



I.P.S.S.S. "F.L. MORVILLO FALCONE"
BRINDISI

ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER I SERVIZI SOCIALI

"Francesca Laura MORVILLO FALCONE"

Via Galanti, 1 - Tel. 0831/513991

brrf010008@istruzione.it – brrf010008@pec.istruzione.it

www.morvillofalconebrindisi.edu.it

72100 BRINDISI

MATERIA: Scienze motorie (ore settimanali: ..2).

CLASSE: 1 ASS

ANNO SCOLASTICO: 2023/2024

DOCENTE: Zanzico Simonetta

Libro di testo:

IN MOVIMENTO / VOLUME UNICO MARIETTI SCUOLA 2

Argomenti: Attrezzistica generale, Fondamentali pallavolo , Fondamentali pallacanestro , Dismorfismi e paramorfismi della colonna vertebrale, Attività motoria preventiva ed adattata.

Prova di resistenza addome, e arti inferiori

Salto in lungo da fermo, salto in alto da fermo , trave ed ostacoli. Esercizi propedeutici alla trave e alla corsa ad ostacoli, Lancio palla medica ed esercizi propedeutici al lancio

Attività di aerobica su step Coordinazione generale.

Giochi di squadra. Pallavolo e basket

Il docente

Zanzico Simonetta