



Ministero dell'Istruzione e del Merito
ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "J. TORRIANI" - ISTITUTO TECNICO - LICEO SCIENTIFICO
Via Lea Garofalo 3/5 - 26100 CREMONA - Tel. 0372 28380
ISTITUTO PROFESSIONALE – Sezione associata "ALA PONZONE CIMINO"
Via Gerolamo da Cremona, 23 - 26100 CREMONA - Tel. 0372 35179
E-mail: cris004006@pec.istruzione.it, cris004006@istruzione.it - www.iistorriani.it

C.F.: 80003100197 – Cod. Mecc.CRIS004006 - Sistema Certificato ISO 9001:2015 CSQA n. IT-144594-83471

PROGRAMMA SVOLTO A.S. 2025/2026

DOCENTE:	Giuseppe Cannella
DISCIPLINA:	Scienze motorie e sportive
CLASSE:	2B MAN

Per ogni Modulo svolto vengono indicati i relativi contenuti affrontati.

MODULO	CONTENUTI
LE CAPACITA' MOTORIE	- Definizione delle principali capacità motorie attraverso test fisici. - Allenamento delle capacità motorie - Applicazione delle capacità motorie alle discipline sportive.
SALUTE, BENESSERE E PREVENZIONE	- Dimostrazione dei benefici dell'allenamento sportivo attraverso il concetto di supercompensazione (test di resistenza, forza equilibrio e coordinazione) - L'importanza delle regole nel processo formativo - La bicicletta e i muscoli
ATTIVITA' SPORTIVE	- Esercizi e giochi di collaborazione, responsabilità e rispetto finalizzati alla sperimentazione di ruoli specifici all'interno del gruppo. - Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica del basket. - Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica della pallavolo. - Lezioni teoriche e pratiche di teoria, tecnica e didattica del calcio a 5. - Il concetto di Fair Play.
ED. CIVICA	Origini delle Olimpiadi, i valori dello sport olimpico: rispetto, amicizia, fair play e inclusione

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