



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE PROFESSIONALE AGRARIA

Mario Rigoni Stern

Bergamo

PROGETTAZIONE ANNUALE PER COMPETENZE
Classe I Scienze Motorie e Sportive

COMPETENZE AREA DI ISTRUZIONE GENERALE (PROFESSIONALE)

Risultati di apprendimento degli insegnamenti comuni agli indirizzi del settore servizi:

Competenza n.1: Valutare fatti ed orientare i propri comportamenti in base ad un sistema di valori coerenti con i principi della Costituzione e con le carte internazionali dei diritti umani.

Competenza n. 2: Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici.

Competenza n. 3: Stabilire collegamenti tra le tradizioni culturali locali, nazionali ed internazionali, sia in una prospettiva interculturale sia ai fini della mobilità di studio e di lavoro.

Competenza n. 4: Utilizzare gli strumenti culturali e metodologici per porsi con atteggiamento razionale, critico e responsabile di fronte alla realtà, ai suoi fenomeni, ai suoi problemi anche ai fini dell'apprendimento permanente.

Competenza n. 5: Riconoscere gli aspetti geografici, ecologici, territoriali dell'ambiente naturale ed antropico, le connessioni con le strutture demografiche, economiche, sociali, culturali e le trasformazioni intervenute nel corso del tempo.

Competenza n. 6: Riconoscere il valore e le potenzialità dei beni artistici e ambientali, per una loro corretta fruizione e valorizzazione.

Competenza n. 7: Utilizzare e produrre strumenti di comunicazione visiva e multimediale, anche con riferimento alle strategie espressive e agli strumenti tecnici della comunicazione in rete.

Competenza n. 8: la lingua inglese e, ove prevista, un'altra lingua comunitaria per scopi comunicativi e utilizzare i linguaggi settoriali relativi ai percorsi di studio, per interagire in diversi ambiti e contesti professionali, al livello B2 quadro comune europeo di riferimento per le lingue (QCER).

Competenza 9: Riconoscere gli aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea e l'importanza che riveste la pratica dell'attività motorio-sportiva per il benessere individuale e collettivo.

Competenza n.10: Utilizzare il linguaggio e i metodi propri della matematica per organizzare e valutare adeguatamente informazioni qualitative e quantitative.

Competenza n.11: Utilizzare le strategie del pensiero razionale negli aspetti dialettici e algoritmici per affrontare situazioni problematiche, elaborando opportune soluzioni.

Competenza n.12: Utilizzare i concetti e i modelli delle scienze sperimentali per investigare fenomeni sociali e naturali e per interpretare dati.

Competenza n.13: Utilizzare le reti e gli strumenti informatici nelle attività di studio, ricerca e approfondimento disciplinare.

Competenza n.14: Analizzare il valore, i limiti e i rischi delle varie soluzioni tecniche per la vita sociale e culturale con particolare attenzione alla sicurezza nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio.

Competenza n.15: Utilizzare i principali concetti relativi all'economia e all'organizzazione dei processi produttivi e dei servizi.

Competenza n.16: Correlare la conoscenza storica generale agli sviluppi delle scienze, delle tecnologie e delle tecniche negli specifici campi professionali di riferimento.

Competenza n.17: Applicare le metodologie e le tecniche della gestione per progetti.

Competenza n.18: Redigere relazioni tecniche e documentare le attività individuali e di gruppo relative a situazioni professionali.

Competenza n.19: Individuare e utilizzare gli strumenti di comunicazione e di team working più appropriati per intervenire nei contesti organizzativi e professionali di riferimento.

Primo anno

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

Ore settimanali:2

Modulo 1:				
UDA	Competenze di articolazione	Competenze di materia	Abilità/Capacità	Conoscenze
1. Sviluppo delle capacità condizionali	<u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 7</u> <u>Competenza n. 8</u> <u>Competenza n. 9</u>	Conoscenza del proprio corpo e delle sue modificazioni	Elaborare risposte efficaci in condizioni di facili esecuzioni	Conoscenza degli schemi motori di base e conoscenza della terminologia. Corsa di resistenza; Velocità Esercizi a corpo libero Allungamento muscolare Tono muscolare
2. Attività coordinative	<u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 7</u> <u>Competenza n. 8</u> <u>Competenza n. 9</u>	Percezione sensoriale Coordinazione (schemi motori, equilibrio, orientamento spazio-temporale)	Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni anche tecniche degli sport Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica	Capacità di ordinare insieme più movimenti: Esecuzione di movimenti (volontario, automatico, riflesso). Coordinazione motorie a corpo libero e con attrezzi Capacità di percezione spazio-temporale: lateralità; assi e piani del corpo. Movimenti fondamentali: degli arti superiori, del busto, degli arti inferiori
3.	<u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 7</u> <u>Competenza n. 8</u>	Conoscenza e rispetto delle regole dei principali giochi sportivi Sicurezza (prevenzione)	Capacità di autocontrollo, collaborazione, integrazione e socializzazione.	Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza.

Giochi sportivi individuali e di squadra	<u>Competenza n. 9</u>		Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza	Rispetto delle regole della palestra e del regolamento dell'Istituto
4.	<u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 7</u> <u>Competenza n. 8</u> <u>Competenza n. 9</u>	Salute e corretti stili di vita	Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.	Nozioni teoriche: Apparato scheletrico ed articolare (posture); il cuore e la frequenza cardiaca.
5.	<u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 7</u> <u>Competenza n. 8</u> <u>Competenza n. 9</u>	Ambiente naturale	Sapersi esprimere e orientare in attività in ambiente naturale	Capacità di orientarsi nei diversi ambiti richiesti

LIVELLI DI APPRENDIMENTO

Livello di base: Lo studente svolge compiti semplici in situazioni note, mostra di possedere conoscenze e abilità essenziali e sa applicare regole e procedure solo se guidato. In particolare: 1) conoscenza e percezione del corpo, organizzazione spazio temporale. 2) pratica delle attività proposte in condizione di facile esecuzione; 3) conoscenza essenziale del linguaggio, delle tecniche e delle regole; 4) partecipazione alle attività proposte; 5) rispetto delle regole e degli altri durante lo svolgimento dell'attività motoria.

Livello intermedio: Lo studente svolge compiti e risolve problemi complessi in situazioni note, compie scelte consapevoli, mostrando di saper utilizzare le conoscenze e le abilità conseguite, per affrontare adeguatamente situazioni in contesti richiesti.

Livello avanzato: Lo studente svolge compiti e problemi complessi in situazioni anche non note, mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli: è in grado autonomamente di valorizzare le competenze interdisciplinari necessarie nella risoluzione del quesito, sa individuare i dati in autonomia e interpretare i medesimi al fine di risolvere il quesito.