



*Istituto di Istruzione Superiore “Leonardo da Vinci”
Villafranca in Lunigiana*

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

LICEO LINGUISTICO E DELLE SCIENZE UMANE

A.S. 2022/23 CLASSI: IV AL e IV ASU

DOCENTE: SCHIEVANO ANNA

PARTE PRATICA

LEZIONI IN CLASSE

- Giochi di socializzazione (la ghigliottina; quiz sportivo; ...)

LEZIONI IN PALESTRA

- Test d'ingresso: getto della palla medica; mobilità del busto; salto della funicella; salto in alto da fermi; salto in lungo da fermi
- Piccoli attrezzi: funicella e nastro della ginnastica ritmica
- Giochi tradizionali: palla prigioniera; uno contro tutti; bandiera genovese; 10 passaggi
- Balli di gruppo
- Yoga
- Pallavolo
- Pallacanestro
- Palla tamburello
- Unihockey
- Pallabase
- Badminton
- Dodgeball
- Orienteering

PARTE TEORICA

Partecipazione ad un Concorso nazionale, indetto dalla Decathlon: *“A scuola con lo Sport – Chi fa sport inclusivo ha già vinto”*.

Orienteering: origine, storia, obiettivo, modalità, ...

Con la presente i sottoscritti alunni, rappresentanti di classe, assicurano e confermano la propria approvazione totale di quanto contenuto in tutte le parti del Programma, che i sottoscritti hanno letto, contribuito a modificare ed integrare.

Per la classe 4^AL:

Tiziano Fanti

Per la classe 4^ASU:

Martina Duranti

Pontremoli, 05 giugno 2023

La docente

Anna Schievano