



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 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.