



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](http://www.istitutogreppi.edu.it)



Programma svolto a.s. 22/23  
Classe 3 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.22/23

### TERZO ANNO

| AREA TEMATICA /<br>NUCLEO   | ARGOMENTI<br>TRATTATI  | CONTENUTI  |
|---|--|--|
| Percezione di sé e<br>completamento dello<br>sviluppo funzionale<br>delle capacità motorie ed<br>espressive | Elementi di ginnastica<br>artistica: trave<br>Resistenza: esercitazioni<br>per migliorarla<br>Balli Country<br>Balli Lindy HOP             | Il corpo in relazione allo spazio e il<br>tempo<br>Il ritmo<br>Percepire e interpretare le sensazioni<br>relative al proprio corpo.<br>Padronanza degli schemi motori di base<br>e sviluppo delle capacità motorie   |
| Lo sport, le regole , il<br>fair play   | Atletica: corsa velocità e<br>resistenza<br><br>Sport di squadra:<br>Pallacanestro i<br>fondamentali di squadra.<br>Pallavolo<br>Badminton | Conoscenza delle attività sportive<br>individuali e di squadra<br>Conoscenza delle principali regole<br>degli sport praticati<br>Conoscenza delle principali tecniche ed<br>elementi tattico strategici<br>Conoscenza e utilizzo di un linguaggio<br>specifico |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   | Ultimate<br>UNI hockey                           | Arbitraggio ai tornei interni degli sport praticati<br>Cenni di storia dello Sport |
| Salute, benessere, sicurezza e prevenzione      | La salute dinamica e i rischi della sedentarietà | Dialoghi sull'importanza del movimento   |
| Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico | Rafting  | Uscita didattica   |