

# **PROGRAMMA DI SCIENZE MOTORIE**

## **LICEO SCIENTIFICO**

### **CLASSE I**

- 1) Conoscere i nomi e le posizioni delle ossa e dei muscoli più importanti.
- 2) Il linguaggio corporeo: prossemica, gesto e movimento.
- 3) Conoscenza delle regole e dei fondamentali degli sport di squadra e degli sport individuali
- 4) Norme per il corretto svolgimento della pratica sportiva