



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. 2023/2024

Classe 2IB

Materia: Scienze Motorie

Professore: Albani Francesco

Libri di testo adottati

E. Chiesa, L. Montalbetti, G. Fiorini, D. Taini, "Attivi" Marietti scuola

Argomenti che sono stati trattati nel corso dell'a.s.

PARTE PRATICA:

Test motori sulle capacità condizionali

Resistenza: esercitazioni per migliorarla

Sport di squadra: pallavolo; badminton

Sport individuali: tecnica e didattica del salto in alto; elementi di ginnastica artistica:
volteggi con la cavallina; esercitazioni alla spalliera