

Anno Scolastico 2019/2020

PROGRAMMA SVOLTO CLASSE 1 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;
- Consolidamento dei basilari dei giochi di squadra (pallavolo, calcetto, pallamano); elementi fondamentali del gioco del badminton.

Potenziamento fisiologico

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

Conoscenza delle regole

Conoscenza delle regole degli sport di: pallavolo, pallacanestro, calcetto, badminton, pallamano, Conoscenza delle regole comportamentali nei giochi di squadra per il raggiungimento di un obiettivo comune.

Progetti

La classe ha partecipato al Progetto Canottaggio in collaborazione con la Società Canottieri "Firenze" A.S.D.

Firenze

L' insegnante di Scienze Motorie

Gaia Palloni