



**Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"**

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF90B7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE SVOLTA

Anno scolastico 2020/2021

Docente: SILVIA SARAIN
Materia: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
Classe: 2^AB
Indirizzo: SCIENZE UMANE



Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF9OB7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



<u>Argomenti</u> (indicare anche eventuali percorsi di ripasso e di educazione civica)	<u>Capitoli e/o pagine</u>
Attività aerobica all'aperto: camminata a ritmo progressivo.	
Attività motoria in palestra: esercizi di riscaldamento, andature pre atletiche; esercizi di mobilità articolare e di stretching; nel rispetto delle norme anti Covid.	
Il linguaggio del corpo: la comunicazione non verbale e l'importanza della comunicazione corporea nello sport. La comunicazione sociale: i segnali convenzionali, il contatto corporeo e la postura. Visione e discussione del filmato "il linguaggio non verbale e il linguaggio dello sport- RAI CULTURA" .	Pag. 214-215-216-217- 218-220-221-222-223
I benefici della camminata sportiva – Visione di alcuni filmati inerenti ai benefici della camminata sportiva.	Pag. 234-235
Mi mantengo in salute: spiegazione e compilazione del questionario internazionale di attività fisica (IPAQ) in due diverse versioni (in riferimento all'attuale situazione di emergenza Covid e alla precedente situazione pre Covid).	
Il concetto di Fairplay. Visione di due filmati: – "Fairplay, gentilezza e sportività": gesti sportivi e fairplay di grandissimi campioni di differenti discipline sportive. – "Rai scuola- Fairplay wins anyway". Ricerca individuale sui grandi gesti di Fairplay nella storia. – Discussione ed esposizione di alcune ricerche sul concetto di Fairplay.	



Istituto di Istruzione Superiore
"LICEO BOCCHI-GALILEI"

Indirizzi: Classico, Linguistico, Scienze Umane, Scientifico, Scienze Applicate
Via Dante 4, 45011 ADRIA (RO) tel. 0426 21107 - C.F. 90016140296
Codice Meccanografico ROIS00100E - COD.UFF. UF90B7
e-mail: rois00100e@istruzione.it rois00100e@pec.istruzione.it



Le capacità motorie: coordinative e condizionali. – Approfondimento del tema: la lateralità.	Pag.122-123-124-125- 126-132-136-140-145- 148-152-164-178-179- 189-194
UDA: "Diverso da chi?" Il valore dell'attività motoria sportiva nella disabilità. Il diritto allo sport: le paralimpiadi. Visione del filmato "I limiti non esistono" Documentario Rai sul movimento Paralimpico Italiano. Esposizione lavori di gruppo su tale tema.	
I rischi della sedentarietà: il concetto di salute, l'educazione alla salute (educazione civica).	Pag. 226-227-228-229

DATA ADRIA, 04/06/2021

FIRMA DEL DOCENTE

Firme dei rappresentanti di classe _____