



IIS Aldo Moro



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

**ALDO MORO**

Liceo Scientifico

Liceo Linguistico

Istituto Tecnico

Via Gallo Pecca n. 4/6 - 10086 Rivarolo Canavese  
Tel 0124 454511 - Cod. Fiscale 85502120018  
E-mail: [TOIS00400V@istruzione.it](mailto:TOIS00400V@istruzione.it) Url: [www.istitutomoro.it](http://www.istitutomoro.it)

**SEZIONE SCIENTIFICA**

**Anno Scolastico 2022/23**

*Programma finale*

# ***SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE***

*Triennio*

<b>DOCENTE</b>	<b>CLASSE</b>
<b>BUSTI ENRICO</b>	<b>5BS</b>

IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
(Prof. Alberto Focilla)

## ARGOMENTI DEL PROGRAMMA

- Pallacanestro. Fondamentali individuali: ballhandling, palleggio, passaggio, arresto e tiro, terzo tempo; cambio di mano e virata. Partita
- Pallavolo. Fondamentali individuali: palleggio, bagher, battuta e schiacciata. Partita
- Tennis: dritto e rovescio.
- Atletica: corsa di velocità (60m – 100m)
  - Corsa di resistenza (1000m)
  - Salti (salto in lungo da fermo, salto in alto)
  - Lanci (getto del peso)
- Esercizi a corpo libero ed andature pre-atletiche.

Il docente  
Enrico Busti



gli allievi

Giulia Gai  
Andrea Rolando Perino