

**Liceo "Jacopone da Todi"**  
**Largo Martino I 1 – 06059 Todi (PG)**



**Programma Svolto per  
la disciplina  
SCIENZE MOTORIE**

classe 2BU  
a.s. 2023/2024

- La coordinazione
- Corsa, i 400 metri
- Apparato cardiocircolatorio
- La flessibilità, esercizi pratici e teorici
- Elementi di touchball
- Elementi di pallavolo
- Elementi di basket
- Il primo soccorso

Alessio Bianchi