

LICEO SCIENTIFICO "CARLO CATTANEO"

Scienze Motorie e Sportive

Docente : Basso Elena

CLASSE 2^L

a.s.2020/2021

CONTENUTI DISCIPLINARI SVOLTI

◇ *MODULAZIONE in seguito all'emergenza sanitaria Covid-19:*

✓ ARGOMENTI TEORICI TRATTATI

- Postura e comunicazione: il corpo, i suoi atteggiamenti, i suoi messaggi sociali (linguaggi del corpo)
- Sport e comunicazione: gesti sportivi, significati tra tecnica e prestazioni
- Capacità motorie: differenze e caratteristiche tra capacità organico-muscolari, coordinative e condizionali speciali
- Capacità motorie coordinative (le coordinazioni generali, adattamento e aggiustamento, percezione spaziale, temporale e spazio-temporale, destrezza, equilibrio, ritmo)
- Il movimento tra anatomia, fisiologia e controllo sinaptico
- Le Olimpiadi Moderne: storia di sport, realtà sociale e politica; approfondimento a coppie di un aspetto legato alle manifestazioni olimpiche (origini; valori; genere; etnia; abbigliamento; tecnica; alcuni atleti italiani)
- Edizione Olimpica 2020/2021 di Tokyo e il suo "Gorin Ondo"

✓ EDUCAZIONE CIVICA

- Fair play: formalismo o realtà? Documenti, contesti, atti di gioco/partecipazione sportiva corretta come atleta e come spettatore, esperienze personali

✓ ATTIVITA' PRATICA SVOLTA ALL'APERTO

- Esperienze di walking su percorsi di diversa lunghezza e diverso fondo con rilevamento di parametri utili a confronto su performance individuali
- Esercizi di coordinazione dinamico generale con la funicella (serie di saltelli)
- Esercizi di coordinazione oculo-manuale propedeutici alla giocoleria:
 - * palline da tennis (2)

✓ ATTIVITA' PRATICA SINCRONA/ASINCRONA

- Esercizi di coordinazione oculo-manuale con bolas (ottenuti con calzettoni)

◇ *Testo: "Fiorini-Coretti-Bocchi "In movimento" Ed. Marietti scuola*

◇ *Utilizzo piattaforma Gsuite- collegamenti in Meet - Classroom*

**incontri, confronti, spiegazioni, riferimenti (testo -schede- link)*

** assegnazioni attività*

** consegna elaborati/presentazioni*

◇ *siti internet*

Torino, 05 giugno 2021

Docente
Basso Elena