

MODELLO DI PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE

ANNO SCOLASTICO 2021/2022

INDIRIZZO BIOTECNOLOGIE

CLASSE 3 SEZIONE A e B (gruppo piscina-gruppo palestra)

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE PILORI FABIO (Gruppo Palestra) GANDINI GIOVANNI (Gruppo Piscina)

QUADRO ORARIO (n. ore settimanali nella classe) 2

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><u>Competenze disciplinari</u></p> <p><i>Obiettivi generali di competenza della disciplina definiti all'interno dei Coordinamenti di materia</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - incremento delle qualità motorie di base - affinamento degli schemi motori - avviamento alla pratica sportiva- gruppo piscina il nuoto - conoscenza degli elementi fondamentali di prevenzione degli infortuni e pronto soccorso .
--	---



**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

pon
2014-2020



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



ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

COMPETENZA DI RIFERIMENTO	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
Saper organizzare e gestire in modo autonomo le attività sportive di squadra Gruppo Piscina Saper organizzare e gestire in modo autonomo le attività acquatiche	Saper controllare le proprie emozioni anche in situazione di competitività Gruppo Piscina Saper controllare le proprie emozioni e sentimenti nei confronti di un agente esterno come l'acqua e accettare la propria corporeità e quella dei compagni	Conoscenza delle regole delle discipline sportive trattate Gruppo Piscina Conoscenza degli effetti dell'acqua sul corpo, sui movimenti e riconoscere i propri limiti
Saper correggere autonomamente gli errori esecutivi degli esercizi Gruppo Piscina Trasferire in pratica le indicazioni teoriche relative alla tecnica dei tre stili del nuoto	Saper eseguire in modo corretto gli esercizi didattici e propedeutici delle discipline sportive trattate Gruppo Piscina Cimentarsi con la presa di coscienza del gesto tecnico del nuoto per perfezionarsi gradualmente	Conoscenza dei principi metodologici di sviluppo delle capacità e delle abilità motorie di base Gruppo Piscina Conoscenza della tecnica dei tre stili di nuoto, crawl, dorso e rana
Saper gestire in modo autonomo semplici attività motorio-sportive Gruppo Piscina Saper gestire la respirazione durante il nuoto e sott'acqua. Sviluppare la resilienza.	Saper eseguire in modo elementare la tecnica di base delle discipline sportive trattate Gruppo Piscina Saper utilizzare in modo corretto la respirazione durante le azioni natatorie e riuscire a gestire brevi apnee sott'acqua. Saper dosare le forze e gestire la fatica per portare a termine un compito motorio.	Conoscenza dei processi didattici dei fondamentali delle principali discipline sportive previste dal programma Gruppo Piscina Conoscenza dei limiti indotti dalla respirazione nelle attività natatorie e subacquee. Conoscere la fatica necessaria a nuotare per distanze, valutare le proprie possibilità per non cimentarsi in imprese impossibili.
Saper utilizzare in modo corretto le attrezzature della palestra Gruppo piscina Saper utilizzare in modo	Saper rispettare alcune regole fondamentali igienico sanitarie Gruppo piscina Saper rispettare le regole	Conoscenza delle norme di sicurezza in palestra Conoscenza delle principali norme igienico-sanitarie Gruppo piscina



**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

pon
2014-2020



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



corretto gli spazi acqua e quelli negli spogliatoi	fondamentali per poter accedere in sicurezza in una piscina	Conoscenza dei regolamenti relativi al comportamento da tenere in piscina. Conoscenza delle principali norme igienico-sanitarie legate all'acquaticità.
✱	✱	✱
✱	✱	✱
✱	✱	✱
✱	✱	✱
✱	✱	✱
✱	✱	✱
✱	✱	✱

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)*

- preparazione della forza e resistenza a carattere generale
- sviluppo delle capacità coordinative di base
- situazioni motorie complesse con combinazione di differenti abilità
- Studio tecnico-pratico e teorico delle seguenti discipline sportive: atletica leggera, ginnastica art. giochi sportivi e presportivi
- elementi di ginnastica posturale e preventiva - conoscenza di base della tecnica delle attività motorie
- elementi di valutazione funzionale nello sport

Gruppo Piscina

- acquaticità e galleggiamento
- acquisizione delle tecniche corrette dei tre stili di nuoto (crawl, dorso,rana)
- sviluppo della corretta respirazione abbinata agli stili
- sviluppo della resilienza con lavori di resistenza
- coordinazione motoria per il nuoto ad alta velocità
- gestioni delle apnee per nuoto (brevi tratti) subacqueo
- se possibile, tecnica dell'entrata in acqua dal bordo (tuffi)

3. MODULI INTERIDISCIPLINARI

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

✱

4. METODOLOGIE

<input type="checkbox"/>	Lezione frontale
<input type="checkbox"/>	Lezione dialogata abbinata ad un metodo induttivo per la trasmissione delle conoscenze
<input 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 checked="" type="checkbox"/>	Test e questionari
<input type="checkbox"/>	Verifiche orali
<input checked="" type="checkbox"/>	Prove pratiche di laboratorio, individuali e di gruppo
<input checked="" 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: ✎

6. MODALITA' 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 type="checkbox"/>	Prove semistrutturate	
<input type="checkbox"/>	Prove grafiche	
<input checked="" type="checkbox"/>	Prove pratiche	
<input type="checkbox"/>	Questionario	
<input checked="" type="checkbox"/>	Relazione	
<input checked="" type="checkbox"/>	Esercizi	
<input checked="" type="checkbox"/>	Altro da specificare Gruppo Piscina: impegno e partecipazione. Miglioramenti conseguiti, capacità di resilienza.	

MODALITÀ DI RECUPERO	MODALITÀ DI APPROFONDIMENTO
----------------------	-----------------------------



**FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI**

pon
2014-2020



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



- ☒ Recupero *in itinere*
☐ Sportello Help (*)
☐ Altro: ✨

(*) 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.



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020

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



**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