

Movimento Umano

- Schema corporeo; schemi motori di base; capacità e abilità motorie; terminologia delle posture e dei movimenti
- Test sulle capacità motorie coordinative e condizionali

Gioco-Sport

- Avviamento alla pesistica: "Caratteristiche e utilizzo dei macchinari isotonic; tecnica dei movimenti con i macchinari isotonic"
- Sport: "Caratteristiche generali degli sport di squadra e individuali (Pallavolo; Badminton; Acrosport; Calcio a 5; Tennistavolo; Pallamano – Dodgeball – Pallacanestro)".

Salute

- Attività fisica per la salute: "Cenni sulle raccomandazioni dell'OMS sull'attività fisica per la salute".
- Educazione Alimentare: "Alimenti e nutrienti; fabbisogni biologici; macronutrienti; micronutrienti; fabbisogno energetico; dieta equilibrata; composizione corporea; bilancio energetico".