

## MODELLO DI PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE PER COMPETENZE ANNO SCOLASTICO 2021/2022

INDIRIZZO ELETTRONICA ED Elettrotecnica

CLASSE 4 SEZIONE A

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

DOCENTE RICUCCI ANNA MARIA

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

<b>Competenze disciplinari</b> <i>Obiettivi generali di competenza della disciplina definiti all'interno dei Coordinamenti di materia</i>	1. Padronanza di se' stessi, ampliamento delle capacità coordinative e condizionali. 2. Conoscenza metodologie di allenamento per affrontare attività motorie di alto livello 3. Essere cosciente delle proprie capacità e valutare le
--	--

proprie prestazioni.



















4. Conoscenza degli sport di squadra , tattica e ruoli diversi all'interno della squadra.

5. Osservare fenomeni legati al mondo sportivo

6. Informazioni relative alle nozioni di primo soccorso.

## ARTICOLAZIONE DELLE COMPETENZE IN ABILITA' E CONOSCENZE

COMPETENZA DI RIFERIMENTO	ABILITA'/CAPACITA'	CONOSCENZE
Utilizzare in modo adeguato le abilità motorie acquisite	Rispondere adeguatamente ai diversi stimoli motori. Analizzare e riprodurre schemi motori semplici e complessi . Riconoscere le capacità coordinative coinvolte nei vari movimenti.	Definizione e classificazione del movimento. Capacità condizionali. Capacità coordinative Capacità di apprendimento e controllo motorio .
Conoscenza metodologie di allenamento per affrontare attività motorie di alto livello.	Eseguire esercizi segmentari a corpo libero. Individuare muscoli agonisti e antagonisti nei movimenti. Eseguire in percorso o in circuito esercizi di potenziamento , velocità flessibilità e resistenza.	I muscoli e la loro azione. La forza e i diversi tipi di contrazione muscolare. L'allenamento delle capacità condizionali
Essere coscienti delle proprie capacità e valutare le proprie prestazioni.	Rilevare e analizzare tempi, misure e risultati. Adeguate l'intensità di lavoro alla durata della prova.	Apparato respiratorio e cardiocircolatorio ed esercizio fisico. Le variazioni fisiologiche indotte nell'organismo da differenti attività sportive .
Conoscenza degli sport di squadra, tattica e ruoli diversi all'interno della squadra.	Partecipare attivamente nel gioco assumendo ruoli e responsabilità tattiche. Elaborare autonomamente e in gruppo tecniche e strategie di gioco. Partecipare e collaborare con i compagni per il raggiungimento di uno scopo comune .	Regole degli sport praticati. Capacità tecniche e tattiche degli sport praticati. La tattica di squadra I ruoli nel gioco e le caratteristiche necessarie per coprire quel ruolo.

Osservare fenomeni legati al mondo sportivo	Trasferire valori culturali, atteggiamenti personali e gli insegnamenti appresi in campo motorio in altre sfere della vita. Interpretare in modo critico un avvenimento o evento sportivo e i fenomeni di massa legati all' attività motoria	L'aspetto educativo e sociale dello sport . lo sport come veicolo di valorizzazione delle diversità culturali, fisiche e sociali.
Informazioni relative alle nozioni di primo soccorso	Utilizzare le corrette procedure in caso d'intervento di primo soccorso.	Il codice comportamentale del primo soccorso. Il trattamento dei traumi più comuni.
		
		
		
		
		
		

## **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:

Consolidamento delle capacità coordinative e condizionali : andature, esercizi a corpo libero, esercizi a carico naturale, miglioramento della mobilità articolare e del trofismo muscolare.  
 Potenziamento arti inferiori e superiori.

Attività per stimolare i meccanismi aerobico, anaerobico lattacido e alattacido sul posto.

Pratica delle attività motorie: giochi sportivi.

Fondamentali individuali di pallavolo, basket, pallamano

Principi fondamentali per la tutela della salute e la prevenzione degli infortuni.

Nozioni di primo soccorso.

Regolamento dei giochi sportivi.

Educazione alimentare .

Allenamento sportivo

Il doping

**ED.CIVICA: LA TUTELA DELLO SPORT NELLO STATO ITALIANO**

Queste attività verranno svolte durante l'intero anno scolastico.

### **3. MODULI INTERIDISCIPLINARI**

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

Descrizione delle UDA

La tecnologia e il progresso

### **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 checked="" 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: visione di filmati, power point

### **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 checked="" type="checkbox"/>	Prove strutturate	
<input type="checkbox"/>	Prove semistrutturate	
<input type="checkbox"/>	Prove grafiche	
<input checked="" type="checkbox"/>	Prove pratiche	
<input checked="" type="checkbox"/>	Questionario	
<input type="checkbox"/>	Relazione	



<input checked="" type="checkbox"/>	Esercizi
<input 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 (*) <input type="checkbox"/> 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.

**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