



CONTENUTI FINALI

A.S 2025/26

Pag. 1/2

CONTENUTI FINALI

Anno Scolastico	2025/2026	Classe	I	Sez.	I
Disciplina	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE				
Docente	Prof. Partipilo Filippo				



CONTENUTI FINALI

A.S 2025/26

Pag. 2/2

SEZ. 5. - CONTENUTI SVOLTI

1	Esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi
2	Giochi sportivi (pallavolo, sitting volley, calcio a 5, basket, pallamano, floorball)
3	Sport individuali (sport di racchetta, tennis, badminton, tennis tavolo)
4	Principali discipline dell'atletica leggera (corse e concorsi)
5	Giochi della tradizione popolare
6	Test motori per la valutazione di capacità coordinative e condizionali e relativi cenni (Sergent test, lancio della palla medica, test dei 4x10 metri)
7	Contenuti teorici: - I valori dello sport: il Fair Play all'interno della disciplina di Ed. Civica - La nomenclatura delle parti del corpo, assi e piani - Il sistema scheletrico - Il sistema muscolare

La classe ha partecipato al progetto accoglienza partecipando al progetto "Racchette in Classe Pro" FITP.

Frascati, 25/05/2026