



**LICEO CLASSICO “GIACOMO LEOPARDI”
RECANATI (MC)**

PROGRAMMA SVOLTO

A.S. 2020/2021

INDIRIZZO CLASSICO CLASSE 1 A

DISCIPLINA	DOCENTE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	PROF.SSA SMORLESI EMMA

Il programma di Scienze motorie e sportive, anche in questo anno scolastico 2020/2021, ha subito la necessità di continue modulazioni e adattamenti, non solo per la Didattica a Distanza e la Didattica Digitale Integrata, ma anche per l'impossibilità di utilizzare la palestra e gli spogliatoi, privando la disciplina della sua porzione fondante, quella corporea e motoria.

Attività pratica

Quando le condizioni atmosferiche e le temperature lo hanno permesso (inizio e fine anno scolastico) gli studenti e le studentesse hanno potuto fare attività motoria di camminata in ambiente naturale (zone limitrofe a Palazzo Venieri) ed esercizi di allungamento muscolare (semplici progressioni a corpo libero anche come valutazione, in presenza, di fine anno scolastico).

Obiettivo primario, oltre al fatto di stare in spazi aperti e poter socializzare in modo più sereno e tranquillo che non in classe, è stato apprezzare un movimento “naturale” come fonte di benessere psico-motorio. Si sono individuate le corrette posture, l'appoggio plantare e l'azione coordinata arti inferiori-superiori.

Nel rispetto delle norme sanitarie dell'emergenza Covid è stata utilizzata la palla di calcio per semplici esercizi di passaggio.

Nel primo quadrimestre, in DAD, gli alunni, a turno, hanno proposto circuiti di esercizi, a corpo libero e con attrezzi non codificati, di tonificazione generale e specifica, flessibilità, resistenza organica e stretching.

Attività teorica

Visione film a carattere storico-sportivo:

“Rising Phoenix”

- Considerazioni e confronto sui valori dello Sport con particolare riferimento alla disabilità
- Individuazione degli elementi storici, sociali, economici caratterizzanti con approfondimenti e collegamenti interdisciplinari
- Individuazione delle dinamiche relazionali ed analogie con esperienze personali
- Consegna di in commento scritto, in forma di approfondimento e riflessioni, su classroom

Progetto Educazione stradale:

- Regole e norme stradali secondo il Codice della strada e fattori di rischio di incidenti stradali (casco, cinture di sicurezza, velocità, ecc. cc)
- Comportamento corretto in caso di incidente
- Individuazione di un percorso abituale con segnalazioni di punti considerati pericolosi dal singolo alunno/a
- Avis – Volontariato: incontri con la referente Avis sulle tematiche della donazione e del volontariato (

nascita e storia dell'Associazione, caratteristiche del donatore, sano stile di vita , gli elementi del sangue, patologie correlate), sicurezza stradale collegata alla donazione

- Incontro Max Sontacchi campione paralimpico di Motociclismo

Apparato locomotore :

- apparato scheletrico : lo scheletro assile e appendicolare, le ossa , tessuto osseo, le articolazioni
- apparato muscolare : i muscoli del corpo

Lavoro di approfondimento individuale su personaggio sportivo a scelta e confronto :

- A.Schwarzer, P.Maldini, C.Kostner, G.Bartali, B.Borg , M. Bortuzzo, V.Ferrari , N. Comaneci, M. Jordan, Palpacelli, A.Bikila, M. Sontacchi, A. Zanardi, R.Nureyev, Bud Spencer, M.Ali, Samia Yosuf Omar (“Non dirmi che hai paura” – G.Catozzella) e la “Partita delle morte” che ha ispirato il film “Fuga per la vittoria”
- Individuazione delle caratteristiche peculiari del personaggio (o evento sportivo) scelto quale esempio di fair play, resilienza, di rispetto degli altri , di spirito sportivo e umano,...
- Esposizione e confronto in classe/consegna in classroom

Sport di squadra - regole a confronto : lavoro a coppie (consegna in classroom)

- Rugby
- Pallanuoto
- Lacrosse
- Badminton
- Ultimate
- Hockey su ghiaccio
- Canoa polo
- Pallacanestro
- Calcio
- Pallamano

Educazione civica

- 1° quadrimestre : uda Educazione stradale (ore 5)
- 2° quadrimestre : uda Sicurezza in ambiente naturale -Agenda 2030 (ore3)

Recanati, 5 giugno 2021

La Docente

Prof.ssa Emma Smorlesi