

<p><b>Materia:</b> Educazione fisica</p>	<p>Curricolo: <b>SMC MP1</b> Anno: 3. anno</p>	<p>Ore lezione settimanali: 3 Ore lezione annue: 103.5</p>
<p><b>Obiettivo di formazione</b></p>	<p><b>Contenuti del programma</b></p>	<p><b>Metodo di valutazione</b></p>
<p><b>Al termine del corso lo studente è in grado di:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conoscere, capire ed applicare i principi tattici fondamentali.</li> <li>2. Comprendere le esigenze specifiche dell'attrezzo applicando le conoscenze acquisite durante gli anni precedenti. Sviluppare capacità coordinative e condizionali.</li> <li>3. Sviluppare capacità coordinative e condizionali.</li> <li>4. Conoscere il proprio corpo e dei metodi di allenamento.</li> <li>5. Sviluppare sensibilità al problema della salute. Conoscenza del cardiofrequenzimetro e utilizzo nell'ambito di attività pratiche.</li> <li>6. Conoscere attività che normalmente non vengono svolte in palestra.</li> </ol>	<p><b>Durante il corso vengono trattati i seguenti argomenti:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. giochi di squadra</li> <li>b. attrezzistica</li> <li>c. atletica</li> <li>d. condizione fisica: igiene del corpo</li> <li>e. parte "teorica": cardiofrequenzimetro</li> <li>f. attività complementari</li> </ol>	<p><b>La valutazione dell'apprendista avviene nel modo seguente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• attitudine all'attività fisica</li> <li>• applicazione e partecipazione attiva alle lezioni</li> <li>• comportamento:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- rispettare gli altri e l'ambiente</li> <li>- essere disponibili verso i compagni che presentano una qualche difficoltà</li> </ul> </li> <li>• Il raggiungimento degli obiettivi di materia implica una partecipazione regolare alle lezioni e costanza nell'impegno</li> </ul> <p><b>Legenda delle competenze (IL 2-01 tassonomia, CPS, CM) :</b> CPS : competenze personali e sociali CM: competenze metodologiche</p>
<p>Livello di attitudine (tassonomia): 3 CPS: 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 CM: 2.1, 2.2, 2.3, 2.4</p>	<p>Abbigliamento idoneo alle attività svolte</p>	<p>Aggiornato da: TOM Data: dicembre 2011</p>