

## PROGRAMMAZIONE INIZIALE

**DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE**

**A.S.: 2024/2025**

**INDIRIZZO: QUADRIENNALE INFORMATICO**

**ANNO DI CORSO: classi PRIME**

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
<p>UDA n. 1</p> <p><b>Titolo: La percezione del proprio corpo e lo sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</b></p> <p><b>Asse: Tecnico Scientifico</b></p> <p>Nucleo fondante: <b>1 - "La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive"</b></p> <p>Ore: <b>16</b></p> <p>Periodo: <b>1° Trim. / 2° Pentam.</b></p>	<p><b>S1</b> - 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 propria efficienza fisica e per saperla mantenere.</p> <p>Conoscere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Auxologia</b></li> <li>- <b>Obiettivi delle sc. Motorie</b></li> <li>- <b>Cap. Coordinative e Condizionali</b></li> <li>- <b>Apparato locomotore: OSSA ed ARTICOLAZIONI</b></li> <li>- <b>Gli schemi motori</b></li> </ul>

**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

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
UDA n. 2  Titolo: <b>La percezione del proprio corpo e lo sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive</b>  Asse: <b>Tecnico Scientifico</b>  Nucleo fondante: <b>1 - "La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive"</b>  Ore:  Periodo: <b>1° Trim. / 2° Pentam.</b>	<b>S2</b> - Analizzare qualitativamente e quantitativamente fenomeni.	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	Verranno attuate verifiche:  - 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)	Riconoscere i gesti e le azioni nei vari ambiti e individuarne gli aspetti essenziali	Saper rappresentare mentalmente gesti motori semplici e saperli riprodurre nella pratica.
				Riconoscere i gesti e le azioni nei vari ambiti e individuarne gli aspetti essenziali	Conoscenza ed applicazione di alcune <b>METODICHE DI ALLENAMENTO</b> migliorare per la coordinazione dinamica generale e per saperla mantenere.
				Saper rappresentare mentalmente gesti motori semplici e saperli riprodurre nella pratica.	Apparato Locomotore: <b>I MUSCOLI ENERGETICE MUSCOLARE e le ARTICOLAZIONI</b>

**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

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
UDA n. 3  Titolo: <b>La tecnica delle diverse discipline sportive</b>  Asse: <b>Tecnico Scientifico</b>  Nucleo fondante: <b>2 - "Lo sport, le regole e il fair play"</b>  Ore:  Periodo: <b>1° Trim. / 2° Pentam</b>	<b>S1</b> - Osservare, descrivere e analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale, artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e complessità.	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	Verranno attuate verifiche:  - 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)	Analizzare qualitativamente un gesto semplice ed elaborare risposte motorie efficaci in situazioni semplici.	Conoscenza ed applicazione della tecnica di esecuzione dei <b>FONDAMENTALI</b> degli sport individuali. Es: specialità dell'Atletica leggera.
				Analizzare qualitativamente i fondamentali individuali degli sport di squadra trattati ed utilizzarli in modo efficace in situazioni semplici.	Conoscenza ed applicazione della tecnica di esecuzione dei <b>FONDAMENTALI INDIVIDUALI</b> degli sport di squadra.

**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

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
UDA n. 4  Titolo: <b>I benefici derivanti da uno stile di vita sano e attivo e dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti.</b>  Asse: <b>Tecnico Scientifico</b>  Nucleo fondante: <b>3 - "Salute, benessere, Sicurezza e prevenzione"</b>  <b>4 - "Relazione con l'ambiente naturale e tecnologico"</b>  Ore:  Periodo: <b>1° Trim. / 2° Pentam</b>	<b>S1</b> - Osservare, descrivere e analizzare fenomeni appartenenti alla realtà naturale, artificiale e riconoscere nelle sue varie forme i concetti di sistema e complessità.	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	Verranno attuate verifiche:  - 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)	Cercare e selezionare informazioni in rete sulle pratiche motorie e sportive in ambiente naturale, sui principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale.  Utilizzare software più comuni per organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero	Conoscenza delle <b>PRATICHE SPORTIVE IN AMBIENTE NATURALE</b> ; dei principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale.  Conoscenza delle implicazioni e dei benefici derivanti dalla pratica di varie attività fisiche svolte nei diversi ambienti naturali.

**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

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
<p>UDA n. 5</p> <p>Titolo: <b>La pratica degli sport corretta ed educata</b></p> <p>Asse: <b>Cittadinanza</b></p> <p>Nucleo fondante: <b>2 - "Lo sport, le regole e il fair play"</b></p> <p>Ore: <b>14</b></p> <p>Periodo: <b>1° Trim. / 2° Pentam.</b></p>	<p><b>C4</b>– 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 Vivere in modo equilibrato e corretto i momenti di competizione.</p>	<p>Conoscenza delle <b>REGOLE DI GIOCO</b>: 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 <b>REGOLE DI GIOCO</b>: negli sport di squadra (=arbitraggio) e delle regole negli sport individuali (=giuria)</p>

**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

UDA	COMPETENZE della UDA	METODOLOGIE	MODALITA' DI VERIFICA	ABILITA' UDA	CONTENUTI DELLE CONOSCENZE
UDA n. 6  Titolo: <b>Cittadinanza e sport</b>  Asse: <b>Cittadinanza</b>  Nucleo fondante: <b>2 - "Lo sport, le regole e il fair play"</b>  Ore:  Periodo: <b>1° Trim. / 2° Pentam.</b>	<b>C1</b> – Imparare ad imparare  <b>C3</b> – Comunicare	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	Verranno attuate verifiche:  - 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)	Organizzare il proprio tempo di lavoro e il tempo libero per imparare ad utilizzare conoscenze e abilità motorie.  Riconoscere i gesti e le azioni nei vari ambiti e individuarne gli aspetti essenziali.	Conoscenza di tecniche, azioni e gesti motori.
				Utilizzare il lessico specifico della disciplina  Interpretare il lessico specifico della disciplina e il linguaggio, l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria.  Riconoscere un codice gestuale (arbitraggio ecc...)	Conoscenza il <b>LESSICO SPECIFICO DELLA DISCIPLINA</b> e il linguaggio, l'atteggiamento e l'intenzionalità motoria  Conoscere il codice gestuale di arbitraggio degli sport di squadra trattati
				Trasferire e ricostruire autonomamente tecniche nei vari contesti.  Praticare gli sport Individuali/di squadra, abituandosi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali  Praticare gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche	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.  Conoscenza delle tecniche di squadra e degli schemi di gioco da applicare nelle diverse situazioni di gioco, per il raggiungimento del risultato positivo

Castellanza li 21/08/2024

I Professori di Scienze Motorie  
 Caccia, Carlino, Colombo, Cosa, Della Bella, Francavilla e Lenzi