



LICEO SCIENTIFICO STATALE "MICHELANGELO"

Via Dei Donoratico - 09131 CAGLIARI

c.f.80010550921 - Tel.070/41917-Fax 070/42482

e-mail: caps04000L@istruzione.it - caps04000L@pec.istruzione.it

sito web: www.liccomichelangelo.it

PROGRAMMA DISCIPLINE SPORTIVE ANNO 2025-26

Classe IV, sezione A, indirizzo sportivo.

Docente Nicola Campus

Libro di testo consigliato: MERATI M. "PIU' MOVIMENTO, VOLUME UNICO SECONDO BIENNIO". MARIETTI SCUOLA.

Pratica sportiva attraverso le seguenti attività:

- Arrampicata sportiva;
- Scherma;
- Kayak.

Teoria

- Conoscenze dei regolamenti tecnici degli sport trattati;
- Conoscenza delle caratteristiche dei gesti fondamentali tipici degli sport trattati;
- Conoscenza delle capacità coordinative generali e speciali coinvolte nell'esecuzione dei gesti tecnici;
- Conoscenza delle capacità condizionali coinvolte nell'esecuzione dei gesti tecnici.

Cagliari, 05 giugno 2026

Il Docente
Nicola Campus