



**Anno Scolastico 2024/25**

**PROGRAMMA SVOLTO CLASSE 4 I LES**

## **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.

### **Parte Teorica**

- Il doping e le dipendenze;

### **Ed. Civica**

La classe ha partecipato ad un incontro online con il centro affidi di Firenze;  
Lo sport, le regole e il fair play.

Firenze, 23/05/2025

Il Docente