

	<b>SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO</b> UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	<b>Cod. Mod.</b> <b>DS005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		<b>Pag. 1 di 2</b> <b>Rev.01</b> <b>23.05.2022</b>

## PROGRAMMA SVOLTO ANNO SCOLASTICO 2021/2022

<b>DISCIPLINA:</b>	<b>SCIENZE MOTORIE</b>
--------------------	------------------------

<b>CLASSE:</b>	<b>2</b>	<b>SEZ. D</b>	<b>INSEGNANTI:</b>	<b>CAVAGLIÀ FRANCESCO</b>
----------------	----------	---------------	--------------------	-------------------------------

**LIBRO DI TESTO: G. FIORINI, S. BOCCHI, S. CORETTI, E. CHIESA, PIÙMOVIMENTO, MARIETTI SCUOLA.**

### 1. ATTIVITÀ TEORICHE/PRATICHE:

<b>MODULO N. 1</b>	<b>TITOLO: SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE</b>
<p>ESERCIZI DI COORDINAZIONE GENERALE : ANDATURE, TRASFORMAZIONE, ESERCIZI PREATLETICI</p> <p>ESERCIZI DI COORDINAZIONE SPECIFICA: COMBINAZIONE, COORD. SPAZIO-TEMPORALE, DIFFERENZIAZIONE, EQUILIBRIO, FANTASIA MOTORIA, ORIENTAMENTO, CAPACITÀ DI RITMO</p> <p>ESERCIZI DI GIOCOLERIA CON L'UTILIZZO DI PALLONI E PALLINE DI PESO E DIMENSIONI DIFFERENTI</p> <p>CONOSCERE, SAPER UTILIZZARE E MIGLIORARE LA COORDINAZIONE</p>	
<b>MODULO N. 2</b>	<b>TITOLO: UTILIZZO E SVILUPPO DELLA FUNICELLA</b>
<p>GESTIONE E PIANIFICAZIONE DELLO SPAZIO</p> <p>SVILUPPO DELLA CAPACITÀ OCULO-SEGMENTARIA</p> <p>SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE SPECIFICHE</p>	

	<b>SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO</b> UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	<b>Cod. Mod.</b> <b>DS005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		<b>Rev.01</b> <b>23.05.2022</b>

**MODULO N.3                    TITOLO: TECNICA E TATTICA DELLA PALLAVOLO**

TUTTI I FONDAMENTALI DELLA TECNICA: PALLEGGIO, BAGHER, BATTUTA, SCHIACCIATA

SINTESI DELLE COMPONENTI TECNICO – TATTICHE

PRINCIPALI REGOLE E REGOLAMENTO DELLA DISCIPLINA

**MODULO N.4                    TITOLO: LO SVILUPPO DELLA PERFORMANCE INDIVIDUALE**

MUSCOLAZIONE GENERALE ESERCIZI A CORPO LIBERO

ATTIVITÀ' SVOLTE A REGIME AEROBICO

ATTIVITÀ' SVOLTE A REGIME ANAEROBICO ALATTACIDO

ATTIVITÀ' SVOLTE A REGIME ANAEROBICO LATTACIDO

ESERCIZI POSTURALI: RINFORZO E IMPORTANZA DELLA CORE STABILITY

SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE CONDIZIONALI: FORZA, VELOCITÀ E RESISTENZA

**MODULO N.5                    TITOLO: DISCIPLINE E GIOCHI SPORTIVI**

TUTTI I FONDAMENTALI DELLA TECNICA DELLE PRINCIPALI DISCIPLINE SPORTIVE :  
 PALLACANESTRO, PALLAVOLO, HITBALL, CALCIO A 5, TCHOUKBALL, POUILLBALL, TENNIS,  
 TENNISTAVOLO, ULTIMATE FRISBEE

REGOLE PRINCIPALI E REGOLAMENTO

**MODULO N. 6                    TITOLO: DISCIPLINE ATLETICHE**

ESERCITAZIONI FONDAMENTALI DELL'ATLETICA LEGGERA

PROPEDEUTICA DELLA CORSA AD OSTACOLI

	<b>SISTEMA DI GESTIONE INTEGRATO QUALITÀ-ACCREDITAMENTO</b> <small>UNI EN ISO 9001:2015 - MANUALE OPERATIVO ACCREDITAMENTO</small>	<b>PROGRAMMA SVOLTO</b>	<b>Cod. Mod.</b> <b>DS005</b>
	<b>I.I.S. PRIMO LEVI</b>		<b>Rev.01</b> <b>23.05.2022</b>

PROPEDEUTICA DELLE GARE DI SPRINT

PROPEDEUTICA DELLA PARTENZA DELLE CORSE DI VELOCITÀ

SALTO IN ALTO

MODULO N.	TITOLO: EDUCAZIONE CIVICA – DISABILITÀ E SPORT
VISIONE DEL FILM “RISING PHOENIX – LA STORIA DELLE PARALIMPIADI”	

## 2. ATTIVITÀ DI LABORATORIO:

ESERCITAZIONE N. 1	TITOLO:

ESERCITAZIONE N. 2	TITOLO:

ESERCITAZIONE N.	TITOLO:

ESERCITAZIONE N.	TITOLO:



Torino, 4/05/2022

I Docenti

*Giuseppe Cigli*

I Rappresentanti di Classe

*Davide Zorno*

*David Zorno*