MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA "DANIELE CRESPI"

Liceo Internazionale Classico e Linguistico VAPC02701R

Liceo delle Scienze Umane VAPM027011

Via G. Carducci 4 – 21052 BUSTO ARSIZIO (VA)

Tel. 0331 633256 - Fax 0331 674770

www.liceocrespi.edu.it ***E-mail: comunicazioni@liceocrespi.it***

C.F. 81009350125 – Cod.Min. VAIS02700D

Programma di Scienze Motorie A.S. 2022/2023

Materia
SCIENZE MOTORIE

Classe: 1^ CSU
Docente: prof. MERENDINO BASILIO

Argomenti

Parte pratica

In particolare per le attività pratiche: attività per il miglioramento delle capacità condizionali e coordinative; esercizi a corpo libero; pratica e approfondimento tecnico degli sport di squadra.

Parte Teorica

_ Muscoli
_ Sistemi energetici
_ Classificazioni bioenergetiche
_ Apparato cardiocircolatorio e respiratorio (anatomia)
_ Apparato cardiocircolatorio e respiratorio durante l'attività fisica

Busto Arsizio, 26/05/2023

il docente prof.
Basilio Merendino

Firma dei rappresentanti di classe