



Ministero dell'Istruzione e del Merito
Istituto Statale Istruzione Superiore
Cipriano FACCHINETTI



Istruzione Tecnica - MECCANICA E MECCATRONICA - ENERGIA - INFORMATICA E TELECOMUNICAZIONI - SISTEMA MODA
CHIMICA DEI MATERIALI - BIOTECNOLOGIE AMBIENTALI - COSTRUZIONI, AMBIENTE E TERRITORIO - AUTOMAZIONE
Istruzione Professionale - MANUTENZIONE E ASSISTENZA TECNICA
Istruzione e Formazione Professionale (IeFP) - OPERATORE ALLA RIPARAZIONE DI VEICOLI A MOTORE - OPERATORE INFORMATICO

PIANO DI STUDIO DELLA DISCIPLINA

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

PIANO DELLE UDA per tutte le classi PRIME

ANNO 2025/2026

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
<p>UDA n. 1</p> <p>Titolo: <u>La percezione del proprio corpo e lo sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</u></p> <p>Asse: Tecnico Scientifico</p> <p>Nucleo fondante: 1 - “La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive”</p> <p>Ore: 16</p> <p>Periodo: 1° Trim. / 2° Pentam.</p>	<p>S1 - Osservare, descrivere e analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale, artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e complessità.</p>	<p>- Lezioni frontali pratiche e teoriche per fornire stimoli e modelli;</p> <p>- Lavori a coppie e in piccolo gruppo per favorire processi di apprendimento tra pari (Peer to peer, lavori di gruppo)</p> <p>- Altre tecniche didattiche: Brain storming, Flipped classroom, gaming</p>	<p>Verranno attuate verifiche</p> <p>- formative con controllo in itinere del processo educativo e di apprendimento (osservazione sistematica durante le lezioni)</p> <p>- sommative con controllo dei risultati ottenuti nelle singole attività (test motori, prove pratiche, questionari GOOGLE, ricerche ed approfondimenti individuali e/o di gruppo, colloqui orali)</p>	<p>Percepire e interpretare le sensazioni relative al proprio corpo.</p> <p>Utilizzare le più evidenti percezioni (tattile, uditiva, visiva e cinestesica) in relazione al compito richiesto e alla situazione.</p> <p>Saper rappresentare mentalmente gesti motori semplici e saperli riprodurre nella pratica.</p>	<p>Conoscenza ed applicazione di alcune metodiche di allenamento per migliorare la propria efficienza fisica e per saperla mantenere.</p> <p>Conoscenza ed applicazione di alcune metodiche di allenamento per migliorare la coordinazione dinamica generale e per saperla mantenere.</p> <p>Conoscere:- Auxologia - Obiettivi delle sc. Motorie - Cap. Coordinative e Condizionali - Apparato locomotore: OSSA ed ARTICOLAZIONI - Gli schemi motori</p>

<p>UDA n. 2</p> <p>Titolo: <u>La tecnica delle diverse discipline sportive</u></p> <p>Asse: Tecnico Scientifico</p> <p>Nucleo fondante: 2 - “Lo sport, le regole e il fair play”</p> <p>Ore: 18</p> <p>Periodo: 1° Trim. / 2° Pentam.</p>	<p>S1 - Osservare, descrivere e analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale, artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e complessità.</p>	<p>Lezioni frontali pratiche e teoriche per fornire stimoli e modelli;</p> <p>- Lavori a coppie e in piccolo gruppo per favorire processi di apprendimento tra pari (Peer to peer, lavori di gruppo)</p> <p>- Altre tecniche didattiche: Brain storming, Flipped classroom, gaming</p>	<p>Verranno attuate verifiche:</p> <p>- formative con controllo in itinere del processo educativo e di apprendimento (osservazione sistematica durante le lezioni)</p> <p>- sommative con controllo dei risultati ottenuti nelle singole attività (test motori, prove pratiche, questionari GOOGLE, ricerche ed approfondimenti individuali e/o di gruppo, colloqui orali)</p>	<p>Analizzare qualitativamente un gesto semplice ed elaborare risposte motorie efficaci in situazioni semplici.</p> <p>Analizzare qualitativamente i fondamentali individuali degli sport di squadra trattati ed utilizzarli in modo efficace in situazioni semplici.</p>	<p>Conoscenza ed applicazione della tecnica di esecuzione dei FONDAMENTALI degli sport individuali. Es: specialità dell'ATLETICA LEGGERA, TENNIS TAVOLO, ROPE JUMPING, NUOTO e del gioco degli SCACCHI</p> <p>Conoscenza ed applicazione della tecnica di esecuzione dei FONDAMENTALI INDIVIDUALI degli sport di sport di squadra Pallavolo, Pallacanestro, Ultimate, Calcio a 5.</p>
---	--	--	--	---	---

<p>UDA n. 3</p> <p>Titolo: <u>I benefici derivanti da uno stile di vita sano e dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti.</u></p> <p>Asse: Tecnico Scientifico</p> <p>Nucleo fondante: 3 - “Salute, benessere, Sicurezza e prevenzione” 4 - “Relazione con l’ambiente naturale e tecnologico “</p> <p>Ore: 8</p> <p>Periodo: 1° Trim. / 2° Pentam</p>	<p>S1 - Osservare, descrivere e analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale, artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e complessità.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lezioni frontali pratiche e teoriche per fornire stimoli e modelli; - Lavori a coppie e in piccolo gruppo per favorire processi di apprendimento tra pari (Peer to peer, lavori di gruppo) - Altre tecniche didattiche: Brain storming, Flipped classroom, gaming 	<p>Verranno attuate verifiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formative con controllo in itinere del processo educativo e di apprendimento (osservazione sistematica durante le lezioni) - sommative con controllo dei risultati ottenuti nelle singole attività (test motori, prove pratiche, questionari GOOGLE, ricerche ed approfondimenti individuali e/o di gruppo, colloqui orali) 	<p>Cercare e selezionare informazioni in rete sulle pratiche motorie e sportive in ambiente naturale, sui principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale.</p> <p>Utilizzare software più comuni per organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero.</p> <p>Essere consapevoli degli effetti dannosi delle DIPENDENZE: alcool, droga e gioco d’azzardo</p>	<p>Conoscenza delle PRATICHE SPORTIVE IN AMBIENTE NATURALE; dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale.</p> <p>Conoscenza delle implicazioni e dei benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti naturali.</p> <p>ED. ALLA SALUTE Attività di prevenzione alle dipendenze con: UNPLUGGED</p>
---	--	---	---	---	--

<p>UDA n. 4</p> <p>Titolo: <u>La pratica degli sport corretta ed educata</u></p> <p>Asse: Cittadinanza</p> <p>Nucleo fondante: 2 - "Lo sport, le regole e il fair play"</p> <p>Ore: 14</p> <p>Periodo: 1° Trim. / 2° Pentam.</p>	<p>C4– Collaborare e partecipare: interagire in gruppo, comprendendo i diversi punti di vista, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità, contribuendo all'apprendimento comune ed alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti fondamentali degli altri.</p>	<p>Lezioni frontali pratiche e teoriche per fornire stimoli e modelli;</p> <p>- Lavori a coppie e in piccolo gruppo per favorire processi di apprendimento tra pari (Peer to peer, lavori di gruppo)</p> <p>- Altre tecniche didattiche: Brain storming, Flipped classroom, gaming</p>	<p>Verranno attuate verifiche:</p> <p>- formative con controllo in itinere del processo educativo e di apprendimento (osservazione sistematica durante le lezioni)</p> <p>- sommative con controllo dei risultati ottenuti nelle singole attività (test motori, prove pratiche, questionari GOOGLE, ricerche ed approfondimenti individuali e/o di gruppo, colloqui orali)</p>	<p>Collaborare con i compagni all'interno dimostrandosi disponibili ad ascoltare e collaborare in funzione di uno scopo comune, valorizzando le proprie e le altrui capacità, gestendo la conflittualità</p> <p>Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione.</p>	<p>Conoscenza delle REGOLE DI GIOCO: imparare a confrontarsi e a collaborare con i compagni seguendo le regole condivise per il raggiungimento di un obiettivo comune.</p>
				<p>Sperimentare i diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria.</p>	<p>Conoscenza ed applicazione delle REGOLE DI GIOCO: negli sport di squadra (=arbitraggio) e delle regole negli sport individuali (= giuria)</p>

<p>UDA n. 5</p> <p>Titolo: <u>Cittadinanza e sport</u></p> <p>Asse: Cittadinanza</p> <p>Nucleo fondante: 2 - “Lo sport, le regole e il fair play”</p> <p>Ore: 10</p> <p>Periodo: 1° Trim. / 2° Pentam.</p>	<p>C1– Imparare ad imparare</p>	<p>Lezioni frontali pratiche e teoriche per fornire stimoli e modelli;</p> <p>- Lavori a coppie e in piccolo gruppo per favorire processi di apprendimento tra pari (Peer to peer, lavori di gruppo)</p> <p>- Altre tecniche didattiche: Brain storming, Flipped classroom, gaming</p>	<p>Verranno attuate verifiche:</p> <p>- formative con controllo in itinere del processo educativo e di apprendimento (osservazione sistematica durante le lezioni)</p> <p>- sommative con controllo dei risultati ottenuti nelle singole attività (test motori, prove pratiche, questionari GOOGLE, ricerche ed approfondimenti individuali e/o di gruppo, colloqui orali)</p>	<p>Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per imparare ad utilizzare conoscenze e abilità motorie.</p> <p>Riconoscere i gesti e le azioni nei vari ambiti e individuarne gli aspetti essenziali.</p>	<p>Conoscenza di tecniche, azioni e gesti motori.</p>
	<p>C3– Comunicare</p>			<p>Utilizzare il lessico specifico della disciplina</p> <p>Interpretare il lessico specifico della disciplina e il linguaggio, l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria.</p> <p>Riconoscere un codice gestuale (arbitraggio ecc...)</p>	<p>Conoscenza il LESSICO SPECIFICO DELLA DISCIPLINA e il linguaggio, l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria</p> <p>Conoscere il codice gestuale di arbitraggio degli sport di squadra trattati</p>

				<p>Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti. Praticare gli sport Individuali/di squadra, abituandosi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali</p> <p>Praticare gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche</p>	<p>Conoscenza e pratica di varie attività sportive sia individuali che di squadra, per scoprire e valorizzare attitudini, capacità e preferenze personali acquisendo e padroneggiando dapprima le abilità motorie e successivamente le tecniche sportive specifiche, da utilizzare in forma appropriata e controllata.</p> <p>Conoscenza delle tecniche di squadra e degli schemi di gioco da applicare nelle diverse situazioni di gioco, per il raggiungimento del risultato positivo.</p>
--	--	--	--	--	--