



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

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

LICEO LINGUISTICO

A.S. 2024/25

CLASSE: 1[^]

SEZ. A

DOCENTE: SCHIEVANO ANNA

PARTE PRATICA

LEZIONI IN CLASSE

- Giochi di socializzazione (identikit; ...)
- L'attività motoria come linguaggio: il mimo (titoli di film e serie TV)

LEZIONI IN PALESTRA

- Test d'ingresso: salto in alto da fermi; salto in lungo da fermi; getto della palla medica; mobilità del busto; salto della funicella
- Giochi tradizionali: palla prigioniera; uno contro tutti; bandiera genovese; 10 passaggi; ...
- Balli di gruppo e ideazione coreografia
- Pallavolo
- Palla Tamburello
- Pallabase
- Badminton
- Dodgeball
- Hitball
- Pallamano
- Hip Hop
- Tai Chi

La classe ha partecipato al Torneo d'Istituto di Pallavolo.

PARTE TEORICA

La parte teorica è stata svolta in concomitanza con la parte pratica e relativa a regolamento e tecnica dei vari sport praticati.

Con la presente gli studenti dichiarano di avere preso visione di quanto contenuto in tutte le parti del programma, che essi stessi hanno letto, contribuito a modificare ed integrare.

Pontremoli, 04 giugno 2025

La docente

Anna Schievano