

## **IV LICEO**

### **Scienze Motorie**

**Docente Teresa Lepore**

#### **PROGRAMMA 2020-2021**

##### ***Argomenti:***

- ✓ Esercizi di attivazione generale
- ✓ Esercizi di consolidamento delle capacità coordinative e condizionali
- ✓ Esercizi di potenziamento fisiologico con corda, elastico e corpo libero
- ✓ Atletica leggera; corsa di resistenza e velocità.
- ✓ Giochi di squadra calcio e pallavolo
- ✓ Giochi di racchetta Ping-Pong e Badminton

##### ***Obiettivi e finalità***

- Valorizzazione dello sport come spazio privilegiato di apprendimento, socializzazione e integrazione
  1. Sviluppo dello spirito collettivo
  2. Sviluppo della capacità organizzativa
  3. Sviluppo dello spirito di iniziativa
  4. Sviluppo del pensiero pratico
- Sviluppo della capacità di analisi e confronto delle situazioni
- Crescita dell'autostima
  - Favorire il corretto sviluppo fisiologico e motorio

*Acquisizione del sé nello spazio, percezione del proprio corpo in movimento, corretto utilizzo delle varie parti del corpo; acquisizione di schemi motori tesi all'esecuzione di determinate azioni e al superamento di determinate problematiche*

- Favorire il corretto sviluppo emotivo, cognitivo e socio-relazionale
- Acquisizione di corretti stili di vita

*Acquisire e mantenere un corretto modo di agire, non solo nell' ambito dell' azione specifica, ma anche in relazione al contesto in cui ci si muove*

### **Metodologia didattica**

- Lezione frontale (parte teorica, lettura e commento di articoli e pubblicazioni sportive)
- Attività pratiche in palestra e all'aperto
- Lavoro per gruppi differenziati

### **Verifica e valutazione**

- Osservazione sistematica del gruppo
- Test oggettivi
- Osservazione del comportamento di gioco
- Osservazione della disponibilità , consapevolezza, impegno ed interesse dimostrati dagli alunni
- Valutazione dell'atteggiamento verso la materia, sé stessi, gli altri e l'ambiente

### **Mezzi e spazi da utilizzare**

- Palestra dell'Istituto
- Spazi esterni (previa autorizzazione dei genitori)
- Materiale sportivo messo a disposizione dall'Istituzione Scolastica

**Il programma è stato integrato con lezioni teoriche svolte in didattica a distanza.**

**Sono state affrontate due grandi tematiche:**

- Sport e salute; il doping, le origini del doping, le sostanze proibite, atleti accertati nell' ambito sportivo**
- **Sport e storia; le olimpiadi antiche e le olimpiadi dei record e degli avvenimenti storici .Dalle Olimpia del 1936 di Berlino alle olimpiadi del 2012 di Londra**