



Ministero dell'Istruzione  
**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "J. TORRIANI"**  
E-mail: [cris004006@pec.istruzione.it](mailto:cris004006@pec.istruzione.it), [cris004006@istruzione.it](mailto:cris004006@istruzione.it)  
Sito Web: [www.iistorriani.it](http://www.iistorriani.it)

**ISTITUTO TECNICO - LICEO SCIENTIFICO**  
Via Seminario, n° 17/19 - 26100 CREMONA ☎ 037228380 - Fax: 0372412602  
**ISTITUTO PROFESSIONALE – IeFP** Sezione associata "ALA PONZONE CIMINO"  
Via Gerolamo da Cremona, 23 - 26100 CREMONA ☎ 037235179 - Fax: 0372457603

## **PROGRAMMASVOLTO** **A.S. 2022/2023**

<b>DOCENTE:</b>	<b>Margariti Matteo</b>
<b>DISCIPLINA:</b>	<b>Scienze Motorie</b>
<b>CLASSE:</b>	<b>1B ELE</b>

Per ogni Modulo svolto vengono indicati i relativi contenuti affrontati.

<b>MODULO</b>	<b>CONTENUTI</b>
LE CAPACITA' MOTORIE	<ul style="list-style-type: none"><li>● Definizione delle principali capacità motorie attraverso test fisici.</li><li>● Allenamento delle capacità motorie.</li><li>● Applicazione delle capacità motorie alle discipline sportive.</li></ul>
SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE	<ul style="list-style-type: none"><li>● Prevenzione degli infortuni attraverso l'allenamento sportivo e fisico- atletico</li><li>● L'importanza delle regole nel processo formativo</li></ul>
ATTIVITA' SPORTIVE	<ul style="list-style-type: none"><li>● Il concetto di Fair Play.</li><li>● Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica del calcio a 5.</li><li>● Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica della pallavolo.</li><li>● Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica della pallacanestro.</li><li>● Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica della pallamano.</li><li>● Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica di ultimate frisbee.</li></ul>

Firma Docente: **Margariti Matteo**

Data **26/05/2023**

**Il programma è stato visionato e approvato dai rappresentanti degli studenti della classe.**