

# SCIENZE MOTORIE

PROGRAMMA SVOLTO a.s. 2020/21 classe **3D**

Prof. De Cristofaro Silvio

LE REGOLE DELLA PALLAVOLO

I FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQUADRA

LE REGOLE DEL BASKET

I FONDAMENTALI INDIVIDUALI E DI SQUADRA

IL CICLISMO

IL CASO PANTANI

LE OLIMPIADI

LA BOXE

NORME DI IGIENE PERSONALE

TECNICHE ELEMENTARI DI PRIMO SOCCORSO

L'APPARATO LOCOMOTORE: APPARATO SCHELETRICO, MUSCOLARE ED ARTICOLARE

LA RESPIRAZIONE

IL DOPING

EDUCAZIONE ALIMENTARE

I BENEFICI DELL'ATTIVITÀ FISICA.

