



a.s. 2020/2021

PROGRAMMA DI Scienze motorie e sportive/Educazione civica

Docente: Terdelinda Rastelli

Lezione teoriche svolte in DaD

- **Sistema Nervoso Centrale: strutture con lezioni prodotte e filmati**
- **Assegnato test su kahoot come ripasso e compiti su classroom**
- **Concetto di ritmo circadiano e analisi svolta dai ragazzi**
- **Somministrato test AutoMEQ**
- **Tabata proposto anche dai ragazzi**
- **Concetto di Doping: analisi storico-militare. Sostanze dopanti e metodi**
- **Assegnato una riflessione sullo sport attuale e sue criticità, dal professionismo costoso ed il doping**

Lezioni pratiche:

- **spiegazione delle norme COVID del CONI**
 - **svolta lezione di nuoto presso la piscina Griphus**
- Tennis tavolo**

Educazione Civica

Nascita del CONI

Riordino Giorgetti

Riforma dello sport: consegnato ai ragazzi lezioni ed audio prodotti dalla dott.ssa Sannipola

Incontri per il PCTO

Incontro con la dott.ssa Sannipola incentrata sulle ASD/SSD

Incontro con il dottor Sdringola, preparatore atletico dell'FC Inter Femminile

Perugia, 21/05/2021

GLI ALUNNI

IL DOCENTE

Terdelinda Rastelli

