

<p>Materia: Educazione fisica</p>	<p>Curricolo: SMC profilo E Anno: 3. anno</p>	<p>Ore lezione settimanali: 3 Ore lezione annue: 100.5</p>
<p>Obiettivo di formazione</p>	<p>Contenuti del programma</p>	<p>Metodo di valutazione</p>
<p>Al termine del corso l'apprendista è in grado di:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere, capire ed applicare i principi tattici fondamentali. 2. Comprendere le esigenze specifiche dell'attrezzo applicando le conoscenze acquisite durante gli anni precedenti. Sviluppare capacità coordinative e condizionali. 3. Sviluppare capacità coordinative e condizionali. 4. Conoscere il proprio corpo e dei metodi di allenamento. 5. Sviluppare sensibilità al problema della salute. Conoscenza del cardiofrequenzimetro e utilizzo nell'ambito di attività pratiche. 6. Conoscere attività che normalmente non vengono svolte in palestra. 	<p>Durante il corso vengono trattati i seguenti argomenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • giochi di squadra • attrezzistica • atletica • condizione fisica: igiene del corpo • parte "teorica": cardiofrequenzimetro • attività complementari 	<p>La valutazione dell'apprendista avviene nel modo seguente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • attitudine all'attività fisica • applicazione e partecipazione attiva alle lezioni • comportamento: <ul style="list-style-type: none"> - rispettare gli altri e l'ambiente - essere disponibili verso i compagni che presentano una qualche difficoltà • Il raggiungimento degli obiettivi di materia implica una partecipazione regolare alle lezioni e costanza nell'impegno <p>Legenda delle competenze (IL 2-01 tassonomia, CPS, CM) : 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>