

Materia: Educazione fisica	Curricolo: SPC MP1 Anno: 3. anno	Ore lezione mensili: 4 Ore lezione annue: 36
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. comprendere, riconoscere 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 6. conoscere il cardiofrequenzimetro e utilizzo nell'ambito di attività pratiche 7. 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"> • <u>Giochi di squadra</u> • <u>Attrezzistica</u> • <u>Atletica</u> • <u>Condizione fisica</u>: igiene del corpo • <u>Parte "teorica"</u>: cardiofrequenzimetro • <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
Livello di attitudine: 3	Abbigliamento idoneo alle attività svolte	Aggiornato da: TOM Data: 4 settembre 2006