

Istituto Tecnico Industriale Statale "Othoca" A.S. 2023/24

CLASSE: 1C **PROGRAMMA DI:** Scienze Motorie e Sportive / Ed.Civica **DOCENTE:** Stiglitz Anna

Argomenti di teoria:

- L'apparato locomotore (apparato scheletrico, articolare e muscolare, i segmenti corporei)
- Linguaggio specifico della disciplina;

Pratica:

- Importanza del rispetto delle regole, non solo nello sport, ma anche nella scuola e nella vita di tutti i giorni;
- I Regolamenti e i fondamentali dei diversi sport di squadra:
 - ✓ Pallavolo: palleggio, bagher, la battuta dal basso;
 - ✓ Pallacanestro: il palleggio, il passaggio, il tiro a canestro;
 - ✓ Calcio: conduzione di palla, passaggio, tiro in porta;
 - ✓ Pallamano: il palleggio, il passaggio, il tiro in porta, la parata;
- Regolamento e tecnica delle specialità dell'atletica leggera: le corse e i salti;
 - ✓ La partenza nelle gare di velocità;
 - ✓ Il passaggio del testimone nella staffetta 4x100;
 - ✓ Il salto in lungo;

ED. CIVICA:

- Il Regolamento di Istituto: l'importanza del rispetto delle regole per una istruzione di qualità;
- Il Patto educativo di corresponsabilità;
- Statuto delle Studentesse e degli Studenti.