



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. 2023/2024

Classe 3IB

Materia: Scienze Motorie

Professore: Albani Francesco

## **Libri di testo adottati**

G. Fiorini, S. Bocchi, S. Coretti, E. Chiesa, "Più movimento"  
Ed. Marietti scuola

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

### **PARTE PRATICA:**

L'apprendimento e il controllo motorio

Resistenza: esercitazioni per migliorarla

Sport di squadra: pallacanestro, unihockey

Sport individuali: tecnica e didattica della corsa a ostacoli; orienteering