

CONTENUTI IMPRESCINDIBILI

**INDIRIZZO: LICEO SCIENTIFICO NUOVO ORDINAMENTO e LICEO SCIENTIFICO
opzione SCIENZE APPLICATE**

ANNO DI CORSO: 4°

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

- Tipi di forza e metodi allenanti
- Le qualità motorie condizionali e coordinative