



**ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE PROFESSIONALE AGRARIA**

**Mario Rigoni Stern**

**Bergamo**

**PROGETTAZIONE ANNUALE PER COMPETENZE**  
**Classe II Scienze Motorie e Sportive**

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.*

## Secondo 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	<b><u>Competenza n. 2</u></b> <b><u>Competenza n. 7</u></b> <b><u>Competenza n. 8</u></b> <b><u>Competenza n. 9</u></b>	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	<b><u>Competenza n. 2</u></b> <b><u>Competenza n. 7</u></b> <b><u>Competenza n. 8</u></b> <b><u>Competenza n. 9</u></b>	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.	<b><u>Competenza n. 2</u></b> <b><u>Competenza n. 7</u></b> <b><u>Competenza n. 8</u></b>	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	<b><u>Competenza n. 9</u></b>		Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza	Rispetto delle regole della palestra e del regolamento dell'Istituto
4.	<b><u>Competenza n. 2</u></b> <b><u>Competenza n. 7</u></b> <b><u>Competenza n. 8</u></b> <b><u>Competenza n. 9</u></b>	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.	<b><u>Competenza n. 2</u></b> <b><u>Competenza n. 7</u></b> <b><u>Competenza n. 8</u></b> <b><u>Competenza n. 9</u></b>	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.