



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 3B 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 pallatamburello per un totale di tre incontri

Parte Teorica ed Educazione Civica

Le capacità condizionali e coordinative; Sport e fairplay

Firenze, 26/05/2025

Il Docente