



ISTITUTO D'ISTRUZIONE SUPERIORE TECNICA AGRARIA

Mario Rigoni Stern

Bergamo

PROGETTAZIONE ANNUALE PER COMPETENZE
Classe III Scienze Motorie e Sportive

Le competenze del Triennio si articolano nei quattro assi culturali e nelle competenze chiave di cittadinanza.

Asse dei linguaggi

Competenza n.1: padronanza della lingua italiana

- a. padroneggiare gli strumenti espressivi ed argomentativi indispensabili per gestire l'interazione comunicativa verbale in vari contesti*
- b. leggere, comprendere e interpretare testi scritti di vario tipo.*
- c. produrre testi di vario tipo in relazione ai differenti scopi comunicativi.*

Competenza n. 2: Utilizzare una lingua straniera per i principali scopi comunicativi ed operativi.

Competenza n. 3: Utilizzare gli strumenti fondamentali per una fruizione consapevole del patrimonio artistico e letterario.

Competenza n. 4: Utilizzare e produrre testi multimediali.

Asse matematico

Competenza n. 5: Utilizzare il linguaggio e i metodi propri della matematica per organizzare e valutare adeguatamente informazioni qualitative e quantitative.

Competenza n. 6: Utilizzare le strategie del pensiero razionale negli aspetti dialettici e algoritmici per affrontare situazioni problematiche, elaborando opportune soluzioni.

Competenza n. 7: Utilizzare i concetti e i modelli delle scienze sperimentali per investigare fenomeni sociali e naturali e per interpretare dati.

Competenza n. 8: Utilizzare le reti e gli strumenti informatici nelle attività di studio, ricerca e approfondimento disciplinare.

Competenza 9: Correlare la conoscenza storica generale agli sviluppi delle scienze, delle tecnologie e delle tecniche negli specifici campi professionali di riferimento.

Asse scientifico-tecnologico

Sono competenze specifiche per ogni indirizzo e riportate nei curricula delle materie di indirizzo

Asse storico-sociale

Competenza n.10: *Comprendere il cambiamento e la diversità dei tempi storici in una dimensione diacronica attraverso il confronto tra epoche e in una dimensione sincronica attraverso il confronto tra aree geografiche e culturali.*

Competenza n.11: *Collocare l'esperienza personale in un sistema di regole fondato sul reciproco riconoscimento dei diritti garantiti alla Costituzione, a tutela della persona, della collettività e dell'ambiente.*

Competenza n.12: *Riconoscere le caratteristiche essenziali del sistema socio-economico per orientarsi nel tessuto produttivo del proprio territorio.*

Competenze chiave di cittadinanza, trasversali a tutte le discipline

Competenza n.13: *Imparare ad imparare.*

Competenza n.14: *Progettare.*

Competenza n.15: *Comunicare.*

Competenza n.16: *Collaborare e partecipare.*

Competenza n.17: *Agire in modo autonomo e responsabile.*

Competenza n.18: *Risolvere problemi.*

Competenza n.19: *Individuare collegamenti e relazioni.*

Competenza n.20: *Acquisire ed interpretare l'informazione.*

Terzo 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. 1 a), b)</u> <u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 4</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. 1 a), b)</u> <u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 4</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. 1 a), b)</u> <u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 4</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			Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza	Rispetto delle regole della palestra e del regolamento dell'Istituto
4.	<u>Competenza n. 1 a), b)</u> <u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 4</u>	Salute e corretti stili di vita	Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.	Nozioni teoriche: Apparato respiratorio. Cibo, corpo e salute. Le dipendenze: il fumo e l'alcool.
5.	<u>Competenza n. 1 a), b)</u> <u>Competenza n. 2</u> <u>Competenza n. 4</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.