



LICEO STATALE "NICCOLÒ MACHIAVELLI"

www.liceomachiavelli-firenze.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 - PEC: fiis00100r@pec.istruzione.it



Programma Scienze Motorie Boni Alessandro 20 su a.s. 2024/25

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 in sport individuali e di squadra

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

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

La classe ha partecipato al progetto di softball per una singola lezione, presso lo stadio Padovani

Parte Teorica ed Educazione Civica

Regole e cenni di storia dei principali sport individuali e di squadra; lo sport e il fairplay

Firenze, 26/05/2025

Il Docente