

ISTITUTO TECNICO COMMERCIALE BARUFFI
Indirizzo AMMINISTRAZIONE FINANZA MARKETING
PROGRAMMA SVOLTO SCIENZE MOTORIE CL. 2^B

Insegnante: Prof.ssa Marilisa Bano

Libro di testo: Educare al movimento Slim - Fiorini, Lovecchio, Coretti, Bocchi-Marietti scuola.

- Miglioramento delle capacità condizionali e coordinative riferite a mobilità articolare, flessibilità, resistenza, velocità e rapidità sviluppate durante i giochi, circuiti con piccoli e grandi attrezzi.
- Modulo giochi sportivi: fondamentali individuali, gioco di squadra ed arbitraggio:
 - Palla prigioniera
 - Badminton
 - Pallavolo
 - Pallacanestro
 - Hitball
 - Pallone elastico leggero
 - Pallamano
- Attività all'aperto: : camminata, calcetto, beach volley
- Torneo interclasse di pallavolo
- Modulo di teoria:
 - Norme di sicurezza in palestra secondo le disposizioni del testo unico 81 del 09/04/08;
 - Sport di squadra. I fondamentali individuali e di squadra, le principali regole di gioco, la tattica di base, la storia e il fair play: pallavolo, pallamano, badminton, pallacanestro, hitball;
 - Teoria: salute e benessere "Una sana alimentazione"; prevenzione e sicurezza "Come trattare i traumi più comuni".(Ed.Civica)
 - Film "Pelè" e "McFarland"

INDICAZIONI PER GLI STUDENTI CON INSUFFICIENZE:

Gli alunni con insufficienze dovranno studiare la parte teorica trattata durante l'anno. Per quanto riguarda la parte pratica dovranno esercitarsi sui fondamentali individuali delle discipline svolte a lezione.

Mondovì, 08/06/2026