



Istituto Comprensivo “Don Milani”

Via Cambray Digny, 3 – 50136 Firenze

☎ tel.055690743– fax 055690139

e-mail: info@icdonmilani.gov.it fiic85100n@istruzione.it fiic85100n@pec.istruzione.it

Sito web: www.icdonmilani.gov.it

Scuole Primarie “B. da Rovezzano”, “G. E. Nuccio” e “G. Pilati”

Scuole dell’Infanzia “B. da Rovezzano”, “G. E. Nuccio

Scuola Secondaria 1° “Don Milani”

Programma svolto			
Docente	BARTOLI TOMMASO	Materia	EDUCAZIONE FISICA
Anno scolastico	2018/2019	Classe	PRIMA A

CONTENUTI DISCIPLINARI

- Gli schemi motori di base attraverso percorsi, circuiti sotto forma di gara e staffette
- Sviluppo e miglioramento della coordinazione dinamica generale, oculo-manuale e podalica
- Sviluppo e miglioramento delle capacità condizionali (velocità, resistenza, mobilità articolare)
- Organizzazione spazio-temporale
- Equilibrio
- Lateralità
- Movimento e ritmo
- Giochi di movimento di gruppo
- Test e prove di valutazione motoria
- Stimolare la creatività nel gioco e nei giochi sportivi
- Conoscere i fondamentali dei principali sport individuali e di squadra, le principali regole, anche semplificate, degli sport individuali e di squadra praticati e dei giochi di movimento. In particolare sono stati affrontati gli sport: Pallavolo, Baseball, Calciotto, Pallapugno, Ultimate, Pallamano, Basket
- Conoscere le caratteristiche degli attrezzi sportivi, il loro corretto utilizzo, per la propria e l'altrui sicurezza
- Conoscere le principali norme d'igiene: abbigliamento adeguato e adeguati comportamenti

Firenze, 5 giugno 2019

L'insegnante

Tommaso Bartoli