

Materia: Educazione fisica	Curricolo: SPC IC profilo E Anno: 2. anno	Ore lezione settimanali: 2 Ore lezione annue: 73
Obiettivo di formazione	Contenuti del programma	Metodo di valutazione
<p>Al termine del corso lo studente è in grado di:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere, capire ed applicare i principi tattici fondamentali. 2. Conoscere ed eseguire esercizi a diversi attrezzi. 3. Sviluppare capacità coordinative e condizionali. 4. Conoscere il proprio corpo e dei metodi di allenamento. 5. Sviluppare sensibilità al problema salute. Esaminare il problema dell'alimentazione. 6. Conoscere le attività che normalmente non vengono svolte in palestra. 	<p>Durante il corso vengono trattati i seguenti argomenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>giochi di squadra</u> • <u>attrezzistica</u> • <u>atletica</u> • <u>condizione fisica</u>: igiene del corpo • <u>parte "teorica"</u>: alimentazione • <u>attività complementari</u> 	<p>La valutazione dello studente 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>
Livello di attitudine: 3 CPS: 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 3.6 CM: 2.1, 2.2, 2.3, 2.4	Abbigliamento idoneo alle attività svolte	Aggiornato da: TOM Data: 14.11.2015