



Corso: Corso 1 Recitazione 2023/2024

Materia: Tecniche del training fisico

Docente: Davide Montagna

Contenuti del corso: La lezione prevede un training fisico indirizzato a formare lo studente muscolarmente, a potenziarlo e a prepararlo alle varie difficoltà nella gestione del movimento. Vari sono gli esercizi per il controllo dell'assetto del corpo, per la corretta postura e per il rinforzo della muscolatura.

Agli esercizi di rinforzo e potenziamento vengono abbinati esercizi di allungamento e stretching della muscolatura con indicazioni specifiche suggerite a seconda delle caratteristiche personali. La lezione tende a rendere autonomo lo studente nella gestione degli esercizi di mantenimento della forma fisica aiutandolo a capire come intervenire sulle proprie difficoltà e carenze.

Modalità di valutazione: La materia in questione rende lo studente consapevole dei propri progressi nella misurazione quotidiana delle difficoltà che si presentano.

La valutazione avviene ad ogni lezione e in modo costante e tiene conto della frequenza, dell'attenzione, dell'impegno, della qualità di esecuzione, dell'apprendimento e della capacità di correzione degli errori.

Sono possibili verifiche sull'esecuzione tecnica di movimenti o domande specifiche per attestare l'apprendimento delle nozioni durante il percorso di studio

Modalità svolgimento esame (FINE CORSO // FINE MODULO): Non è previsto un esame per il secondo corso. Al termine del modulo verrà assegnata un'idoneità in base al rendimento dimostrato nell'intero percorso didattico, alla quantità di presenze alle lezioni e alle conoscenze acquisite.