

PROGRAMMI PER ESAMI DI IDONEITA'/INTEGRATIVI DI SCIENZE MOTORIE

Per la materia scienze motorie si ritengono irrinunciabili i seguenti programmi:

BIENNIO

Terminologia specifica e suddivisione generale del corpo umano.

Apparato scheletrico.

Definizione delle capacità motorie. Capacità motorie di tipo percettivo coordinativo e condizionali.

TRIENNIO

Le capacità motorie di tipo condizionale e l'allenamento.

Salute e benessere (salute dinamica).

Per la parte pratica la conoscenza di almeno uno sport