

INDIRIZZO: LICEO SCIENTIFICO

CLASSE: 2[^]

MATERIA: ED. FISICA

DOCENTE: POLONI GIULIANA

A. Il programma svolto

Potenziamento fisiologico; es. di equilibrio a corpo libero.

Pallavolo: generalità.

Pallacanestro: generalità.

Atletica leggera, salto in lungo, salto in alto, corsa di velocità. Teoria dell' atletica leggera.

Calcetto, 5c5.

Apparato cardiocircolatorio.

Resistenza aerobica.

B. Indicazioni per gli studenti con debito formativo

Studio della teoria dei seguenti argomenti:

apparato cardiocircolatorio; teoria della pallavolo; atletica leggera.