRAMMA SVOLTO</b>		

ANNO SCOLASTICO	2023/2024
CLASSE	3L
MATERIA	Educazione Fisica
DOCENTE	Arrighi Aldo

#### ARGOMENTI SVOLTI

- 100 metri crono open
- 200 metri crono open
- 400 metri crono open
- 800 metri crono open
- Staffetta 3x100 metri crono open
- Test plank ad esaurimento
- Test addominali alla spalliera in 1'
- Test step in 1'
- Test corda durata
- Test 1000 metri su remoergometro
- Gara di tiro sui coni e a canestro
- Pattinaggio su pista ghiaccio a Menaggio
- Pallavolo
- Pallavolo con rimbalzo
- Pallapugno
- Dodgeball
- Pallabase
- Freesby
- Tennis tavolo
- Calcio al campo

EVENTUALI ARGOMENTI DI EDUCAZIONE CIVICA TRATTATI

Sistema di gestione per la Qualità UNI EN ISO 9001:2015	Modulo lavoro	Pagina 2 di 3	I. I. S.S. "E. VANONI" MENAGGIO 
	<b>Allegato ML 2-08 PROGRAMMA SVOLTO</b>	Versione 10 aprile 2024	

EVENTUALI ARGOMENTI DEL CURRICOLO DIGITALE TRATTATI

EVENTUALI ARGOMENTI INERENTI LE ATTIVITA' DI ORIENTAMENTO TRATTATI

Menaggio, 06 05 2024

FIRMA DEGLI ALUNNI

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

FIRMA DOCENTE

\_\_\_\_\_