

**LICEO STATALE “NICCOLÒ MACHIAVELLI”**

[www.liceomachiavelli-fiorenze.edu.it](http://www.liceomachiavelli-fiorenze.edu.it)

Liceo Classico, Liceo Internazionale Linguistico,

Liceo Internazionale Scientifico

Liceo delle Scienze Umane, Liceo Economico-Sociale

Uffici Amministrativi: Via Santo Spirito, 39 – 50125 Firenze

tel. 055-2396302 - fax 055-219178

e-mail: [fiis00100r@istruzione.it](mailto:fiis00100r@istruzione.it) - PEC: [fiis00100r@pec.istruzione.it](mailto:fiis00100r@pec.istruzione.it)



**A.S. 2021/22**

**PROGRAMMA SVOLTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE  
CLASSE 3^ D INT. LINGUISTICO**

**DOCENTE: DONATELLA FALUGIANI**

**Parte Teorica:**

- Infortuni e primo soccorso.
- **Sport individuali e di squadra:** differenze e caratteristiche
- **La palla tamburello:** Storia e origine dello sport, regolamento, fondamentali individuali e di squadra.
- **Atletica leggera:** storia dello sport, evoluzione dei materiali, specialità e gare.
- **Jesse Owens:** biografia. Visione del film “Race: il colore della vittoria”
- **La ginnastica artistica:** regolamento, fondamentali individuali e di squadra, i materiali, le gare, i punteggi.
- **Progetto CIC:** educazione alla salute: 4 incontri con la Lega Italiana Lotta Aids
- **Ed. Civica:** La responsabilità sociale: relazione tra ambiente e sport

**Parte pratica:**

- **Atletica leggera:** andature atletiche, esercizi di coordinazione ed equilibrio, esercizi di stretching a carattere generale, Corsa di resistenza, corsa di velocità
- **Pallavolo:** fondamentali individuali e di squadra, partite
- **Baseball:** fondamentali individuali e di squadra. Vari inning
- **Progetto dipartimento:** pallatamburello: lezioni e torneo di Istituto

Docente  
Donatella Falugiani

Firenze, 07/06/2022