

**DISCIPLINA:** Scienze motorie e sportive

**Prof./ssa** Lorito Giorgia

**Libro di testo adottato:** Motricità, corso di Scienze motorie per la scuola secondaria di secondo grado

**Tematiche trattate:**

<b>Argomenti</b>	<b>Contenuti</b>
<b>Potenziamento fisiologico</b>	Attività ed esercizi a carico naturale.
<b>Conoscenza e pratica delle attività sportive</b>	Situazioni di gioco per la conoscenza e la pratica di sport di squadra quali calcetto, e pallavolo; sport individuali quali tennis, tennistavolo, salto in alto, salto in lungo; pratica di primi rudimenti del Badminton.
<b>Sviluppo delle capacità coordinative</b>	Percorsi plurifunzionali afferenti a: coordinazione speciale oculo-manuale e oculo-podolica, capacità di mira, equilibrio statico, equilibrio dinamico, capacità di ritmo.
<b>Teoria e metodologie di allenamento</b>	Organizzazione dell'allenamento a circuito. Importanza del condizionamento motorio, dello stretching e delle capacità condizionali di forza, resistenza e velocità nella proposta di un allenamento organico.
<b>Il corpo come centro percettivo prospettico</b>	Assi e piani del corpo umano; schema corporeo; schemi motori di base; l'importanza della corporeità; il legame inscindibile fra mente e corpo per il raggiungimento del migliore sviluppo dell'identità, dunque della personalità; l'antico legame fra filosofia e sport; lo sport come campo di osservazione di un metodo scientifico e come momento per l'individuo di misurarsi con l'altro e attraverso l'altro; lo sport come strumento sociologico; l'importanza di riappropriarsi degli spazi "urbani", della sfera pubblica, attraverso il corpo. L'impegno per i diritti umani di atleti di alto livello: la figura di Gino Bartali, l'attivismo di Mohammed Ali. Il ruolo del calcio come propaganda dell'identità nazionale durante la Seconda guerra mondiale: la vera storia della partita della morte.