

LICEO ARTISTICO "R:COTTINI" di TORINO

PROGRAMMA per l' IDONEITA' ALLA **CLASSE QUARTA**

### **EDUCAZIONE FISICA.**

- Regolamento di pallavolo, pallacanestro e hitball.
- Assi e piani anatomici di riferimento, posizioni e movimenti fondamentali.
- Alimentazione e problematiche connesse :
  - ✓ Gli alimenti nutrienti e le loro funzioni
  - ✓ Il fabbisogno energetico
  - ✓ Composizione corporea
  - ✓ Alimentazione e sport
  - ✓ Anoressia e bulimia