



## MODELLO DI PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE ANNO SCOLASTICO 2018/19

INDIRIZZO Servizi per l'agricoltura e lo sviluppo rurale

CLASSE 3° SEZIONE A

DISCIPLINA Scienze motorie e sportive

DOCENTE Prof.ssa Senaldi Elena

QUADRO ORARIO (N. ore settimanali nella classe) 2

### 1. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA

ASSE CULTURALE:

<b><u>Competenze disciplinari</u></b> <i>Obiettivi generali di competenza della disciplina definiti all'interno dei Gruppi Disciplinari</i>	1 utilizzare in modo adeguato le abilità motorie acquisite anche per il mantenimento della salute psico-fisica 2 comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica e nelle relazioni con gli altri; 3 essere responsabile nel ruolo di studente;
--	--

### ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

COMPETENZE	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
1 utilizzare in modo adeguato le abilità motorie acquisite anche per il mantenimento della salute psico-fisica	1. eseguire in modo corretto esercizi di mobilità, forza, resistenza, coordinazioni; 2. fondamentali individuali di alcuni sport di squadra e specialità sportive individuali, saper individuare gli errori di esecuzione e saperli correggere	1. conoscere le qualità motorie e i loro metodi di allenamento; 2. conoscenza delle regole degli sport di squadra e delle specialità individuali prese in esame
2 comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica e nelle relazioni con gli altri;	1. Capacità di autocontrollo, rispetto delle regole della palestra e dei luoghi sportivi, rispetto degli altri, degli	1. Conoscenza delle norme comportamentali riferite alla lezione di Scienze Motorie, conoscere le regole della



Istituto Statale Istruzione Superiore  
"Isaac Newton" - VARESE



URS is a member of Registrar of Standards (Holdings) Ltd.  
United Registrar of Systems Certificate No. 35520/A/0002/UK/11

	avversari e delle strutture per una convivenza civile; 2. Prendere coscienza dei propri limiti e delle proprie potenzialità; 3. Collaborare e rispettare i singoli individui nei ruoli e nelle abilità	lealtà, non umiliare gli altri per esaltare le proprie peculiarità; 2. Conoscenza dei test motori con le relative griglie di valutazione;
3 essere responsabile nel ruolo di studente	1. Impegno, partecipazione, autonomia e autostima; 2. Trasformare le proprie capacità motorie in abilità valide nella vita personale e sociale; 3. Intervenire in modo adeguato nel contesto motorio apportando un contributo attivo, rispettando il proprio ruolo e quello degli altri.	1. Prendere coscienza dell'importanza del proprio apporto, delle proprie propensioni, del proprio ruolo. 2. Mostrare sensibilità per agire in armonia con gli altri, avversari e non, e con l'ambiente

## 2. CONTENUTI DEL PROGRAMMA

(E' possibile esporli anche per moduli ed unità didattiche, indicando i rispettivi tempi di realizzazione. Specificare eventuali approfondimenti)

**MODULO 1:** consolidamento delle qualità motorie condizionali e coordinative.

- UNITA' 1: resistenza generale
- UNITA' 2: mobilità articolare
- UNITA' 3: miglioramento della tonicità generale
- UNITA' 4: coordinazione

Tempi di realizzazione: queste unità di apprendimento, avendo una valenza universale rientrano in tutte le attività motorie; verranno, quindi, perseguite durante l'intero anno scolastico.

**MODULO 2:** pratica delle attività sportive.

- UNITA' 1: giochi sportivi di squadra, nella pratica e nella teoria (regolamenti)
- UNITA' 2: attività sportive individuali

Tempi di realizzazione: dal mese di novembre in poi, fino alla fine dell'anno scolastico.

**MODULO 3:** principi fondamentali sulla tutela della salute e la prevenzione degli infortuni.

- UNITA' 1: lavorare in sicurezza
- UNITA' 2: prevenzione degli infortuni
- UNITA' 3: regolamento della palestra



Istituto Statale Istruzione Superiore  
"Isaac Newton" - VARESE



URS is a member of Registrar of Standards (Holdings) Ltd.  
United Registrar of Systems Certificate No. 35520/A/0002/UK/11

#### MODULO 4: confronto e competizione

- ☐ lavoro di gruppo
- ☐ proposte problem solving individuali e di gruppo
- ☐ giochi di squadra e sportivi

Tempi di realizzazione: l'unità di apprendimento avrà la durata dell'intero anno scolastico

### 3. **MODULI INTERDISCIPLINARI** ( UDA tra discipline dello stesso asse o di assi diversi)

Descrizione delle UDA

#### 4. **METODOLOGIE**

	lezione frontale
	la lezione dialogata abbinata ad un metodo induttivo per la trasmissione delle conoscenze
X	la discussione guidata per l'applicazione delle conoscenze e l'acquisizione delle competenze
X	l'attività di gruppo per il rinforzo delle competenze e l'esercizio di capacità
	il problem solving
	attività di tutor in laboratorio
	prove scritte strutturate e non
X	test, questionari
X	verifiche orali
X	prove pratiche di laboratorio, individuali e non.
	relazioni di laboratorio

#### 5. **MEZZI DIDATTICI**

Testi adottati:

- Balboni G., Moscatelli F., Accornero L., Bianchi N. " L'ABC delle Scienze Motorie e dell'educazione alla salute" vol. unico ED. Il Capitello
- Eventuali sussidi didattici o testi di approfondimento: videoproiettore, appunti dettati o fotocopati
- Attrezzature e spazi didattici utilizzati: Aula, Laboratorio d'indirizzo e Laboratorio di Informatica (se disponibile)
- Altro: Palestra, spazi all'aperto disponibili all'interno e/o all'esterno dell'edificio scolastico, di proprietà della scuola o anche non.



Istituto Statale Istruzione Superiore  
"Isaac Newton" - VARESE



URS is a member of Registrar of Standards (Holdings) Ltd.  
United Registrar of Systems Certificate No. 35520/A/0002/UK/11

## 6. MODALITA' DI VALUTAZIONE E DI RECUPERO

	TIPOLOGIA DI PROVE DI VERIFICA	SCANSIONE TEMPORALE
	prove scritte	N. 2/3 verifiche sommative previste per il quadrimestre:
x	prove orali	
	prove grafiche	
x	test, questionari;	
x	prove pratiche di laboratorio, individuali e non.	
	relazioni di laboratorio	
x	Osservazione sistematica del lavoro svolto dagli alunni, disponibilità dimostrata verso le attività proposte, impegno personale, puntualità, precisione e diligenza	

MODALITÀ DI RECUPERO	MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Recupero in itinere</li> <li>○ Sportello Help (*)</li> <li>○</li> </ul> <p>(*) se attivato in base alle disponibilità dell'Istituto</p>	

## 7. COMPETENZE TRASVERSALI DI CITTADINANZA

Si ricorda che tutte le discipline concorrono alla realizzazione delle competenze chiave dell'obbligo scolastico, competenze qui di sotto elencate

### A) COMPETENZE DI CARATTERE METODOLOGICO E STRUMENTALE

#### 1. IMPARARE A IMPARARE:

L'allievo sa organizzare il proprio apprendimento, individuando, scegliendo ed utilizzando varie fonti.

#### 2. PROGETTARE:

L'allievo riesce ad elaborare e realizzare progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie attività di studio, utilizzando le conoscenze apprese.

#### 3. RISOLVERE PROBLEMI:



Istituto Statale Istruzione Superiore  
"Isaac Newton" - VARESE



URS is a member of Registrar of Standards (Holdings) Ltd.  
United Registrar of Systems Certificate No. 35520/A/0002/UK/11

L'allievo è in grado d'individuare le strategie di risoluzione del problema e di definire i passi necessari, di formulare un'ipotesi di soluzione e di verificarne la correttezza.

**4. INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI:**

L'allievo è in grado d'individuare analogie, differenze e relazioni esistenti tra sistemi diversi.

**5. ACQUISIRE E INTERPRETARE LE INFORMAZIONI:**

L'allievo è in grado di acquisire ed interpretare l'informazione ricevuta nei diversi ambiti ed attraverso diversi strumenti comunicativi, distinguendo fatti ed opinioni.

**B) COMPETENZE DI RELAZIONE E INTERAZIONE**

**6. COMUNICARE:**

La competenza si collega alla capacità di usare un linguaggio appropriato e specifico in ogni singola disciplina e a rappresentare eventi e fenomeni utilizzando schematizzazioni di vario tipo.

**7. COLLABORARE E PARTECIPARE:**

L'allievo interagisce in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, nel riconoscimento del diritto fondamentale degli altri.

**C) COMPETENZE LEGATE ALLO SVILUPPO DELLA PERSONA, NELLA COSTRUZIONE DEL SÉ**

**8. AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE:**

L'allievo è capace d'attuare un'indagine esplorativa e selettiva autonoma; riesce a collocare la propria esperienza personale in un sistema di regole fondato sul rispetto reciproco dei diritti per il pieno esercizio della cittadinanza.