**Anno Scolastico 2020/2021**

**PROGRAMMA SVOLTO CLASSE 3°A cl**

**Scienze Motorie e Sportive**

## Coordinamento e consolidamento degli schemi motori di base

* Consolidamento e sviluppo delle capacità coordinative:

coordinazione dinamica generale, equilibrio, schema corporeo, lateralità, organizzazione spazio-temporale, coordinazione oculo-manuale, capacità di dissociazione, educazione al ritmo attraverso giochi destrutturati o adattati al gruppo;

.

## Potenziamento fisiologico

Miglioramento della funzione cardio respiratoria, rafforzamento delle capacità condizionali: velocità, forza, resistenza, potenza, mobilità, destrezza.

### Conoscenza di alcuni sport e sportivi nazionali

atletica.

Ginnastica artistica

Primatisti mondiali Italiani

Conoscenza delle regole comportamentali nei giochi di squadra per il raggiungimento di un obiettivo comune.

## Progetto

attivita per la giornata nazionale contro AIDS

Firenze, 03/06/2020

L’ insegnante di Scienze Motorie

Gaia Palloni