



Liceo Scientifico  
Liceo Artistico



## LICEO STATALE "ALESSANDRO SERPIERI"

Via Sacramora 52 – 47922 Viserba di Rimini – CF 91150430402  
Tel. 0541 733150 – Fax 0541 449690 – <http://www.liceoserpieri.it>  
email: [rnps05000c@istruzione.it](mailto:rnps05000c@istruzione.it) – pec: [rnps05000c@pec.istruzione.it](mailto:rnps05000c@pec.istruzione.it)

**Anno Scolastico: 2024/2025**

**Disciplina: DISCIPLINE SPORTIVE**

**Docente: LIGABUE ALBERTO**

**Classe: 1P liceo scientifico ad indirizzo sportivo**

I seguenti moduli didattici sono stati sviluppati su almeno due lezioni pratiche consecutive. Alcuni di essi sono stati svolti presso la palestra d'istituto, altri presso impianti sportivi specializzati, altri in spiaggia. La maggior parte delle lezioni ha visto la presenza, oltre al docente, di tecnici federali.

### ATTIVITÀ SPORTIVE INDIVIDUALI

- Arrampicata sportiva
  - Boulder
  - Lead
  
- Beach tennis
  - Dritto/rovescio
  - Palla corta dritto/rovescio
  - Pallonetto dritto/rovescio
  - Smash
  - Servizio
  - Gioco
  
- Orienteering
  - Lettura carte
  - Orientamento
  - Gara

### ATTIVITÀ SPORTIVE DI SQUADRA

- Baseball
  - introduzione al gioco, basi strette;

- gioco con basi allargate, introduzione possibili soluzioni di difesa;
- lancio e presa e partita con gioco completo 9vs9;
- battuta.
  
- Pallavolo
  - Bagher di ricezione
  - Bagher di difesa
  - Palleggio
  - Attacco
  - Battuta
  
- Pallacanestro
  - Palleggio e conduzione
  - Passaggio
  - Cambio di mano
  - Tiro
  - Gioco
  
- Tchouckball
  - Passaggio
  - Tiro
  - Gioco completo

#### EDUCAZIONE CIVICA:

- Film documentario: Federico Buffa racconta: Michael Jordan;
- Alimentazione e nutrizione: concetti base sui macronutrienti e micronutrienti.

Rimini, 31/05/2025

Prof. Ligabue Alberto