

Istituto di Istruzione Superiore AGRARIA, AGROALIMENTARE AGROINDUSTRIA

MARIO RIGONI STERN BERGAMO

PROGRAMMAZIONE ANNUALE PER COMPETENZE

BIENNIO	
TRIENNIO	Articolazione gestione dell'Ambiente e del Territorio

DISCIPLINA SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSI QUARTE

ORE SETTIMANALI 2

Ultima revisione (data) 02 DICEMBRE 2020

COMPETENZE, CONOSCENZE E ABILITÀ

In questa sezione vengono riportate le indicazioni riguardanti le competenze disciplinari nonché le abilità e le conoscenze che concorrono all'acquisizione delle competenze stesse.

Si è tenuto conto, nelle tabelle che seguono, delle Indicazioni Nazionali.

Gli obiettivi didattici e la scansione annuale dei contenuti individuati, sono riportati nelle seguenti tabelle. È bene ricordare che sono solo delle indicazioni, quindi orientative, pertanto esse vanno contestualizzate nelle varie classi e spesso non è possibile seguirle pienamente.

MODULO N. 1 TITOLO CONOSCENZA DEL CORPO E SVILUPPO FISIOLOGICO					
UDA		COMPETENZE DI DISCIPLINA	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE	
N. Titolo	1 SVILUPPO DELLE CAPACITA' CONDIZIONALI	Conoscenza del proprio corpo e delle sua modificazioni	Saper interpretare ed elaborare un movimento in risposta ad un semplice stimolo visivo - uditivo	Conoscenza degli schemi motori di base e conoscenza della terminologia corretta. Assi e piani del corpo umano Corsa di resistenza. Corsa di velocità Esercizi di mobilità articolare Esercizi a corpo libero Esercizi di allungamento muscolare Esercizi di tonificazione	
N. Titolo	2 COORDINAZIONE E SCHEMI COORDINATIVI	Percezione sensoriale Tipologia di coordinazioni	Riprodurre il movimento in modo armonico ed equilibrato	Capacità di ordinare e coordinare insieme più movimenti. Conoscenza ed esecuzione delle tipologie dei movimenti. Coordinazione motorie a corpo libero e con attrezzi Capacità di percezione spazio-temporale: lateralità. Movimenti fondamentali: degli arti superiori, del busto, degli arti inferiori	
N. Titolo	3 EDUCAZIONE ALLA SALUTE	Corretti stili di vita	Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.	Nozioni teoriche: l'alimentazione e i disturbi alimentari (anoressia , bulimia, obesità). I danni sulla salute: fumo, alcool, droghe. Il doping.	

MODULO N. 2 TITOLO SPORT INDIVIDUALI E DI SQUADRA					
UDA		COMPETENZE DI DISCIPLINA	ABILITÀ/CAPACITÀ	CONOSCENZE	
N. Titolo	1 GIOCHI SPORTIVI INDIVIDUALI E DI SQUADRA	Acquisizione delle tecniche fondamentali individuali e di squadra. Sicurezza (prevenzione)	Capacità di autocontrollo, collaborazione, integrazione e socializzazione.	Conoscenza dei fondamentali dei giochi sportivi. Conoscenza dei fondamentali di squadra. Conoscenza degli specifici regolamenti. Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza.	

LIVELLI DI APPRENDIMENTO				
Livello 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. 2) pratica delle attività proposte con sufficiente abilità motoria generale 3) conoscenza essenziale del linguaggio ; 4) partecipazione attiva alle attività proposte; 5) conoscenza delle regole dei giochi sportivi; 6) 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.			
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.			
	In particolare: 1) conoscenza e percezione del corpo, riconoscimento delle abilità motorie e delle coordinazioni. 2) pratica delle attività proposte con ottima abilità motoria generale 3) conoscenza completa del linguaggio ; 4) partecipazione attiva e propositiva alle attività; 5) acquisizione completa dei fondamentali dei vari giochi sportivi; 6) rispetto delle regole e degli altri durante lo svolgimento dell'attività motoria, collaborazione con gli studenti più in difficoltà.			