



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

PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

LICEO DELLE SCIENZE UMANE

A.S. 2024/25

CLASSE: II

SEZ. BSU

DOCENTE: prof.ssa SCHIEVANO ANNA

LEZIONI IN CLASSE

Attività di socializzazione: ghigliottina; indovina la canzone; lupus

PARTE PRATICA

LEZIONI IN PALESTRA

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

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

PARTE TEORICA

IN PALESTRA

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

LEZIONI IN CLASSE

Introduzione all'anatomia

EDUCAZIONE CIVICA

- Ed. all'affettività e alla sessualità
- "Sapere Aude: il coraggio di scoprire"

ESCURSIONI

Uscita e visita del centro di Pontremoli.

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