



**Ministero dell'istruzione e del merito**  
**Liceo Scientifico Statale "Guglielmo Marconi"**

**Via Danimarca, 25 - 71122 FOGGIA**

**e-mail: fgps040004@istruzione.it - PEC: fgps040004@pec.istruzione.it - C.F. 80031370713**

**sito web: www.liceogmarconifg.edu.it**

**Sede centrale – via Danimarca: Tel. 0881 636571 / 634387 / 633707**

**Sede succursale - via Sbano: Tel. 0881 361702 / 311456**

## **PROGRAMMA SVOLTO**

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

Docente: Scopece Fabio

Classe: 1D

Indirizzo: Biomedico

Anno scolastico: 2025/26

### **CONTENUTI TEORICI**

- Assi e piani del corpo umano.
- Capacità condizionali e coordinative.
- Norme di sicurezza durante la pratica sportiva in palestra.
- Educazione al fair play.
- Regolamento e fondamentali tecnici del volley e del basket.
- Elementi di ginnastica artistica a corpo libero e con attrezzi.

### **CONTENUTI PRATICI**

- Attività finalizzate allo sviluppo delle capacità condizionali.
- Esercitazioni per le capacità coordinative, con focus sulla funicella.
- Basket: palleggio, passaggio, tiro.
- Pallavolo: servizio dal basso, palleggio e bagher.
- Ginnastica artistica: capovolta, verticale, ruota, trave, parallele, pedana elastica.

## VERIFICHE TEORICHE

- Questionario di 18 quesiti sugli argomenti affrontati durante l'anno.

## VERIFICHE PRATICHE

- Test motori relativi alle capacità condizionali.
- Test coordinativi con funicella.
- Test sui fondamentali individuali e di squadra nel volley e nel basket.
- Esecuzione di elementi base della ginnastica artistica.

La valutazione ha tenuto conto della partecipazione, dell'impegno e del livello raggiunto nelle varie attività proposte.

Data, 07/06/2026

Il Docente

Fabio Scopus