



ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE “CESTARI - RIGHI”

Borgo San Giovanni, 12/A - 30015 Chioggia (VE)

Tel. 041.4967600 Fax 041.4967733

Cod. Mecc. VEIS02200R – C.F. 91021780274

e-mail: veis02200r@istruzione.it

e-mail certificata: veis02200r@pec.istruzione.it



I.T.C.S “Domenico Cestari”
Cod. Mecc. VETD022013 (diurno)
Cod. Mecc.: VETD02251C (serale)

I.T.I.S. “Augusto Righi”
Cod.Mecc.VETF022019 (diurno)
Cod.Mecc.VETF02251P (serale)

I.P.S.S.A.R “Giovanni Sandonà”
Cod. Mecc. VERH022011

www.cestari-righi.gov.it



UNIONE EUROPEA

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



MIUR

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Dipartimento per la Programmazione
Direzione Generale per interventi in materia di edilizia
scolastica, per la gestione dei fondi strutturali per
l'istruzione e per l'innovazione digitale
Ufficio IV

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE-FESR)

Anno Scolastico 2018/2019

**PROGRAMMAZIONE PER COMPETENZE
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
1° ENO**

COMPETENZA: SVOLGERE ATTIVITA' MOTORIE ADEGUANDOSI AI DIVERSI CONTESTI.

CONOSCENZE	ABILITA'
<p>Conoscere il proprio corpo e le sue funzionalità: posture, funzioni fisiologiche e capacità motorie. Conoscere le funzioni fisiologiche in relazione al movimento e i principali paramorfismi e dismorfismi. Conoscere le pratiche motorie anche in ambiente naturale. Percepire e riconoscere il ritmo delle azioni.</p>	<p>Realizzare risposte motorie efficaci e funzionali alle attività motorie e sportive riconoscendo le variazioni fisiologiche indotte dall'esercizio, assumere posture corrette. Muoversi nel territorio riconoscendone le caratteristiche e orientandosi. Riprodurre i ritmi nei gesti e nelle azioni sportive.</p>

COMPETENZA: LINGUAGGIO CORPOREO.

CONOSCENZE	ABILITA'
<p>Conoscere le modalità di utilizzo dei diversi linguaggi non verbali. Riconoscere la differenza tra movimento biomeccanico ed espressivo.</p>	<p>Rappresentare idee, stati d'animo e sequenze con creatività e con tecniche espressive. Ideare e realizzare sequenze ritmiche di movimento e rappresentazioni con finalità espressive.</p>

COMPETENZA: PRATICARE IN MODO CORRETTO ED ESSENZIALE I PRINCIPALI GIOCHI SPORTIVI E SPORT INDIVIDUALI.

CONOSCENZE	ABILITA'
------------	----------

<p>Conoscere le abilità tecniche e semplici tattiche dei giochi e degli sport sia individuali che di squadra praticati. Conoscere la terminologia, il regolamento anche in funzione dell'arbitraggio.</p>	<p>Adattare le abilità tecniche alle situazioni richieste. Collaborare alla scelta e alla realizzazione delle strategie di gioco. Sperimentare i diversi ruoli, il fair play l'arbitraggio.</p>
COMPETENZA: SICUREZZA, SALUTE E BENESSERE.	
CONOSCENZE	ABILITA'
<p>Conoscere i principi generali di prevenzione della sicurezza personale in palestra, a scuola e all'aperto. Conoscere i principi della corretta alimentazione e le informazioni sulle dipendenze e sulle sostanze illecite. Conoscere i benefici dell'attività motorie e sportiva in funzione della salute.</p>	<p>Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza per prevenire i principali infortuni e applicare alcune procedure di primo soccorso. Adottare principi igienici e alimentari finalizzati al miglioramento dello stato di salute e di benessere. Praticare attività fisica.</p>

QUADRO DELLE COMPETENZE CHIAVE

COMPETENZA: INDIVIDUARE COLLEGAMENTI E RELAZIONI	
CONOSCENZE	ABILITA'
<p>Conoscere le discipline coinvolte nel programma. Conoscere le possibili correlazioni disciplinari. Conoscere il significato del concetto di causa – effetto.</p>	<p>Saper individuare collegamenti, analogie, differenze tra le diverse discipline e i saperi. Comprendere come e perché fenomeni eventi, fatti presentino analogie e differenze sempre riconducibili a sistemi unitari. Utilizzare insiemi di dati e/o informazioni provenienti da ambiti diversi per correlare cause ed effetti.</p>
COMPETENZA: RISOLVERE I PROBLEMI	
CONOSCENZE	ABILITA'
<p>Conoscere le varie possibilità di criticità. Conoscere la teoria delle azioni e interventi in caso di pericolo.</p>	<p>Sapersi adattare a situazioni inusuali, sia di tipo organizzativo (attrezzature, abbigliamento, tempistiche, stanchezza) sia relazionali . Saper affrontare problemi in situazioni non standardizzate, la cui soluzione è possibile analizzando dati ,formulando ipotesi, provando e verificando.</p>
COMPETENZA: AGIRE IN MODO AUTONOMO E RESPONSABILE	
CONOSCENZE	ABILITA'

<p>Conoscere l'esistenza di un sistema di regole per la convivenza sociale e di gruppo. Conoscere l'esistenza dei propri diritti e doveri per un vivere sociale ed equilibrato. Essere consapevoli della propria identità, dei limiti e delle possibilità di interazione con gli altri.</p>	<p>Sapersi inserire in modo attivo e responsabile nel lavoro di gruppo. Esprimere in autonomia opinioni, riflessioni, considerazioni, valutazioni assumendone la necessaria responsabilità. Accettare il sistema di principi, regole e valori, tipico di una società / gruppo, rivendicando responsabilmente i propri diritti e attendendo ai propri doveri.</p>
<p>COMPETENZA: SICUREZZA E PREVENZIONE</p>	
<p><i>CONOSCENZE</i></p>	<p><i>ABILITA'</i></p>
<p>Conoscere i fondamenti della prevenzione e attuazione della sicurezza personale in acqua. Conoscere gli elementi fondamentali del primo soccorso. Conoscere i propri limiti e le proprie potenzialità.</p>	<p>Saper assumere comportamenti funzionali alla sicurezza. Conoscere i principi igienici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e benessere. Saper migliorarsi e superare alcune paure. Saper autocontrollarsi in situazioni problematiche. Essere in grado di effettuare movimenti controllati e consapevoli</p>