

## MODELLO DI PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

### ANNO SCOLASTICO 2020/2021

INDIRIZZO ELETTRONICA/SISTEMA MODA

CLASSE 1                      SEZIONE A

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE NICORA LOREDANA

QUADRO ORARIO 2 ore settimanali

In riferimento al

- profilo educativo, culturale e professionale (PECUP) e i traguardi formativi attesi per gli Istituti Tecnici e Professionali;
- al Piano Triennale dell'Offerta Formativa dell'Istituto;
- alla Progettazione dipartimentale per Assi;
- alla Programmazione del Consiglio di classe;
- all'analisi della situazione di partenza del gruppo classe;

si presentano le linee progettuali per competenze, abilità e conoscenze del percorso formativo disciplinare così come segue:

### **1. QUADRO DEGLI OBIETTIVI DI COMPETENZA**

ASSE CULTURALE:

- ☒ Asse dei linguaggi
- ☐ Asse storico – sociale
- ☐ Asse matematico
- ☐ Asse scientifico - tecnologico

<p><b><u>Competenze disciplinari</u></b></p> <p><i>Obiettivi generali di competenza della disciplina definiti all'interno dei Coordinamenti di materia</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.utilizzare in modo adeguato le abilità motorie acquisite;</li> <li>2.eseguire in modo globale i fondamentali di base di alcuni giochi sportivi di squadra;</li> <li>3.comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica e nelle relazioni con gli altri;</li> <li>4.essere responsabile nel ruolo di studente;</li> <li>5.acquisizione di nozioni basilari per il mantenimento della salute psico-</li> </ol>
--	--

fisica (in modo particolare per gli esonerati) .

## ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

COMPETENZA DI RIFERIMENTO	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
Utilizzare in modo adeguato le abilità motorie acquisite.	Eseguire in modo corretto esercizi di mobilità, forza, resistenza, coordinazione.	Conoscenza di modalità esecutive relative alle competenze prese in esame. Test motori con relative griglie valutative.
Eseguire in modo globale i fondamentali di base di alcuni giochi sportivi di squadra.	Fondamentali individuali di pallavolo e badmington.	Conoscenza di modalità esecutive relative alle competenze prese in esame. Giochi di squadra educativi e ludici.
Comportarsi in modo corretto nella sfera pubblica e nelle relazioni con gli altri.	Autocontrollo, rispetto delle regole, degli altri e delle strutture per una convivenza civile. Prendere coscienza dei propri limiti e delle proprie potenzialità. Collaborare e rispettare i singoli individui nei ruoli e nelle abilità.	Rispetto delle norme comportamentali riferite alla lezione di scienze motorie
Essere responsabile nel ruolo di studente.	Impegno, partecipazione. Autonomia e autostima. Trasformare le proprie capacità motorie in abilità adeguandole al contesto. Intervenire in modo adeguato nel contesto motorio apportando un contributo attivo. Conoscere a grandi linee l'anatomia del corpo umano; conoscere semplici nozioni di primo soccorso; etica sportiva. Regole e dinamiche dei giochi sportivi	Svolgere in modo autonomo e completo le attività pratiche motorie e sportive richieste. Strategie d'azione, tattiche di gioco, risoluzione di situazioni problematiche in attività ludico-motorie di gruppo.
Acquisizione di nozioni basilari per il mantenimento della salute psico-fisica (in modo particolare per gli esonerati)	Conoscere a grandi linee l'anatomia del corpo umano; conoscere semplici nozioni di primo soccorso; etica sportiva. Regole e dinamiche dei giochi sportivi	Nozioni di anatomia del corpo umano; nozioni di primo soccorso; regole e dinamiche dei giochi sportivi; informazioni sui comportamenti corretti in ambito sportivo
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>
<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>



**FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI**

**pon**  
2014-2020



PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)



## **2. CONTENUTI DEL PROGRAMMA**

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

Nel rispetto delle norme di prevenzione Covid-19 e del distanziamento si realizzeranno:

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

- andature, esercizi a corpo libero, con piccoli attrezzi, da realizzare sul posto, utili al transfert nella tecnica sportiva; esercizi a carico naturale, con piccoli attrezzi e per stretching, la mobilità articolare e il trofismo

-attività utili a stimolare i meccanismi aerobico, anaerobico lattacido e alattacido sul posto e, se possibile in percorso distanziato.

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

Se sarà possibile

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

- UNITA'1: giochi sportivi di squadra: pallavolo e badmington

- UNITA'2: attività sportive individuali: giocoleria con 3 palline e bolas.

Tempi di realizzazione: primo e secondo quadrimestre

**MODULO 3:** teoria delle attività motorie, principi fondamentali sulla tutela della salute e la prevenzione degli infortuni.

- UNITA'1: prevenzione degli infortuni in palestra e traumatismi.

- UNITA'2: nozioni di pronto soccorso

- UNITA'3: regolamenti dei giochi sportivi

Tempi di realizzazione: l'unità di apprendimento avrà la durata di circa 10.

## **3. MODULI INTERIDISCIPLINARI**

Nel corpo editabile *(UDA tra discipline dello stesso asse o di assi diversi)*

Descrizione delle UDA

Modulo interdisciplinare stabilito dal Consiglio di Classe: "Tutela della salute e dell'ambiente"

Competenze:

- Osservare e descrivere, analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale
- Acquisizione di nozioni basilari per il mantenimento della salute psico-fisica

Abilità:

- Conoscere il proprio corpo e le sue funzionalità
- Adottare i principi igienico-scientifici per mantenere il proprio stato di salute così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere

Conoscenze:

- Le norme igieniche per la pratica sportiva
- I traumatismi
- Nozioni di pronto soccorso

## **4. METODOLOGIE**

<input checked="" type="checkbox"/>	Lezione frontale
<input type="checkbox"/>	Lezione dialogata abbinata ad un metodo induttivo per la trasmissione delle conoscenze
<input checked="" type="checkbox"/>	Discussione guidata per l'applicazione delle conoscenze e l'acquisizione delle competenze

<input checked="" type="checkbox"/>	Attività di gruppo per il rinforzo delle competenze e l'esercizio di capacità
<input type="checkbox"/>	Problem solving
<input type="checkbox"/>	Attività di <i>tutor</i> in laboratorio
<input type="checkbox"/>	Prove scritte strutturate e non strutturate
<input type="checkbox"/>	Test e questionari
<input type="checkbox"/>	Verifiche orali
<input type="checkbox"/>	Prove pratiche di laboratorio, individuali e di gruppo
<input type="checkbox"/>	Relazioni di laboratorio
<input type="checkbox"/>	Altro: da specificare

## 5. MEZZI DIDATTICI

- ☒ Testi adottati: indicare
- ☐ Eventuali sussidi didattici o testi di approfondimento: indicare
- ☐ Videoproiettore, LIM.
- ☐ Attrezzature e spazi didattici utilizzati: Aula, Laboratorio d'indirizzo e Laboratorio di
- ☐ Appunti del docente
- ☐ Altro: da specificare

## 6. MODALITÀ' DI VALUTAZIONE E DI RECUPERO

	TIPOLOGIA DI PROVE DI VERIFICA	SCANSIONE TEMPORALE
<input type="checkbox"/>	Interrogazione lunga	Numero minimo di verifiche sommative previste per il quadrimestre: 2
<input checked="" type="checkbox"/>	Interrogazione breve	
<input type="checkbox"/>	Tema o problema	
<input type="checkbox"/>	Prove strutturate	
<input checked="" type="checkbox"/>	Prove semistrustrate	
<input type="checkbox"/>	Prove grafiche	
<input checked="" type="checkbox"/>	Prove pratiche	
<input type="checkbox"/>	Questionario	
<input type="checkbox"/>	Relazione	
<input type="checkbox"/>	Esercizi	
<input checked="" type="checkbox"/>	Altro da specificare	

MODALITÀ DI RECUPERO	MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO
<input checked="" type="checkbox"/> Recupero <i>in itinere</i> <input type="checkbox"/> Sportello Help (*)	<i>Fare clic per inserire il testo.</i>

☐ Altro: *Fare clic per inserire il testo.*

(\*) se attivato in base alle disponibilità dell'Istituto

## **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:**

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 di attuare una 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.

**COMPETENZE CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE – QUADRO DI RIFERIMENTO EUROPEO – RACCOMANDAZIONE 22 MAGGIO 2018**

- COMPETENZA ALFABETICO-FUNZIONALE
- COMPETENZA MULTILINGUISTICA
- COMPETENZA MATEMATICA E COMPETENZA IN SCIENZE, TECNOLOGIE E INGEGNERIA
- COMPETENZA DIGITALE COMPETENZA PERSONALE, SOCIALE E CAPACITA' DI IMPARARE A IMPARARE
- COMPETENZA IN MATERIA DI CITTADINANZA
- COMPETENZA IMPRENDITORIALE
- COMPETENZA IN MATERIA DI CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE