



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Istituto di Istruzione Secondaria Superiore
"Alessandro Greppi"

Via dei Mille 27 – 23876 Monticello B.za (LC)
www.istitutogreppi.edu.it



Programma previsto/svolto a.s. 2022/2023

Classe 3SA

Materia: Scienze Motorie e Sportive

Professore: Sironi Mattia

Libri di testo adottati

Più Movimento G. Fiorini, S. Bocchi, S. Coretti, E. Chiesa

Argomenti che sono stati trattati nel corso dell'a.s.

-Elementi di ginnastica artistica: volteggi con Il trampolino elastico

-Resistenza: corsa resistente in pista ed in ambiente naturale

-Sport di squadra: Pallacanestro
I fondamentali di squadra. 5vs5

-Acrosport

-L'apparato cardiocircolatorio

-L'apparato respiratorio