

Anno Scolastico 2021/2022

PROGRAMMA SVOLTO CLASSE 2 C su

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 delle regole

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

Teoria

Le parti del corpo

Posizioni, atteggiamenti ed attitudini del corpo umano

I movimenti del corpo

Schemi motori di base.

Progetto

Educazione stradale

Softball.

Firenze, 03/06/2022

L' insegnante di Scienze Motorie

Mattia Tarso