

## PROGRAMMA SCIENZE MOTORIE

CLASSE 1 C

SVILUPPO CAPACITA' MOTORIE DI BASE  
SVILUPPO CAPACITA' COORDINATIVE E CONDIZIONALI  
POTENZIAMENTO MUSCOLARE A CARICO NATURALE  
CON USO ANCHE DI PICCOLI E GRANDI ATTREZZI  
PALLAVOLO FONDAMENTALI DI GIOCO: STRUTTURA  
REGOLE DI GIOCO.  
CONOSCENZA E SVILUPPO DISCIPLINE DELL'ATLETICA LEGGERA.  
PALLACANESTRO FONDAMENTALI DI GIOCO.

TEORIA

L'APPARATO SCHELETRICO  
ELEMENTI DI TRAUMATOLOGIA SPORTIVA  
I DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE.

TERAMO 3 GIUGNO 2016

Prof. COCCIOLI ALDO