

IIS P. ALDI Grosseto

Programma svolto Scienze Motorie e Sportive

Classe 5C LC a.s. 2021/2022

Lo sport, le regole ed il Fair Play:

UDA: “Invento un Gioco”.

Pallavolo, Pallacanestro, Tennistavolo:

Riscaldamento specifico per disciplina; fondamentali tecnici; fondamentali tattici; Riflessioni sul Fair Play.

UDA: “Un tuffo nel passato”:

Lo sport nell’antica Grecia.

Lo sport nell’antica Roma .

Lo sport nel Medioevo.

Lo sport nell’Età Moderna (XV-XVIII sec.)

Lo sport e le Dittature.

La storia delle Olimpiadi dal 776 a.C. ad oggi.

La valenza dello sport oggi.

Prevenzione, Salute e Benessere:

Modulo Educazione Civica. Sana alimentazione e Dieta Mediterranea.

Relazione con l’ambiente naturale e tecnologico:

-Walking Fitness: gruppi di cammino; riflessioni sui benefici delle camminate in ambiente naturale.

Grosseto, 10/06/2022

Il Docente

Paolo Simonetti