

**ISTITUTO SCOLASTICO D'ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE DELLA PIANA DI
LUCCA**

I.T.E.T. "BENEDETTI"

PROGRAMMA SVOLTO a. s. 2024/25

3B SIA

Docente LENCI MAURIZIO

Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Gran parte della classe ha dimostrato un buon interesse per alcune delle attività motorie proposte a scuola. Alcuni alunni si sono dimostrati passivi per gran parte delle lezioni. Il comportamento è stato sempre corretto.

Per lo svolgimento delle lezioni sono stati utilizzati gli spazi interni della palestra.

Sono state privilegiate attività di gruppo.

I CONTENUTI della disciplina sono stati:

- Prova di velocità
- Salto in lungo da fermo
- Getto della palla medica
- Illinois test
- BLSD
- Padel
- Badminton
- Giochi sportivi: pallavolo, calcio a 5, hockey, dodgeball
- Calcio balilla
- Tennis tavolo