



**Ministero dell'Istruzione**  
Istituto di Istruzione Superiore "L. Cossa" - PAVIA  
Viale Necchi, 5 - Tel: 0382 33422  
Succursale: Viale Montegrappa, 26 – Tel: 0382575182  
email: [pvis01200g@istruzione.it](mailto:pvis01200g@istruzione.it) - [pvis01200g@pec.istruzione.it](mailto:pvis01200g@pec.istruzione.it)

## TUTTI GLI INDIRIZZI

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE**

**CLASSE: TERZA**

### LIBRO DI TESTO

DEL NISTA PIERLUIGI / TASSELLI ANDREA

CORPO SUOI LINGUAGGI SPORT

D'ANNA

### ARGOMENTI

- SISTEMA NERVOSO APPLICATO AL FUNZIONAMENTO DEI MUSCOLI
- LE QUALITA' FISICHE CONDIZIONALI (FORZA, RESISTENZA, VELOCITA', MOBILITA')
- CENNI SULLA CONOSCENZA DEI PRINCIPALI SPORT DI SQUADRA (PALLAVOLO, PALLACANESTRO, PALLAMANO, CALCIO, CALCETTO)