



Ministero dell'Istruzione

**LICEO DI STATO CARLO RINALDINI**

Liceo Classico – Musicale – Scienze Umane – Economico Sociale



Percorso formativo disciplinare  
**Disciplina: SCIENZE MOTORIE**  
CLASSE 2AM LICEO CLASSICO  
Anno scolastico 2022/23  
Prof. GABRIELE CRISTIANO MONTANARI

### **ARGOMENTI SVOLTI:**

#### **TEORIA:**

- L'importanza del sonno;
- Le tossicodipendenze;
- Il tabacco e l'alcol;
- Il doping e lo sport;
- La pallavolo tecnica e didattica;
- La battuta, il bagher e il palleggio del volley;
- L'arbitraggio del volley.

#### **PRATICA:**

- Esercizi propedeutici alla battuta ,bagher e palleggio del volley;
- Esercizi individuali a corpo libero in stazione eretta;
- I 10 passaggi;
- Floorball;
- Fitwalking al parco della cittadella;
- Badminton;
- Pallavolo.

#### **ATTREZZATURA UTILIZZATA:**

- Appunti, Internet, personal computer, libro di testo (educare al movimento) Power Point;
- Palestra d'istituto, parco della cittadella.

Ancona, 06/06/2023

Il Docente

Prof. Gabriele C. Montanari