



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

“Enzo Anselmo Ferrari”

ITIS (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 QUARTE

Riferimenti legislativi area generale: ALLEGATO B E ALLEGATO 1

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE***“Enzo Anselmo Ferrari”***

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

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

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE
“Enzo Anselmo Ferrari”

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

<p>Agire l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva in modo autonomo e responsabile, sulla base della valutazione delle situazioni sociali e professionali soggette a cambiamenti e che possono richiedere un adattamento del proprio operato.</p>	3-4	<p>scientifico -tecnologico</p> <p>storico-sociale</p>	<p>Riconoscere, riprodurre, elaborare e realizzare sequenze motorie con caratteristiche ritmiche a finalità espressiva, rispettando strutture spaziali e temporali del movimento</p> <p>Interpretare le diverse caratteristiche dei giochi e degli sport nelle varie culture</p>	<p>Differenza tra movimento biomeccanico e gesto espressivo. Le caratteristiche ritmiche del movimento.</p> <p>L'evoluzione dei giochi e degli sport nella cultura e nella tradizione</p>	<p>Apparato respiratorio e cardiaco</p> <p>Capacità condizionali: la forza, la velocità, la resistenza e la flessibilità.</p> <p>Capacità coordinative.</p> <p>Giochi sportivi, sport individuali (Atletica, Ginnastica), sport di squadra (Pallavolo, Calcio, Pallacanestro) e giochi ludici-ricreativi (Tennis-tavolo, Badminton e Frisbee)</p>
---	------------	--	--	---	---

<p>Sviluppo cronologico</p> <p>Ore previste</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1 quadrimestre • 2 quadrimestre • X Trasversale <p>46 ore</p>
---	--

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE***“Enzo Anselmo Ferrari”***

ITIS (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">• <input checked="" type="checkbox"/> Accoglienza / raccordo anno precedente• Sviluppo
Verifica	<ul style="list-style-type: none">• Quesiti aperti• <input checked="" type="checkbox"/> Quesiti a risposta chiusa multipla• Riempimenti• <input checked="" type="checkbox"/> Vero e falso• Progetto/ disegno /Produzione• <input checked="" type="checkbox"/> Prova orale• <input checked="" type="checkbox"/> Prova di laboratorio/palestra test pratici
Metodologie	<ul style="list-style-type: none">• Lezione frontale• Lezione partecipata• Lavoro di gruppo• Discussione guidata• Simulazioni• Flipped classroom

MODULO 2

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE***“Enzo Anselmo Ferrari”***

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

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

"Enzo Anselmo Ferrari"

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

<p>Utilizzare in modo avanzato gli strumenti tecnologici avendo cura della sicurezza, della tutela della salute nei luoghi di lavoro, della dignità della persona, dell'ambiente e del territorio, rispettando le normative specifiche dell'area professionale ed adottando comportamenti adeguati al contesto.</p>	<p>3-4</p>	<p>Scientifico-tecnologico</p>	<p>Applicare le disposizioni legislative e normative, nazionali e comunitarie, nel campo della sicurezza e salute, prevenzione di infortuni e incendi.</p>	<p>Sistemi di gestione per la salute e la sicurezza sul lavoro. Gestire una palestra: la sicurezza del luogo e degli atleti.</p> <p>Leggi e normative nazionali e comunitarie su sicurezza personale e ambientale, salute e prevenzione infortuni e malattie sul lavoro.</p>	<p>Il codice comportamentale del primo soccorso</p> <p>I principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di salute Fair play, allenamento sui fondamentali del gioco, la sicurezza in palestra durante un allenamento, igiene personale, concetti di base sulla conoscenza dell'organismo umano.</p>
---	-------------------	--------------------------------	--	--	--

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE***"Enzo Anselmo Ferrari"***

ITIS (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">● 1 quadrimestre● 2 quadrimestre● X Trasversale
Ore previste	2 ore a settimana
Livello	<ul style="list-style-type: none">● X Accoglienza / raccordo anno precedente● Sviluppo
Verifica	<ul style="list-style-type: none">● Quesiti aperti● X Quesiti a risposta chiusa multipla● Riempimenti● X Vero e falso● Progetto/ disegno /Produzione● X Prova orale● X Prova di laboratorio/Palestra prove pratiche
Metodologie	<ul style="list-style-type: none">● X Lezione frontale● X Lezione partecipata● X Lavoro di gruppo● Discussione guidata● Simulazioni● X Flipped classroom

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE
“Enzo Anselmo Ferrari”
ITIS (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 E CONOSCENZE ESSENZIALI ALLA FINE DEL QUARTO ANNO:

ABILITA' MINIME:

- Sensibilizzare a corretti stili di vita per promuovere competenze di vita
- Utilizzare proprie competenze ed abilità per realizzare una performance motoria
- Interpretare e valutare l'importanza del movimento come prevenzione per il mantenimento della salute

CONOSCENZE ESSENZIALI:

- L'aspetto educativo dello sport
- Conoscere e applicare autonomamente i fondamenti e le regole degli sport di squadra e singoli

ARGOMENTI MINIMI PER STUDENTI DVA E DSA

MODULO 1

- Capacità condizionali: la forza, la velocità, la resistenza
- I giochi sportivi, gli sport singoli e di squadra trattati durante l'anno (calcio, pallavolo, pallacanestro, atletica e ginnastica)

MODULO 2

- Il codice comportamentale del primo soccorso
- I principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di saluteFair play.



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

“Enzo Anselmo Ferrari”

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



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE

“Enzo Anselmo Ferrari”

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