MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA"DANIELE CRESPI"
Liceo Internazionale Classico e Linguistico VAPC02701R
Liceo delle Scienze Umane VAPM027011
Via G. Carducci 4 – 21052 BUSTO ARSIZIO (VA)
Tel. 0331 633256 - Fax 0331 674770
www.liceocrespi.edu.it *E-mail: comunicazioni@liceocrespi.it*
C.F. 81009350125 – Cod.Min. VAIS02700D

PROGRAMMA SVOLTO – SCIENZE MOTORIE - ANNO SC. 2022-23

CLASSE 3AL

In generale la classe ha raggiunto gli obiettivi prefissati tramite:

- Attività ed esercizi a corpo libero a carico naturale.
- Attività di tipo collaborativo a coppie e piccoli gruppi.
- Attività ed esercizi con piccoli attrezzi: la funicella.
- Attività ed esercizi di rilassamento e di stretching.
- Attività natatoria: introduzione teorica e applicazione pratica della tecnica di dorso e crawl, propedeutici alle differenti parti strutturali di ciascuno stile.
- Attività sportive individuali: atletica leggera (corsa di resistenza).
- Pallavolo: fondamentali individuali e gioco di squadra.
- Semplici attività di giuria ed arbitraggio.
- Attività in ambiente naturale nel Parco del Museo del Tessile .
- Sviluppo del senso di responsabilità, conoscenza e rispetto dell'ambiente. Attività di valorizzazione del territorio tramite percorsi di trekking urbano.
- Conoscenze essenziali per quanto riguarda le norme di comportamento ai fini della prevenzione di infortuni e del primo soccorso.
- Tutte le attività pratiche proposte sono state accompagnate da inerenti spiegazioni teoriche (anche i test).
- In particolare si è approfondita la conoscenza storica dei Giochi olimpici dell'era antica e moderna.
- Visione del film "The race".
- Approfondimento a gruppi sui Giochi olimpici.
- Educazione civica: educare alle differenze. L'incontro con l'altro nella competizione sportiva in particolare nei Giochi olimpici.
- Conoscenza e discussione di fatti di attualità e della storia di alcuni personaggi inerenti la sfera sportiva.
- Le lezioni da remoto si sono svolte sottoforma di discussione dialogata anche a partire da video, files, immagini proposte nel corso delle lezioni e pubblicati sulla piattaforma Google d'Istituto.

Il presente documento viene approvato dai rappresentanti di classe, dopo attenta condivisione.

Busto Arsizio, 30 maggio 2023

La docente
(prof.ssa Emanuela Paganini)

I rappresentanti degli studenti