

**CENTRO PROFESSIONALE TECNICO
LUGANO-TREVANO
6952 CANOBBIO**



EDUCAZIONE FISICA E SPORT PROGRAMMA D'ISTITUTO

GRUPPO DI MATERIA EDUCAZIONE FISICA
ANNO SCOLASTICO 2017-2018

Centro Professionale Tecnico di Lugano-Trevano
CH – 6952 Canobbio

Telefono Fax
091 815 10 11 091 815 10 19

decs-cpt.trevano@edu.ti.ch
www.cpttrevano.ti.ch

INDICE

Premessa	pag. 4
Profilo della scuola	pag. 4
Obiettivi generali	pag. 5
Obiettivi fondamentali	pag. 7
Contenuti	pag. 11
Valutazione	pag. 11

Una copia completa del Programma d'istituto di Educazione Fisica e Sport (PI-EF) è messa a disposizione in aula docenti. Il PI-EF sarà inoltre messo a disposizione sul server della sede.

Roberto Valaperta, Direttore CPTT

e-mail: roberto.valaperta@edu.ti.ch

Alberto Casari, responsabile area EF

e-mail: alberto.casari@edu.ti.ch

Premessa

L'obiettivo di un programma di istituto specifico di sede per l'educazione fisica e lo sport nasce dalla pubblicazione del "Programma quadro d'insegnamento dell'educazione fisica durante la formazione professionale di base" pubblicato dalla segreteria di Stato per la formazione, la ricerca e l'innovazione, nel settembre del 2014. Questo documento è stato elaborato da gruppi specialistici. Un gruppo si è occupato del progetto da un punto di vista pedagogico, mentre altri due gruppi, uno formato da professionisti del mondo dello sport delegati dai partner della formazione professionale e l'altro invece formato da docenti di educazione fisica della formazione di base si sono occupati maggiormente dei contenuti legati agli aspetti legati alle competenze ai contenuti ed alla valutazione. In seguito alla pubblicazione definitiva del documento, compito di ogni sede di scuola professionale, elaborare un proprio programma d'istituto.

Profilo della scuola

Il Centro Professionale Tecnico di Trevano frequentata da ca. 1600 allievi e 230 docenti. E' un istituto che comprende tre tipologie di scuole professionali:

la SPAI formazione di tipo secondario II che raccoglie al suo interno svariate professioni che si possono suddividere nelle seguenti aree professionali:

- Area del disegno che comprende:
disegnatori AFC (indirizzo architettura, ingegneria civile, pianificazione del territorio), geomatici AFC, progettisti in tecnica della costruzione AFC (riscaldamento, sanitario, ventilazione);
- Area dell'edilizia che comprende:
aiuto pittore CFP, pittori AFC, policostruttori AFC, spazzacamini AFC)
- Area della chimica che comprende:
laboratori AFC (indirizzo biologia, chimica), tecnologi in chimica e chimica farmaceutica AFC, riciclatori AFC
- Area delle tecnologie innovative che comprende:
elettronici multimediali AFC
- Area dell'alimentazione e dei servizi che comprende:
addetti di albergo CFP, impiegati di albergo AFC, addetti di ristorazione CFP, impiegati di ristorazione AFC, addetti di economia domestica CFP, impiegati di economia domestica AFC, impiegati in comunicazione alberghiera AFC, impiegati di gastronomia standardizzata AFC, addetti di macelleria CFP, macellai-salumieri AFC, panettieri-pasticceri-confettieri CFP e AFC, tecnici alimentaristi AFC.
- Area tecnico artistica che comprende:
agenti tecnici in materie sintetiche, odontotecnici, orafi, ottici, operatori in orologeria CFP, orologiai di produzione AFC.

La scuola arti e mestieri, formazione di tipo secondario II con le sezioni:

- Chimica industriale (laboratorista AFC con indirizzo chimica)
- Disegno tecnico (disegnatore AFC con indirizzo architettura e ingegneria civile).
- Elettronica multimediale (elettronico multimediale AFC)
- Informatica (informatico aziendale AFC).

La Scuola specializzata superiore di tecnica, che una formazione di tipo terziario non universitario.

L'area dell'educazione fisica, trasversale alle formazioni di tipo secondario II deve occuparsi di rispondere alle esigenze diverse dei differenti profili professionali presenti nel Centro.

Obiettivi generali

L'insegnamento dell'educazione fisica ha quale obiettivo la trasmissione delle abilità fisiche tramite l'allenamento del corpo in quanto organismo e mezzo d'espressione così come lo sviluppo delle capacità psicomotorie. L'obiettivo generale che si pone l'educazione fisica è quello di consentire alle persone in formazione di acquisire tutte quelle competenze necessarie per poter partecipare in maniera autonoma, responsabile e possibilmente duratura all'attività fisica e alla cultura dello sport.

Ulteriore obiettivo dell'educazione fisica è quello di aiutare l'allievo nel suo sviluppo globale quale futura persona grazie alla specificità della materia, che permette di acquisire norme di comportamento quali il fair play, la solidarietà e l'autodisciplina, come per esempio, la gestione delle emozioni; la rabbia per la sconfitta, l'euforia, la gioia prodotta data dallo svolgere delle attività motorie o l'opposto. Tutte queste esperienze contribuiscono allo sviluppo della personalità, dello spirito di gruppo e della cooperazione, qualità indispensabili nella vita professionale e non.

L'interesse dell'educazione fisica deve essere anche quello di occuparsi dei processi cognitivi come per esempio; la gestione dello spazio e tempo, le percezioni sensoriali che riesce ad avere un allievo, le strategie e gli adattamenti dei suoi comportamenti motori che possono differenziarsi a dipendenza del luogo in cui si svolge l'attività: all'interno al caldo, all'esterno con tempo brutto e freddo.

L'obiettivo generale di questo documento non è tanto quello di stabilire con precisione il programma dettagliato della singola lezione di educazione fisica, bensì stabilire un quadro generale entro il quale la materia si svolge fissando degli obiettivi per anno di formazione, suddiviso in differenti competenze al quale il docente dovrà porre particolare attenzione.



Obiettivi fondamentali

2.1 Primo anno

Competenze disciplinari e metodologiche:

- Conoscere i fondamentali dei giochi di squadra
- Conoscere nel corso della formazione i fattori di condizione fisica
- Conoscere le capacità coordinative.
- Conoscere i principi di base della prevenzione nell'ambito delle attività sportive:
 - utilizzo di un abbigliamento adeguato
 - utilizzo del materiale di protezione
 - importanza e possibili contenuti del riscaldamento
- Conoscere i principi elementari delle tecniche di movimento nelle varie attività motorie
- Conoscere le attività che possono portare ad un beneficio della salute fisica e psichica.

Competenze sociali:

- Svolgere il lavoro secondo le regole stabilite: puntualità, tenuta idonea, impegno costante.
- Vivere relazioni interpersonali, esperienze di aiuto reciproco e di amicizia durante l'attività fisica
- Rispettare le regole della vita di gruppo, assumendo un comportamento responsabile, rispettoso di se stessi, dei compagni, dei docenti, dell'ambiente circostante e del materiale a disposizione.
- Saper riconoscere per poi migliorare le proprie capacità motorie dal punto di vista quantitativo (condizione fisica), e qualitativo (coordinazione).
- Capire il valore dell'attività motoria come fattore importante nel mantenimento della salute.

Competenze personali:

- Acquisire un vasto repertorio cinetico, svilupparlo e migliorarlo in funzione del potenziale personale.
- Acquisire tecniche sportive per la pratica di sport individuali o collettivi sviluppando le attitudini individuali.
- Migliorare e/o stabilizzare le capacità motorie dal punto di vista quantitativo e qualitativo
- Saper affrontare i diversi elementi (acqua, ghiaccio, esterno, palestra).
- Progettare delle situazioni per allenare la condizione fisica e le capacità coordinative.
- Disponibilità ad essere coinvolto in compiti d'aiuto al docente.
- Sviluppare la fiducia in sé e la conoscenza delle proprie attitudini fisiche e dei propri limiti.

2.2. Secondo anno

Competenze disciplinari e metodologiche:

- Approfondire la conoscenza dei fattori della condizione fisica e saperli applicare secondo le esigenze.
- Capire l'importanza della coordinazione nell'ambito dell'allenamento della condizione fisica
- Approfondire le regole dei principali giochi sportivi.
- Acquisire le prime nozioni di tattica dei principali giochi sportivi.
- Stabilizzare e perfezionare le tecniche di movimento nelle varie attività motorie, applicandole in ambiti sempre più variati.
- Saper utilizzare correttamente la simbologia di una carta topografica negli esercizi di corsa di orientamento

Competenze sociali:

- Consolidare la fiducia in sé e la conoscenza delle proprie attitudini fisiche e dei propri limiti.
- Vivere in gruppo esperienze di comportamento tollerante e sociale.
- Prendersi cura del proprio corpo rispettando le necessità di riposo e di un'adeguata igiene.
- Rispettare le regole della vita di gruppo assumendo un comportamento responsabile, rispettoso di se stessi, dei compagni, dei docenti, e dell'ambiente circostante.
- Imparare a gestire le proprie emozioni

Competenze personali:

- Acquisire un vasto repertorio cinetico, stabilizzarlo e migliorarlo in funzione del potenziale personale.
- Consolidare tecniche sportive per la pratica di sport individuali o collettivi sviluppando attitudini individuali.
- Migliorare e/o stabilizzare le capacità motorie dal punto di vista quantitativo e qualitativo.
- Riuscire ad aiutare e sostenere in modo attivo e responsabile l'altro.
- Sviluppare e consolidare la consapevolezza di se stessi e la fiducia in se stessi.

2.3. Terzo anno

Competenze disciplinari e metodologiche:

- Saper utilizzare i fattori della condizione fisica e le capacità coordinative per la pianificazione di un programma personale di attività, volto alla promozione della salute psicofisica.
- Saper utilizzare le regole e le tecniche dei principali giochi sportivi per facilitare l'apprendimento delle tattiche di gioco.
- Stabilizzare e perfezionare le tecniche di movimento nelle varie attività motorie, applicandole in ambiti sempre più variati.
- Adottare i cambiamenti pianificati tramite un approccio orientato alle soluzioni, agli obiettivi e ai processi.
- Mantenere e aumentare le prestazioni e il benessere.

Competenze sociali:

- Consolidare la fiducia in sé e la conoscenza delle proprie attitudini fisiche e dei propri limiti.
- Vivere in gruppo esperienze di comportamento tollerante e sociale.
- Prendersi cura del proprio corpo rispettando le necessità di riposo e di un'adeguata igiene.
- Rispettare le regole della vita di gruppo assumendo un comportamento responsabile, rispettoso di se stessi, dei compagni, dei docenti, e dell'ambiente circostante.
- Imparare a gestire le proprie emozioni.
- Imparare a gestire in modo costruttivo i conflitti.
- Assumersi la propria responsabilità per gli altri.
- Sostenere gli altri con consigli e correzioni.

Competenze personali:

- Sviluppare un vasto repertorio cinetico, variarlo e migliorarlo in funzione del potenziale personale.
- Consolidare tecniche sportive per la pratica di sport individuali o collettivi sviluppando attitudini individuali.
- Migliorare e/o stabilizzare le capacità motorie dal punto di vista quantitativo e qualitativo.
- Riuscire ad aiutare e sostenere in modo attivo e responsabile l'altro.
- Riflettere sul proprio benessere in modo critico e adottare le misure adeguate per poter mantenersi in salute.
- Essere in grado di assumere responsabilità nella pianificazione e nella realizzazione di momenti di attività; in particolare saper presentare alla classe una messa in moto adeguata al tema della lezione e gestirla in modo corretto. (solo per formazioni a tempo pieno)

2.4. Quarto anno

Competenze disciplinari e metodologiche:

- Approfondire i fattori della condizione fisica e le capacità coordinative per la pianificazione di un programma personale di attività, volto alla promozione della salute psicofisica e del benessere globale in un'ottica a lungo termine.
- Saper utilizzare le regole e le tecniche dei principali giochi sportivi per facilitare l'apprendimento delle tattiche di gioco, ed essere in grado di adattarle al contesto in cui si svolgono queste attività.
- Stabilizzare e perfezionare le tecniche di movimento nelle varie attività motorie e essere in grado di applicarle individualmente in ambiti sempre più variati.

Competenze sociali:

- Saper valutare in modo corretto le proprie attitudini fisiche e i propri limiti.
- Dimostrare di essere in grado di vivere in gruppo esperienze di comportamento tollerante e sociale.
- Prendersi cura del proprio corpo rispettando le necessità di riposo e di un'adeguata igiene.
- Rispettare le regole della vita di gruppo, assumendo un comportamento responsabile, rispettoso di sé stessi, dei compagni, dei docenti.
- Imparare a gestire le proprie emozioni.
- Imparare a gestire in modo costruttivo i conflitti.

Competenze personali:

- Per poter rispettare le differenze fisiche individuali e le conseguenti differenze di possibilità di apprendimento, gli obiettivi di capacità non possono essere definiti in modo assoluto. In generale si cercherà di:
- Stabilizzare il vasto repertorio cinetico appreso negli anni passati, variarlo e migliorarlo in funzione del potenziale personale.
- Esprimere tecniche sportive per la pratica di sport individuali o collettivi attingendo dalle proprie attitudini e esperienze.
- Migliorare e/o stabilizzare le capacità motorie dal punto di vista quantitativo e qualitativo, costruendo sulle basi acquisite nei precedenti anni.

(Eventualmente su richiesta del docente saper presentare una ricerca in ambito dell'educazione fisica, collegandola in modo adeguato alla pianificazione e realizzazione della lezione nell'ambito della materia in base

Contenuti

- I fattori della condizione fisica:
forza, resistenza, velocità, mobilità.
- Le capacità coordinative:
ritmo, equilibrio, orientamento, reazione, differenziazione.
- Promozione della salute:
gestione dello sforzo, ritmo lavoro-riposo, igiene personale, prevenzione degli incidenti (riscaldamento, abbigliamento, materiale di protezione)

I contenuti sopraelencati saranno integrati e variati in funzione dell'anno scolastico e delle capacità individuali nelle seguenti attività:

- Piccoli e grandi giochi
- Ginnastica agli attrezzi
- Elementi di danza e ginnastica con la musica
- Attività di condizione fisica e di coordinazione
- Discipline atletiche
- Corsa d'orientamento
- Attività di espressione e contatto corporeo
- Nuoto
- Pattinaggio
- Ev. escursioni
- Per alcune classi campo di una settimana
- Ev. partecipazione a tornei cantonali e federali

Valutazione

- La valutazione è principalmente basata su tre pilastri:
- Le competenze sociali che verificano la presenza attiva alle lezioni, il comportamento coerente con le regole, il vivere le relazioni interpersonali, le esperienze di aiuto reciproco e di amicizia durante l'attività fisica, il rispetto delle regole della vita di gruppo, assumendo un comportamento responsabile, rispettoso di se stessi, dei compagni, dei docenti, dell'ambiente circostante e del materiale a disposizione. Queste competenze rappresentano il 50% del valore della nota attribuita.
- Le competenze metodologiche che rappresenteranno il 25%.
- Le competenze personali, che saranno valutate attraverso prestazioni misurabili da criteri stabiliti dal gruppo di materia e l'osservazione da parte del docente. Avranno un valore del 25%.

Repubblica e Cantone del Ticino
Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport
Divisione della formazione professionale

Centro professionale tecnico Lugano-Trevano
6952 Canobbio



telefono 091 815 10 11
fax 091 815 10 19
e-mail decs-cpt.trevano@edu.ti.ch
web www.cpttrevano.ti.ch

