



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 svolto a.s. 22/23

Classe 2 LA

Materia: SMS

Professoressa: PUCCIARELLI ENRICA

Libri di testo adottati

"PIU' MOVIMENTO"

G.Fiorini- S.Bocchi DeA scuola

Argomenti che sono stati trattati nel corso dell'a.s.2022/23

SECONDO ANNO

| AREA TEMATICA / NUCLEO | ARGOMENTI TRATTATI | CONTENUTI |
|---|---|--|
| Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive | Elementi di ginnastica artistica Resistenza: esercitazioni per migliorarla Esercizi alle Spalliere Balli Country | Il corpo in relazione allo spazio e il tempo Il ritmo Percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo. Padronanza degli schemi motori di base e sviluppo delle capacità motorie |
| Lo sport, le regole , il fair play | Atletica: tecnica e didattica del Corsa Sport di squadra: Pallavolo i fondamentali individuali Basket fondamentali | Conoscenza delle attività sportive individuali e di squadra Conoscenza delle principali regole degli sport praticati Conoscenza delle principali tecniche ed elementi tattico strategici |

| | | |
|---|--|--|
| | individuali Sport: Badminton | Conoscenza e utilizzo di un linguaggio specifico Arbitraggio ai tornei interni degli sport praticati Cenni di storia dello Sport |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione | Alimentazione L'alimentazione nello sport | Elementi di educazione alimentare Come rifornirsi nel pre , durante e post allenamento/gara |
| Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico | Arrampicata “ USCITA SPORTIVA” | Uscita didattica presso BRUGHERIO BIG W. |