



Istituto d'Istruzione Superiore
"V. Floriani"



Via B. Cremagnani, 18 – Vimercate (MB)

Programmazione Didattica Annuale – prof.ssa Alessia Realini

Rev: 17/02/2022

A.S. 2022/2023 Insegnamento: Scienze Motorie e Sportive Docente: prof.ssa Alessia Realini Classe 3^B Ore sett. d'insegnamento: 2

CURRICOLO PER INSEGNAMENTI/ASSI DELLE UNITA' DI APPRENDIMENTO

TITOLO UDA	TIPOLOGIA	ASSI COINVOLTI / INSEGNAMENTI	COMPETENZE DI RIFERIMENTO	CONOSCENZE	COMPITI E PRODOTTI	MONTE ORE	TIPOLOGIA VALUTAZIONE
1 "Mi misuro" – pt.1	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. - Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette, riferite al potenziamento fisiologico e al miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale

2 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: “L’unihockey”	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feed back. - Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all’interno del proprio corpo e della propria motricità.	- Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. - Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l’aspetto educativo e sociale dello sport. - Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.	Eseguire i fondamentali individuali e di squadra.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
3 “Siamo fatti così: sistema muscolare e sistema scheletrico”	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Riconoscere e rispettare limiti, regole e responsabilità.	- Conoscere il linguaggio specifico della disciplina.		6	Verifica scritta con valutazione decimale
4 “Una giornata all’asilo nido”	☐ monodisciplinare ☒ multidisciplinare ☐ di asse/i ☒ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento	Assi coinvolti: - Scientifico, tecnologico e professionale - dei Linguaggi - Scienze Motorie e Sportive Insegnamenti: - Italiano	Competenze area generale: - Utilizzare i concetti e i fondamentali strumenti degli assi culturali per comprendere la realtà operativa in campi applicativi. - Utilizzare i linguaggi settoriali delle lingue straniere previste dai percorsi di studio per	- Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette, riferite al potenziamento fisiologico e al miglioramento	Elaborare un’attività ludica / motoria per bambini 0-3 anni	8	Verifica pratica con valutazione decimale

	☐ progettuale ☒ di PCTO	- Storia - Metodologie Operative - Inglese - Francese - Igiene - Psicologia	interagire in diversi ambiti e contesti di studio e di lavoro. Competenze asse Sc. Motorie e Sportive: - Sapersi inserire in modo attivo e consapevole nella vita sociale. - Riconoscere e rispettare i diritti e i bisogni altrui, le opportunità comuni. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici.	delle capacità condizionali e coordinative.			
5 Conoscenza e pratica di uno sport di squadra: "L'acrosport"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feed back. - Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità. - Valorizzare le proprie e le altrui capacità, rendendo positivo il conflitto e l'agonismo. - Contribuire all'apprendimento comune e alla realizzazione delle attività collettive, nel riconoscimento dei diritti, delle capacità/limiti degli altri.	- Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play. - Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione. - Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra.	Eseguire una coreografia su base musicale.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)
6 Conoscenza e pratica di uno sport individuale: "Il badminton"	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento	Sc. Motorie e Sportive	- Costruire e verificare ipotesi di soluzione. - Valutare le soluzioni messe in atto e rielaborare i dati di feed back. - Riconoscere la natura sistemica, analogie e differenze, coerenze ed incoerenze, cause	- Conoscere i fondamentali tecnici dei giochi sportivi praticati, semplici tattiche e strategie di gioco, il regolamento e il fair play.	Eseguire i fondamentali individuali.	10	Prova pratica con valutazione decimale su aspetti tecnico-sportivi e motivazionali (impegno e partecipazione)

	☐ progettuale ☐ di PCTO		ed effetti all'interno del proprio corpo e della propria motricità.	-Conoscere la terminologia, il regolamento e la tecnica dei giochi di squadra e degli sport affrontati e l'aspetto educativo e sociale dello sport. -Conoscere le regole di comportamento, di rispetto e di collaborazione.			
7 “È una questione di cuore!”	☐ monodisciplinare ☒ multidisciplinare ☐ di asse/i ☒ di indirizzo ☐ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Assi coinvolti: - Scientifico, tecnologico e professionale - dei Linguaggi - Scienze Motorie e Sportive Insegnamenti: - Italiano - Metodologie Operative - Inglese - Francese - Igiene	Competenze area generale: - Utilizzare il patrimonio lessicale ed espressivo della lingua italiana secondo le esigenze comunicative nei vari contesti: sociali, culturali, scientifici, economici, tecnologici e professionali. - Utilizzare i linguaggi settoriali delle lingue straniere previste dai percorsi di studio per interagire in diversi ambiti e contesti di studio e di lavoro. - Utilizzare le reti e gli strumenti informatici nelle attività di studio, ricerca e approfondimento - Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo. Competenze asse Sc. Motorie e Sportive:	- Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette, riferite al potenziamento fisiologico e al miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.	Individuare tecniche, strumenti e contenuti per la programmazione e la realizzazione di attività di prevenzione alle patologie cardiovascolari	8	Elaborato scritto con valutazione decimale

			- Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici.				
8 “Mi misuro” – pt.2	☒ monodisciplinare ☐ multidisciplinare ☒ di asse/i ☐ di indirizzo ☒ di recupero ☐ di potenziamento ☐ progettuale ☐ di PCTO	Sc. Motorie e Sportive	- Elaborare e porre in essere progetti riguardanti lo sviluppo delle proprie capacità psicofisiche. - Utilizzare le conoscenze e le esperienze pregresse per stabilire obiettivi significativi e realistici. - Valutare difficoltà / potenzialità interne ed esterne elaborando strategie di azione e verificando i risultati raggiunti in rapporto alle proprie aspettative.	Conoscere le potenzialità del movimento del corpo, le posture corrette, riferite al potenziamento fisiologico e al miglioramento delle capacità condizionali e coordinative.	Batteria di test Motorfit o convalidati	10	Prova pratica con valutazione decimale

Vimercate, 29/11/2022

Il docente, prof.ssa Realini Alessia