



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

**PROGRAMMA SVOLTO**

**A.S. 2020 / 2021**

**INDIRIZZO LICEO DELLE SCIENZE UMANE CLASSE 2° H**

DISCIPLINA	DOCENTE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	PROF, ALESSANDRA DI BERARDO

- ***Passeggiate in ambiente naturale.***
- ***Il tabagismo:*** componenti contenuti nelle sigarette responsabili della dipendenza fisica e psicologica, gli effetti nocivi nell'organismo, il fumo passivo, l'incidenza del fumo sulle prestazioni sportive, i diversi metodi per smettere di fumare.
- ***Teoria e pratica delle tecniche delle bracciate a nuoto:*** stile libero, dorso, rana.
- ***Lavori di gruppo su percorsi sportivi in ambiente naturale legati alla salute e al territorio di Recanati.***
- ***Le paralimpiadi:*** la storia, logo e motto, le categorie della disabilità, i traumi midollari, la sindrome di Dawn.

Recanati, lì 25 – 05 - 2021

La docente

*Prof.ssa Alessandra Di Berardo*