

EDUCAZIONE FISICA ED EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA

PROGETTO DIDATTICO-EDUCATIVO

Anno 2022

A cura del prof. Giuseppe Ceo e della dott.ssa Giuseppina Aldrovandi

LE GIORNATE DI ATTIVITA' SPORTIVA E IL NUMERO DEI BAMBINI/RAGAZZI COINVOLTI

10 incontri di 2 ore ciascuno per 25 bambini
delle scuole elementari

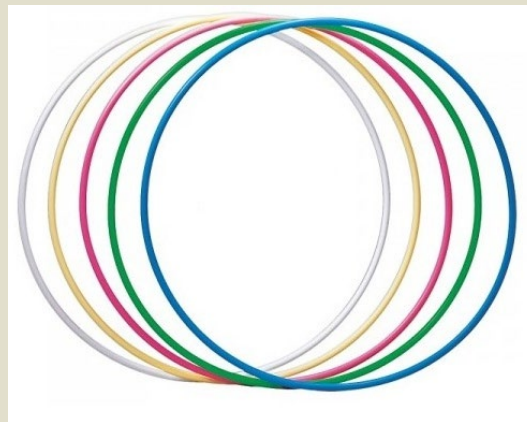
10 incontri di 2 ore ciascuno per 15 ragazzi
delle scuole medie

dal 22 marzo al 28 giugno 2022

La modalità di svolgimento delle attività è
stata al chiuso fino alla fine di aprile e
all'aperto da maggio in poi



ATTREZZI UTILIZZATI



ESERCIZI PER MIGLIORARE LA PERCEZIONE DI SE STESSI NELLO SPAZIO

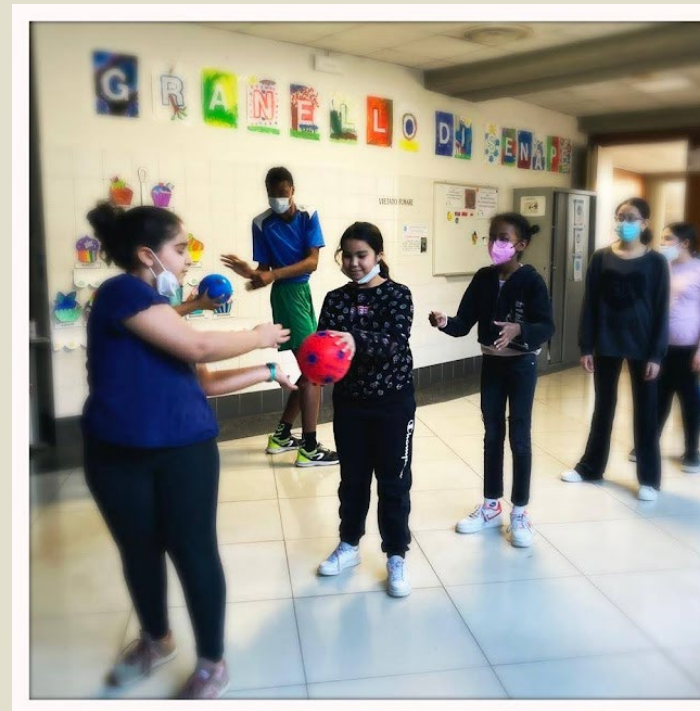
ESERCIZI DI COORDINAZIONE

ESERCIZI POSTURALI

ESERCIZI PER LA COORDINAZIONE OCULO-MANUALE

ESERCIZI SULLA LATERALITA' E L'EQUILIBRIO

ESERCIZI SULL'ORIENTAMENTO



STUDIO DEL MOVIMENTO BIO-MECCANICO E ANATOMICO

ESERCIZI PER LA CONOSCENZA DEL TONO MUSCOLO-SCHELETRICO

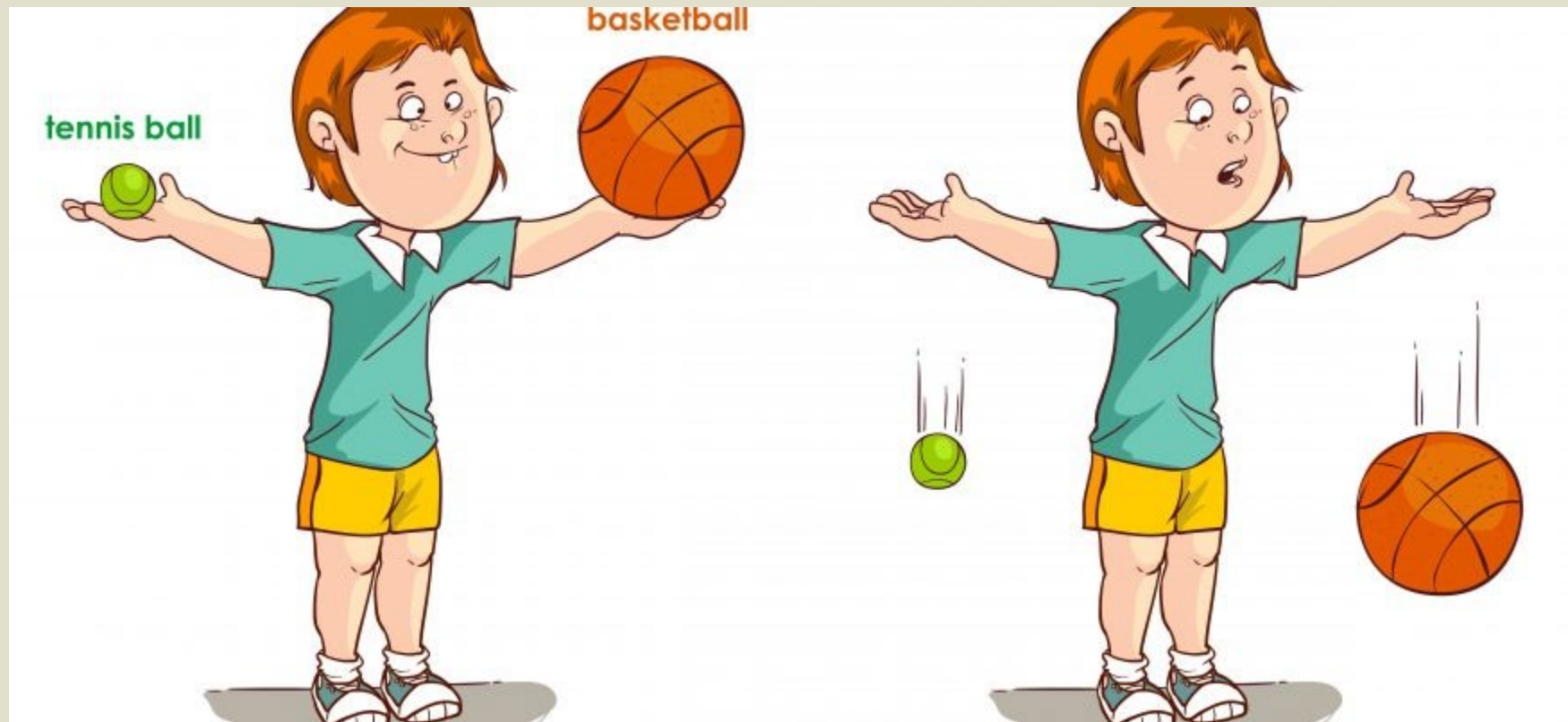
IL VALORE DELLE REGOLE DEL VIVERE INSIEME

- Utilizzo del gioco per insegnare a rispettare ciò che ci circonda, anche l'ambiente
- Esercizi ludico-motori atti a promuovere pari opportunità di partecipazione tra i generi
- Il gioco per rispettare le regole e i ruoli degli altri



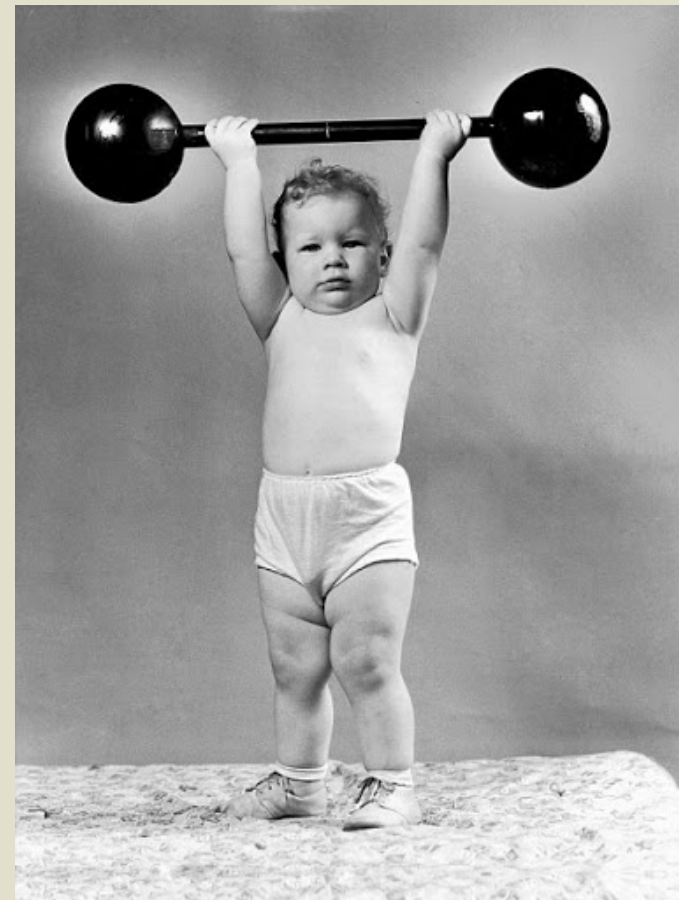
NOZIONI BASE DI FISICA PER CAPIRE MEGLIO LE FORZE CHE ENTRANO IN GIOCO NEL MOVIMENTO

1 - Esercizi per studiare la forza di gravità



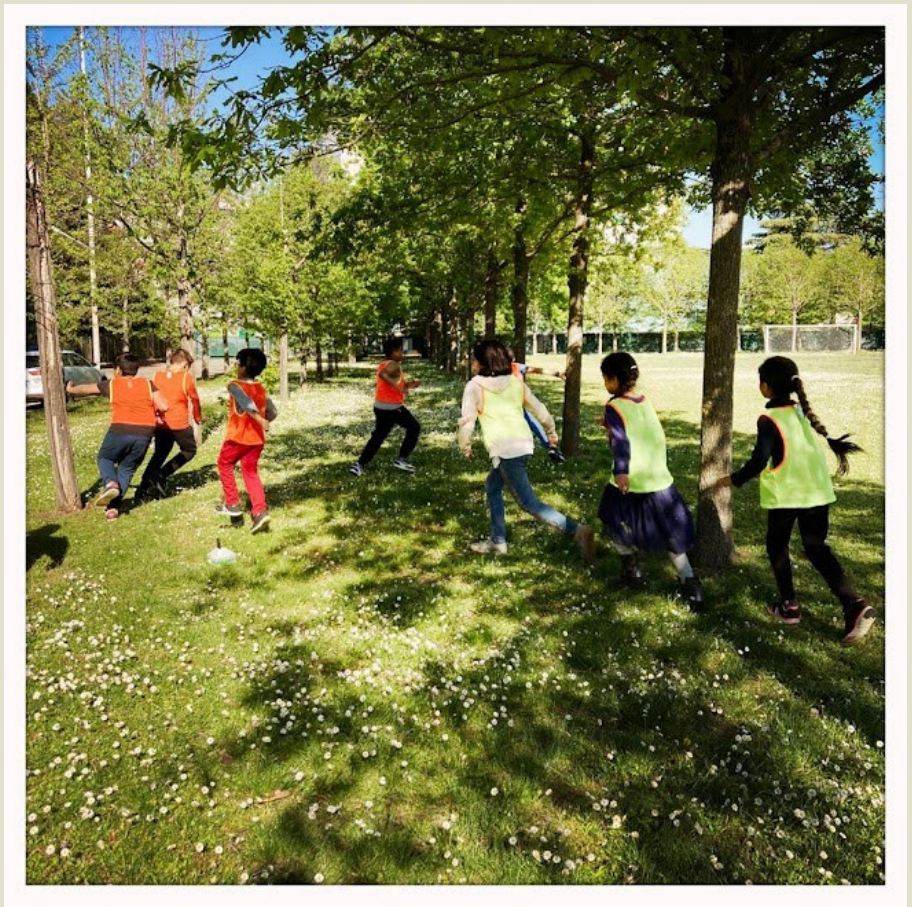
NOZIONI BASE DI FISICA PER CAPIRE MEGLIO LE FORZE CHE ENTRANO IN GIOCO NEL MOVIMENTO

2 - Esercizi per studiare il peso



NOZIONI BASE DI FISICA PER CAPIRE MEGLIO LE FORZE CHE ENTRANO IN GIOCO NEL MOVIMENTO

3 - Esercizi per studiare la velocità



«NOI SIAMO QUELLO CHE MANGIAMO»

Come attraverso il cibo possiamo conoscerci meglio

- ❖ Lezione frontale sull'alimentazione in generale e pre e post gara sportiva
- ❖ Abitudini alimentari a confronto e corretti stili di vita



FESTA DI FINE CORSO CON GARE SPORTIVE E PREMIAZIONI

- ❖ ESERCIZI A CORPO LIBERO
- ❖ PERCORSO A OSTACOLI
- ❖ GARA DI CORSA



EDUCAZIONE FISICA ED EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA

«Lo sport non è solo una forma d'intrattenimento, ma anche uno strumento per comunicare valori che promuovono il bene della persona umana e che contribuiscono alla costruzione di una società più pacifica e fraterna»

Papa Francesco