

| | | | |
|---|--|-------------------------|---|
|  | SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO | PROGRAMMA SVOLTO | Cod. Mod. DS-005 |
| | I.I.S. PRIMO LEVI | | Pag. 1 di 2 Rev.00 01.09.2016 |

PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2017/2018

| | | | |
|--|-----------------------------------|-------------|------------------------------|
| DISCIPLINA: | SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE | | |
| CLASSE: 2 | SEZ. A SC.APP. | | PROF.SSA MARIA CUCCHI |
| | | INSEGNANTE: | |
| LIBRO DI TESTO: "PIU' MOVIMENTO" – FIORINI-BOCCHI-CORETTI-CHIESA-MARIETTI SCUOLA | | | |

1. ATTIVITÀ TEORICHE/PRATICHE:

| MODULI : | ATTIVITA' PRATICHE |
|----------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Test di valutazione delle capacità condizionali e coordinative : corsa di resistenza m.1000 corsa veloce m.30 salto in lungo da fermo piegamenti sugli arti superiori e trazioni alla sbarra lancio-ricezione della pallina. • Esercitazioni per il miglioramento della resistenza e della velocità. • Esercitazioni per il miglioramento della mobilità articolare a livello di tutte le articolazioni. • Esercizi di coordinazione segmentaria e globale a corpo libero. • Esercizi di stretching. • Ginnastica Artistica: verticale con appoggio alla spalliera e senza appoggio con capovolta. • Pattinaggio su Rotelle: tecniche di base, equilibrio su un soloarto e pattinata in curva. • Giochi di movimento: individuali, a coppie e a squadre. • Pallavolo: fondamentali individuali: il palleggio, il bagger ed in particolare studio della battuta dal basso. Gioco collettivo con il rispetto delle principali regole. • Pallacanestro : fondamentali individuali: palleggio,cambio di manoed in particolare studio del passaggio e del tiro in 3° tempo dal palleggio in corsa. Gioco collettivo con il rispetto delle principali regole. • Calcio: gioco collettivo con il rispetto delle principali regole. |

| | | | |
|---|---|-------------------------|------------------------------------|
|  | SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO <small>UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO</small> | PROGRAMMA SVOLTO | Cod. Mod. DS-005 |
| | I.I.S. PRIMO LEVI | | Rev.00 01.09.2016 |

| | |
|---|---------------|
| | |
| MODULI | TEORIA |
| <ul style="list-style-type: none"> •Ginnastica artistica: caratteristiche della disciplina ed in particolare studio della verticale. •Pallavolo: il gioco, il regolamento ed in particolare studio della battuta. •Pallacanestro: il gioco, il regolamento ed in particolare studio del passaggio e del tiro 3° tempo. | |

Torino, 04.06.2018

Il Docente

_____Maria Cucchi_____

I Rappresentanti di Classe
