

# ISTITUTO PROFESSIONALE INDUSTRIA E ARTIGIANATO MIANO NAPOLI

Docente: Maria Francesca Caniello

CLASSE I SEZ Ass ANNO SCOLASTICO 2012/13

## PROGRAMMA DI EDUCAZIONE FISICA

Nel corso dell'anno scolastico è stato svolto il seguente progetto didattico educativo: miglioramento delle capacità condizionali (forza, velocità, resistenza, scioltezza articolare) e coordinative (equilibrio statico, dinamico, coordinazione oculo-manuale, oculo-podalica, coordinazione dinamica generale)

GIOCHI SPORTIVI: Calcio a 5: fondamentali, regole e schemi di gioco

Avviamento alla pallavolo: giochi propedeutici, esercitazione sui fondamentali (palleggio, bagher, schiacciata, battuta, muro, semplici schemi di difesa ed attacco)

Avviamento alla pallacanestro: giochi propedeutici, esercitazioni sui fondamentali (palleggio, passaggio, tiro in sospensione, terzo tempo, semplici schemi di difesa e di attacco)

Tennis tavolo, tamburello e calcio balilla.

Durante l'anno scolastico è stata effettuata una costante osservazione delle modificazioni morfologiche, psicologiche e culturali degli allievi; sono stati eseguiti inoltre giochi di gruppo per favorire lo sviluppo della socializzazione. Osservazioni attente sono state effettuate per cogliere i tratti salienti delle singole personalità. Durante il percorso didattico-educativo sono state approfondite le seguenti conoscenze teoriche:

Effetti benefici dell'attività motoria e sportiva

Educazione alimentare

Nozioni di pronto soccorso

Ossa articolazioni e muscoli

Giochi sportivi scolastici: calcio, pallavolo, basket

GLI ALUNNI

L'INSEGNANTE