

CLASSE : 2<sup>^</sup> D-F      PROGRAMMA DI: Scienze Motorie      DOCENTE: Orrù Antonio

Il programma di Educazione Fisica svolto è stato orientato a favorire la strutturazione fisica e una migliore definizione dei vari aspetti della personalità, in particolare quelli che contribuiscono al superamento dei disagi tipici dell'età giovanile.

- Utilizzo dei giochi sportivi quale fattore di sviluppo della socialità ed in particolare, nel gruppo classe, quale momento di integrazione del singolo.
- Utilizzo del quaderno degli appunti come strumento didattico.
- Comprensione del significato di regola e della sua necessità nel vivere civile.
- Interiorizzazione di una modalità di riscaldamento che attivi le varie funzioni organiche in previsione di una attività fisica più intensa.
- Utilizzo della corsa lenta e dei giochi sportivi per attivare gli apparati cardiocircolatorio e respiratorio.
- Analisi della frequenza cardiaca.
- Elementi di traumatologia.
- Cenni di igiene personale.
- I danni da fumo di sigaretta

L'Insegnante: Antonio Orrù

Gli Alunni \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_