

Liceo Scientifico Statale "Enrico Fermi" Massa

Via Fermi 2, 54100 Massa (MS) C.F. 80001820457



Peo: msps01000b@liceofermimassa.edu.it

Pec: msps01000b@pec.istruzione.it

Sito web: www.liceofermimassa.edu.it

Codice univoco: UFTKY7

Tel: 058541106



Programma Scienze Motorie

Docente: Prof. Foce Nicola

Introduzione al movimento tramite attività in palestra e pratica di esercizi su capacità condizionali e coordinative.

Sport, regole e fair-play, teoria e pratica in palestra

Fenomeno del doping nella pratica sportiva e rispetto delle regole e degli avversari

Attività sportive "singole":

Tennis, Nuoto, Atletica leggera, Badminton, Tennis da tavolo

Attività sportive "di squadra":

Pallavolo, Basket, Unihockey, Calcio, Calcetto, Dodgeball, Beach Volley, Pallamano

Storia dello sport, nascita ed evoluzione del concetto di attività sportiva.