



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 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 / NUCLEO	ARGOMENTI TRATTATI	CONTENUTI
Percezione di sé e completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive	Elementi di ginnastica artistica: trave Resistenza: esercitazioni per migliorarla Balli Country Balli Lindy HOP	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: corsa velocità e resistenza Sport di squadra: Pallacanestro i fondamentali di squadra. Pallavolo Badminton	Conoscenza delle attività sportive individuali e di squadra Conoscenza delle principali regole degli sport praticati Conoscenza delle principali tecniche ed elementi tattico strategici Conoscenza e utilizzo di un linguaggio specifico

	Ultimate UNI hockey	Arbitraggio ai tornei interni degli sport praticati 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