

Anno scolastico 2022/23

NOME: BARBARA COGNOME: SIMONI

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE V SEZIONE A INDIRIZZO SERVIZI COMMERCIALI

Data: **15/11/2022**

PIANO INDIVIDUALE DI LAVORO parte seconda:

PROGRAMMA INDIVIDUALE DI LAVORO CON RIFERIMENTO ALLA PROGRAMMAZIONE DI AMBITO 2022/23

UDA 2 / I classe QUINTA	
SISTEMI INFORMATIVI AZIENDALI	
<i>Competenza 21 Curare l'applicazione, l'adattamento e l'implementazione dei sistemi informativi aziendali, contribuendo a semplici personalizzazioni degli applicativi informatici e degli spazi di archiviazione aziendale, a supporto dei processi amministrativi, logistici o commerciali, tenendo conto delle norme, degli strumenti e dei processi che garantiscono il trattamento dei dati e la loro protezione in condizioni di sicurezza e riservatezza.</i>	
COMPETENZA INTERMEDIA	<i>Curare l'applicazione, l'adattamento e l'implementazione dei sistemi informativi aziendali, contribuendo a semplici personalizzazioni degli applicativi informatici e degli spazi di archiviazione aziendale, a supporto dei processi amministrativi, logistici e commerciali, tenendo conto delle norme, degli strumenti e dei processi che garantiscono il trattamento dei dati e la loro protezione in condizioni di sicurezza e riservatezza</i> <ul style="list-style-type: none">● Asse dei linguaggi: ITALIANO/ LINGUE● Asse matematico: Matematica● Asse scientifico-tecnologico e professionale: Informatica
COMPETENZE CORRELATE	<i>11T Padroneggiare l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio</i>

	<p>Competenza intermedia</p> <p><i>Padroneggiare, in autonomia, l'uso di strumenti tecnologici con particolare attenzione alla sicurezza e alla tutela della salute nei luoghi di vita e di lavoro, alla tutela della persona, dell'ambiente e del territorio.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Asse storico-sociale: STORIA ● Asse scientifico, tecnologico e professionale: Informatica ● Scienze Motorie e Sportive
<p>COMPETENZA EDUCAZIONE CIVICA</p>	<p>Sicurezza</p> <p><i>Adottare i comportamenti più adeguati per la tutela della sicurezza propria, degli altri e dell'ambiente in cui si vive, in condizioni ordinarie o straordinarie di pericolo, curando l'acquisizione di elementi formativi di base in materia di primo intervento e protezione civile.</i></p>
<p>Descrizione di cosa l'alunno deve SAPER FARE</p>	<p><i>Utilizzare responsabilmente le tecnologie informatiche a supporto della gestione digitale dei processi di amministrazione, logistici, commerciali e di comunicazione aziendali, anche attraverso adattamenti, riformulazioni e rielaborazioni di metodi, prassi e protocolli.</i></p> <p><i>Utilizzare Internet consapevolmente in riferimento alle reti di computer e ai protocolli di rete.</i></p> <p><i>Utilizzare i linguaggi informatici per la personalizzazione dei software applicativi e del web, in un contesto a difficoltà crescente.</i></p>
<p>STRUTTURA DI APPRENDIMENTO</p>	<p>21</p> <p>CONOSCENZE</p> <p>Informatica</p> <p><i>Utilizzo di linguaggi e strumenti informatici per la realizzazione di pagine web e la loro gestione in frontend e backend</i></p>

Matematica

Tecnologie informatiche a supporto dell'analisi di dati aziendali e di settore

CONTENUTI

2I

Informatica

- **Linguaggi lato client per la produzione e gestione di pagine web**
- **Associazione con i fogli di stile**
- **Linguaggio PHP da integrare all'interno di pagine web per la generazione di form e strumenti di utilizzo gestionale**
- **Uso di database relazionali di supporto per la gestione backend**

Matematica:

11T

CONOSCENZE

Informatica

Pagine web per la sponsorizzazione delle sane norme di tutela e sicurezza rispettate nell'ambiente scolastico e lavorativo.

Scienze Motorie

Primo Soccorso. BLS. Salute e benessere.

CONTENUTI

Informatica

Sviluppo di pagine web di promozione delle norme e dei principi a tutela della sicurezza ambientale e sui luoghi di lavoro e scolastici.

Scienze Motorie

Primo soccorso. BLS. Salute e benessere. Il doping.

TEMPI	<p>MESI da Settembre a Maggio</p> <p>ORE per insegnamento</p> <p>Matematica: 6</p> <p>Informatica n. ore 65</p> <p>Scienze Motorie e sportive: 8 ore</p>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> ● Quantificare a seconda dell'età, sesso e caratteristiche psico-morfologiche degli allievi, l'intensità e la durata del lavoro ● Graduare il lavoro proposto passando da richieste più semplici ad altre successivamente più complesse ● Individuazioni di interventi di recupero per situazioni svantaggiate ● Cooperative learning ● Problem solving ● Studio di casi tratti dalla realtà operativa ● Role playing ● Didattica laboratoriale anche con l'utilizzo di software specifici ● Web quest ● Flipped classroom
MODALITÀ' DI VERIFICA	<p>Osservazione attenta e sistematica dei comportamenti individuali e collettivi.</p> <p>Prove pratiche.</p> <p>Verifiche orali.</p> <p>Questionario a risposta multipla (se fosse necessario)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● test a risposta multipla ● esercitazioni e simulazioni
CRITERI DI VALUTAZIONE	<p>Per i criteri di valutazione si deve fare riferimento alle griglie condivise nell'ambito disciplinare.</p> <p>Si rimanda alla rubrica di prestazione allegata al compito autentico</p>

UDA 9T classe QUINTA	
TITOLO PRATICA SPORTIVA	
Competenza n. 9T - 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	
COMPETENZA INTERMEDIA	<p>Agire l'espressività corporea ed esercitare la pratica sportiva in modo anche responsabilmente creativo, così che i relativi propri comportamenti personali, sociali e professionali siano parte di un progetto di vita orientato allo sviluppo culturale, sociale ed economico di sé e della propria comunità.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Asse storico sociale: Storia ● Asse scientifico, tecnologico e professionale: Informatica ● Scienze Motorie
COMPETENZA CHIAVE PER L'APPRENDIMENTO PERMANENTE	<p>Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare</p> <p><i>La competenza personale, sociale e la capacità di imparare a imparare consiste nella capacità di riflettere su sé stessi, di gestire efficacemente il tempo e le informazioni, di lavorare con gli altri in maniera costruttiva, di mantenersi resilienti e di gestire il proprio apprendimento e la propria carriera. Comprende la capacità di far fronte all'incertezza e alla complessità, di imparare a imparare, di favorire il proprio benessere fisico ed emotivo, di mantenere la salute fisica e mentale, nonché di essere in grado di condurre una vita attenta alla salute e orientata al futuro, di empatizzare e di gestire il conflitto in un contesto favorevole e inclusivo</i></p>
COMPETENZA DI EDUCAZIONE CIVICA	<p>Imparare a imparare</p> <p><i>Prendere coscienza delle situazioni e delle forme del disagio giovanile ed adulto nella società contemporanea e comportarsi in modo da promuovere il benessere fisico, psicologico, morale e sociale</i></p>

<p>Descrizione di cosa l'alunno deve SAPER FARE</p>	<p>1) Padronanza del proprio corpo e percezione sensoriale.</p> <p>Saper controllare il movimento dei segmenti corporei</p> <p>Riconoscere le modificazioni cardio-respiratorie</p> <p>Saper utilizzare il ritmo nell'elaborazione motoria</p> <p>Utilizzare le procedure proposte per l'incremento delle capacità condizionali.</p> <p>2) Coordinazione schemi motori, equilibrio, orientamento.</p> <p>Utilizzare efficacemente gli schemi motori in azioni complesse di accoppiamento, combinazione, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo, reazione, trasformazione.</p> <p>Utilizzare le variabili spazio-temporali nella gestione delle azioni.</p> <p>3) Aspetti relazionali e cognitivi del gioco, gioco-sport, sport.</p> <p>Rispettare le regole in una attività sportiva e svolgere un ruolo attivo</p> <p>Svolgere funzioni di arbitraggio</p> <p>Relazionarsi positivamente mettendo in atto comportamenti corretti e collaborativi</p> <p>Gestire al meglio le proprie abilità tecniche e partecipare attivamente alla scelta delle tattiche.</p> <p>4) Espressività corporea</p> <p>Usare consapevolmente il linguaggio del corpo rappresentando idee e stati d'animo</p> <p>Utilizzare in forma espressiva, creativa, originale il proprio corpo e gli oggetti</p> <p>Comprensione di ritmo e fluidità del movimento</p> <p>5) Sicurezza, prevenzione, primo soccorso e salute</p> <p>Condividere, utilizzare e rispettare le regole utili alla convivenza e alle attività motorie e sportive.</p> <p>Organizzare semplici percorsi di allenamento e applicare i principi metodologici proposti per il mantenimento della salute.</p> <p>6) (INFORMATICA) Conoscere le regole per una corretta modalità di lavoro con il computer</p>
	<p>1)</p>

<p>STRUTTURA DI APPRENDIMENTO</p>	<p>Conoscenze: Conoscere il sistema cardio-respiratorio in funzione del movimento. Conoscere i cambiamenti della pre-adolescenza. Riconoscere i ritmi.</p> <p>Riconoscere le informazioni principali sulle</p> <p>Nozioni teoriche sul Sistema Scheletrico e Articolare</p> <p>Cenni sui paramorfismi e differenza con i dimorfismi. La postura errata, importanza della postura corretta.</p> <p>Nozioni teoriche sul Sistema Muscolare.</p> <p>Riconoscere le informazioni principali sulle</p> <p>procedure utilizzate per il miglioramento delle capacità condizionali.</p> <p>Contenuti:</p> <p>Test funzionali. Salto in lungo da fermi, Lancio frontale della palla medica (M e F), Piegamenti sulle braccia (M e F). Percorso per la destrezza. Esercitazioni con la funicella. Conoscenza topografica e funzionale del corpo. Esercizi a corpo libero esercizi a carico naturale.</p> <p>Esercizi di preacrobatica</p> <p>Marcia, corsa, andature ginniche, saltelli, salti, lanci, prese</p> <p>Esercizi di presa di coscienza, percezione, controllo e consapevolezza del proprio corpo.</p> <p>Esercizi di educazione al ritmo.</p> <p>Attività a regime aerobico</p> <p>Esercizi di agilità, destrezza, velocità e prontezza di riflessi</p> <p>Circuit training a stazioni.</p> <p>2)</p> <p>Conoscenze: Conoscere gli elementi delle capacità coordinative utilizzate</p> <p>Riconoscere le componenti spazio-temporali nelle azioni</p> <p>Stabilire i livelli di partenza della classe ed eventuali miglioramenti.</p> <p>Rielaborare gli schemi motori di base, in vista di acquisirne di nuovi e migliorare tutte le qualità coordinative.</p> <p>Contenuti:</p> <p>Test sulla coordinazione</p> <p>Capacità coordinative.</p> <p>Realizzare in modo idoneo ed efficace l'azione motoria richiesta.</p>
--	--

	<p>3)</p> <p>Conoscenze:</p> <p>Conoscere le regole e i gesti arbitrali più importanti di giochi e sport praticati, la terminologia e gli elementi tecnici e tattici essenziali</p> <p>Conoscere modalità cooperative che valorizzano la diversità di ciascuno nelle attività sportive</p> <p>Conoscere le regole del Fair-Play</p> <p>Contenuti:</p> <p>Pallavolo, pallacanestro, calcio, atletica, pallamano, nuoto, pattinaggio, golf, tennis, beach tennis, paddle, beach volley, scherma, badminton, baseball, rugby, orienteering.</p> <p>4)</p> <p>Conoscenze:</p> <p>Conoscere le tecniche di espressione corporea per essere efficaci nella comunicazione</p> <p>Conoscere le proprie potenzialità espressive e creative</p> <p>Contenuti:</p> <p>Le tecniche mimico-gestuali e di espressione corporea e le interazioni con altri linguaggi</p> <p>5)</p> <p>Conoscenze:</p> <p>Conoscere le regole di convivenza civile in contesti liberi e strutturati</p> <p>Conoscere gli effetti delle attività motorie e sportive su se stessi</p> <p>Conoscere le principali norme igieniche. Cenni di anatomia umana.</p> <p>Contenuti:</p> <p>Adotta un abbigliamento idoneo alle lezioni. Sa fare assistenza ad un compagno simulando un infortunio. Svolge attività codificate e non nel rispetto della propria e altrui incolumità. Primo soccorso e BLS</p> <p>7) (INFORMATICA) Conoscere le regole per una corretta modalità di lavoro con il computer</p>
TEMPI	MESI da settembre a giugno

	<p>Scienze Motorie 58 ore</p> <p>Informatica: ore 2</p>
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Quantificare a seconda dell'età, sesso e caratteristiche psico-morfologiche degli allievi, l'intensità e la durata del lavoro</i> ● <i>Graduare il lavoro proposto passando da richieste più semplici ad altre successivamente più complesse</i> ● <i>Individuazioni di interventi di recupero per situazioni svantaggiate</i> ● <i>Cooperative learning</i> ● <i>Problem solving</i> ● <i>Studio di casi tratti dalla realtà operativa</i> ● <i>Role playing</i> ● <i>Didattica laboratoriale anche con l'utilizzo di software specifici</i> ● <i>Web quest</i> ● <i>Flipped classroom</i>
MODALITÀ' DI VERIFICA	<p>IN PRESENZA</p> <ul style="list-style-type: none"> ● test a risposta multipla e/o aperta ● esercitazioni e simulazioni ● analisi di caso / testi ● varie tipologie testuali ● interazioni docente/discente ● prove pratiche ● produzione di lavori digitali <p>Prova pluridisciplinare: Scienze Motorie e Sportive + le altre discipline dell'UDA</p> <p>IN DAD</p> <p>La verifica sul tema condiviso tra le discipline interessate all'UDA verrà somministrata in modo autonomo dai singoli docenti.</p>
CRITERI DI VALUTAZIONE	<p>Per i criteri di valutazione si deve fare riferimento alle griglie condivise nell'ambito disciplinare.</p> <p>Si rimanda alla rubrica di prestazione allegata al compito autentico</p>

**COLLEGAMENTI
INTERDISCIPLINARI**

LE UDA SONO INTERDISCIPLINARI