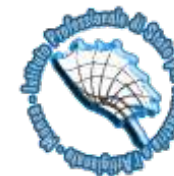




**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE**

***“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 TERZE**

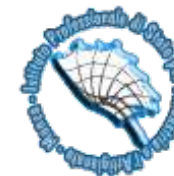
**A.S. 2021 -2022**



# 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**

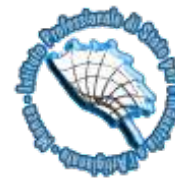
COMPETENZA INTERMEDIA	LIVELLI Quadro Nazionale delle Qualifiche (QNQ)	ASSE DI RIFERIMENTO	ABILITA' GRADUATE IN BASE AI LIVELLI QNQ	CONOSCENZE	ARGOMENT I
Agire l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva, in modo responsabile, sulla base della valutazione delle situazioni sociali e professionali, nei diversi ambiti di esercizio.	3	scientifico -tecnologico  storico-sociale	Comprendere e produrre consapevolmente i linguaggi non verbali  Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture	Gli elementi tecnico-scientifici di base relativi alle principali tecniche espressive  L'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione	Apparato cardio-circolatorio  Capacità e abilità coordinative: la coordinazione.  Giochi sportivi, sport individuali (Atletica, Ginnastica), sport di squadra (Pallavolo, Calcio, Pallacanestro) e giochi ludici-ricreativi (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



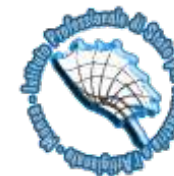
### MODULO 1

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>



# 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

Metodologie

- Lezione frontale
- Lezione partecipata
- Lavoro di gruppo
- Discussione guidata
- Simulazioni
- Flipped classroom

## 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.**



# 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



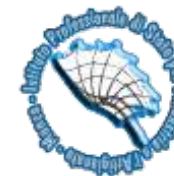
COMPETENZA INTERMEDIA	LIVELLI Quadro Nazionale delle Qualifiche (QNQ)	ASSE DI RIFERIMENTO	ABILITA' GRADUATE IN BASE AI LIVELLI QNQ	CONOSCENZE	ARGOMENTI
Utilizzare in modo avanzato gli strumenti tecnologici avendo cura della sicurezza, della tutela della salute nei luoghi di lavoro e della dignità della persona, rispettando le normative in autonomia.	3	Scientifico-tecnologico	Comprendere il ruolo della ricerca scientifica e della tecnologia nella prevenzione dei rischi per la salute, per la conservazione dell'ambiente e per l'acquisizione di stili di vita responsabili.	Elementi basilari di tecniche di profilassi più diffuse: vaccini, stili alimentari, conoscenza dei danni da sostanze psicotrope.	Il concetto di salute dinamica anche con l'apporto di strumenti tecnologici e i rischi della sedentarietà;  Principali norme per una corretta alimentazione

Sviluppo cronologico	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 1 quadrimestre</li> <li>● 2 quadrimestre</li> <li>● X Trasversale</li> </ul>
Ore previste	



# 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

Livello	<ul style="list-style-type: none"><li>● X Accoglienza / raccordo anno precedente</li><li>● Sviluppo</li></ul>
Verifica	<ul style="list-style-type: none"><li>● Quesiti aperti</li><li>● X Quesiti 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 prove pratiche</li></ul>
Metodologie	<ul style="list-style-type: none"><li>● X Lezione frontale</li><li>● X Lezione partecipata</li><li>● X Lavoro di gruppo</li><li>● Discussione guidata</li><li>● Simulazioni</li><li>● X Flipped classroom</li></ul>

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



# 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



## **ABILITA' MINIME:**

- 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

## **CONOSCENZE ESSENZIALI:**

- Elementi che caratterizzano una buona postura
- Caratteristiche degli sport di squadra

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

### **MODULO 1**

- Capacità e abilità coordinative: la coordinazione.
- Giochi sportivi, sport individuali

### **MODULO 2**

- Principali norme per una corretta alimentazione