

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