



**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE**

***“Enzo Anselmo Ferrari”***

IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT



---

## **PROGRAMMAZIONE PER COMPETENZE**

**DISCIPLINA :SCIENZE MOTORIE**

**CLASSI PRIME**

**A.S. 2021 -2022**



# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

*“Enzo Anselmo Ferrari”*

IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT



**Riferimenti legislativi area generale : ALLEGATO B E ALLEGATO 1**

**COMPETENZA N 9 : Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell’esperienza corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo**

## MODULO 1

| COMPETENZA INTERMEDIA   | LIVELLI Quadro Nazionale delle Qualifiche (QNQ) | ASSE DI RIFERIMENTO                             | ABILITA' GRADUATE IN BASE AI LIVELLI QNQ   | CONOSCENZE  | ARGOMENTI   |
|---|---|---|--|---|---|
| Praticare l’espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva in modo efficace, in situazioni note, in ambito familiare, scolastico e sociale | 2   | scientifico -tecnologico<br><br>storico-sociale | comprendere e produrre consapevolmente i linguaggi non verbali<br><br>Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture | Gli elementi tecnico-scientifici di base relativi alle principali tecniche espressive<br><br>L'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione | Sistema muscolo-scheletrico<br><br>Capacità e abilità coordinative: Apprendimento e il controllo motorio<br><br>I fondamentali e le regole dei Giochi sportivi, sport individuali (Atletica, Ginnastica), sport di squadra (Pallavolo, Calcio, Pallacanestro) e giochi ludicorricreativi (Tennis-tavolo, Badminton e Frisbee) |



# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

## “Enzo Anselmo Ferrari”

IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT



|                      |   |
|----------------------|---|
| Sviluppo cronologico | <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 quadrimestre</li><li>• 2 quadrimestre</li><li>• <b>X</b> Trasversale</li></ul>  |
| Ore previste         | 46 ore  |
| Livello              | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>X</b> Accoglienza / raccordo anno precedente</li><li>• Sviluppo</li></ul>  |
| Verifica             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Quesiti aperti</li><li>• <b>X</b> Quesiti a risposta chiusa multipla</li><li>• Riempimenti</li><li>• <b>X</b> Vero e falso</li><li>• Progetto/ disegno /Produzione</li><li>• <b>X</b> Prova orale</li><li>• <b>X</b> Prova di laboratorio/palestra test pratici</li></ul> |
| Metodologie          | <ul style="list-style-type: none"><li>• Lezione frontale</li><li>• Lezione partecipata</li><li>• Lavoro di gruppo</li><li>• Discussione guidata</li><li>• Simulazioni</li><li>• Flipped classroom</li></ul>   |



# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

*“Enzo Anselmo Ferrari”*

IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT



## MODULO 2

Riferimenti legislativi area generale : ALLEGATO B E ALLEGATO 1

**COMPETENZA N 11 : Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della**

**salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio.**

| COMPETENZA INTERMEDIA | LIVELLI Quadro Nazionale delle Qualifiche (QNQ) | ASSE DI RIFERIMENTO | ABILITA' GRADUATE IN BASE AI LIVELLI QNQ | CONOSCENZE | ARGOMENT I |
|-----------------------|---|---------------------|--|------------|------------|
|-----------------------|---|---------------------|--|------------|------------|



# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

## “Enzo Anselmo Ferrari”

IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT



|  |   |                         |   |  |   |
|--|---|-------------------------|---|--|---|
| Utilizzare gli strumenti tecnologici affidati avendo cura della sicurezza, della tutela della salute nei luoghi di lavoro e della dignità della persona, nel rispetto della normativa di riferimento e sotto supervisione. | 2 | Scientifico-tecnologico | Acquisire una visione complessiva dei rischi per la salute derivanti da agenti patogeni e ambientali. | Caratteristiche dei principali agenti patogeni (batteri-virus) | Rispettare le regole di comportamento e di igiene personale in palestra e il regolamento dell'istituto<br><br>Assumere e mantenere posizioni fisiologicamente corrette attraverso l'allenamento delle capacità condizionali e i fondamentali della ginnastica posturale; il fabbisogno idrico |
|--|---|-------------------------|---|--|---|

|                      |  |
|----------------------|--|
| Sviluppo cronologico | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 quadrimestre</li> <li>• 2 quadrimestre</li> <li>• <b>X</b> Trasversale</li> </ul> |
| Ore previste         | 20 ore   |
| Livello              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>X</b> Accoglienza / raccordo anno precedente</li> <li>• Sviluppo</li> </ul>      |



# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

## *“Enzo Anselmo Ferrari”*



IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT

|             |  |
|-------------|--|
| Verifica    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Quesiti aperti</li><li>• XQuesiti a risposta chiusa multipla</li><li>• Riempimenti</li><li>• X Vero e falso</li><li>• Progetto/ disegno /Produzione</li><li>• X Prova orale</li><li>• X Prova di laboratorio/palestra test pratici</li></ul> |
| Metodologie | <ul style="list-style-type: none"><li>• Lezione frontale</li><li>• Lezione partecipata</li><li>• Lavoro di gruppo</li><li>• Discussione guidata</li><li>• Simulazioni</li><li>• Flipped classroom</li></ul>  |

**ABILITA' MINIME E CONOSCENZE ESSENZIALI ALLA FINE DEL PRIMO ANNO:**

**ABILITA' MINIME:**



# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

## *“Enzo Anselmo Ferrari”*

IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (SEZ. ASSOCIATA) – IPSIA (CORSO SERALE) Via Monte Grappa n° 1 - 20900 MONZA ( MB )  
C.F. 94631900159 Codice Univoco Ufficio: UFRXIT



- Acquisire consapevolezza della propria corporeità
- Integrarsi nel gruppo di cui si condividono e rispettano le regole
- Mantenere e controllare le posture assunte
- conseguire una buona preparazione motoria
- Accettare e rispettare tutti i compagni
- Padroneggiare le capacità coordinative

### **CONOSCENZE ESSENZIALI:**

- Elementi che caratterizzano una buona postura
- Caratteristiche degli sport di squadra
- Conoscere i fondamentali e le regole degli sport singoli e di squadra trattati durante l'anno scolastico

### **ARGOMENTI MINIMI PER STUDENTI DVA E DSA**

#### **MODULO 1:**

- Capacità e abilità coordinative: Apprendimento e il controllo motorio
- I fondamentali e le regole dei Giochi sportivi

#### **MODULO 2**

- Rispettare le regole di comportamento e di igiene personale
- Assumere e mantenere posizioni fisiologicamente corrette