

UDA FLIPPED IN UDA 1.1 “ATTIVITÀ DI POTENZIAMENTO ARTI SUPERIORI ED INFERIORI”	MODULO/U.F.C 5CAL/ 1 - PRODOTTO: POTENZIAMENTO E TONIFICAZIONE DELLA MUSCOLATURA
---	---

ISTITUTO	C.F.P. DON LUIGI ORIONE		SEDE ISTITUTO	FANO (PU)	
Settore	Istituto Formazione Professionale		Indirizzo	ORVM, OE, ODR	
A.S.	2025/2026	Disciplina	Area delle Attività Motorie	Classe	2[^]
Periodo	Inizio	OTTOBRE 2025	Fine	Fine anno scolastico	

SEZIONE N. 1- Anagrafica UDA 5CAL 1.1 – Progettazione Macro

UDA (Titolo/Monte ore)	Competenza/e	Abilità	Conoscenze	Disciplina di riferimento	Discipline concorrenti
CAPACITA' CONDIZIONALI: TONIFICAZIONE MUSCOLARE Ore : 3	PRATICARE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE PER UN EQUILIBRATO SVILUPPO CORPOREO E UN CONSAPEVOLE BENESSERE PSICOFISICO PRATICARE ESERCIZI DI PROPRIOCETTIVITA' NELLA CONSAPEVOLEZZA DELLE DIFFICOLTA' COORDINATORIE E DI EQUILIBRIO	ESEGUIRE CORRETTAMENTE LE PROVE DI VALUTAZIONE ESEGUIRE CORRETTAMENTE GLI ESERCIZI DI POTENZIAMENTO MUSCOLARE A CARICO NATURALE UTILIZZARE LE METODICHE PIÙ IDONEE ALLO SVILUPPO DELLA FORZA MUSCOLARE ESEGUIRE CORRETTAMENTE PERCORSI NATURALI E CON ATTREZZI CHE PREVEDONO GRADI CRESCENTI DI INSTABILITA' DINAMICA	MODALITÀ DI ESECUZIONE DEI TEST MOTORI LIVELLO DELLE PROPRIE CAPACITÀ METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO DELLA FORZA A CARICO NATURALE METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO DELLA PROPRIOCETTIVITA'	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	

Controllo realizzazione: informazioni per rettifiche alla UDA

Sezione 2 Progettazione Micro

Compito assegnato agli studenti

SI TESTA IL LIVELLO DELLA FORZA DI BRACCIA, BUSTO E GAMBE. I RISULTATI OTTENUTI SI CONFRONTANO CON TABELLE DI RIFERIMENTO E L’OBIETTIVO E’ DI AVERE ENTRO LA FINE DELL’ANNO SCOLASTICO TUTTI I LIVELLI DI FORZA NELLA FASCIA 6-10. GLI ESERCIZI DI POTENZIAMENTO DOVRANNO ESSERE PARTE INTEGRANTE DELLA FASE DI RISCALDAMENTO IN OGNI LEZIONE PRATICA ED ESSERE OGGETTO DI LAVORO A CASA. GLI ALLIEVI DOVRANNO APPROFONDIRE LA CONOSCENZA DEL SISTEMA MUSCOLARE, DELLE METODOLOGIE DELL’ALLENAMENTO DELLA FORZA E DELLO STRETCHING. A FINE ANNO SCOLASTICO SI RIPETERANNO I TEST PER VALUTARE IL RAGGIUNGIMENTO DEL RISULTATO ATTESO.

Processo di lavoro

n.	ore	Titolo	Contesto	Attività docente	Metodologia	Prestazioni studenti
1	1	TEST MOTORI	AULA, CAMPO SPORTIVO	INVITA GLI ALLIEVI AD ESEGUIRE LE PROVE CHE MISURANO LA FORZA DEI PRICIPALI DISTRETTI CORPOREI	LEZIONE FRONTALE. LAVORO INDIVIDUALE	GLI ALUNNI ESEGUONO I TEST PROPOSTI PUNTANDO AL RAGGIUNGIMENTO DELLA MIGLIORE PRESTAZIONE
2	1	SCELTA ESERCIZI E ATTIVITA’ DI POTENZIAMENTO ARTI SUPERIORI ED INFERIORI	AULA, CAMPO SPORTIVO E PALESTRA MULTIMEDIA	FLIPPED CLASSROOM: INVITA GLI ALLIEVI A VALUTARE I RISULTATI DEI TEST E A SCEGLIERE UNA SERIE DI ESERCIZI IDONEI AL POTENZIAMENTO DELLE CAPACITÀ DA MIGLIORARE (FORZA ARTI SUPERIORI ED INFERIORI DEL CORPO) INVITA GLI ALLIEVI AD ESEGUIRE ESERCIZI E PERCORSI DI PROPRIOCETTIVITA’ INVITA GLI ALLIEVI AD ESEGUIRE GLI ESERCIZI DI POTENZIAMENTO DELLE CAPACITÀ CONDIZIONALI COME PRASSI DI RISCALDAMENTO DI OGNI LEZIONE PRATICA INVITA GLI ALLIEVI AD ESEGUIRE GLI ESERCIZI DI POTENZIAMENTO DELLE CAPACITÀ CONDIZIONALI COME LAVORO DOMESTICO	LAVORO INDIVIDUALE LEZIONE FRONTALE CCOPERATIVE LEARNING	PRENDE COSCIENZA DEL PROPRIO LIVELLO DI CAPACITÀ RICERCA ESERCIZI IDONEI AL POTENZIAMENTO DELLE QUALITÀ CARENTI ESEGUE GLI ESERCIZI DI PROPRIOCETTIVITA’ NELLA RICERCA PERSONALE DEL MIGLIORAMENTO DELLE PROPRIE CAPACITA’ DI RECUPERO DELL’EQUILIBRIO IN SITUAZIONE STATICA E DINAMICA ESEGUE GLI ESERCIZI DI POTENZIAMENTO COME PROTOCOLLO DI RISCALDAMENTO IN TUTTE LE LEZIONI PRATICHE ESEGUE GLI ESERCIZI DI POTENZIAMENTO A CASA COME FORMA DI ALLENAMENTO DELLE CAPACITÀ DA MIGLIORARE
3	1	VERIFICA FINALE	CAMPO SPORTIVO	INVITA GLI ALLIEVI ALLA RIPETIZIONE DEI TEST INIZIALI AL FINE DI VALUTARE I MIGLIORAMENTI ATTESI	LEZIONE FRONTALE. LAVORO INDIVIDUALE	ESEGUONO I TEST PROPOSTI PUNTANDO AL RAGGIUNGIMENTO DELLA MIGLIORE PRESTAZIONE

Modalità di accertamento delle competenze, abilità e conoscenze dell’UDA

VERIFICHE TEORICO-PRATICHE FORMATIVE E SOMMATIVE PER VALUTARE IL GRADO DI CONOSCENZA DEGLI ARGOMENTI STUDIATI E A FINE ANNO SCOLASTICO PER VALUTARE IL MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITÀ CONDIZIONALI PRESE IN ESAME

DESCRIZIONE DELLA PROVA (PRATICA)

Gli alunni eseguiranno test di equilibrio statico e dinamico su tavolette propriocettive e su piani instabili e verranno misurate le prestazioni in termini di tempo in situazione standard.

CRITERI VALUTATIVI DELLE COMPETENZE

- 1 – autogestione durante la prestazione e comprensione del compito
- 2 – qualità della prova e qualità condizionali messe in atto
- 3 – autovalutazione in riferimento alle tabelle

PESI

- 1 – autogestione durante la prestazione e comprensione del compito - 30%
- 2 – qualità della prova e qualità condizionali messe in atto – 40 %
- 3 – autovalutazione in riferimento alle tabelle – 30%

DESCRITTORI

- 4- Si rifiuta di svolgere l'esercizio
- 5- Dimostra difficoltà durante lo svolgimento dell'esercizio
- 6- Esegue anche se in modo impreciso e difficoltoso l'esercizio
- 7- Riesce a svolgere tutto l'esercizio con qualche imprecisione
- 8- Esegue tutto l'esercizio in modo corretto
- 9- Esegue tutto l'esercizio in modo corretto, sicuro e fluido
- 10- Esegue tutto l'esercizio utilizzando al massimo anche le capacità condizionali

Note per assistenza tecnica

MODULO/U.F.C. 5CAL/ 2 - PRODOTTO: SAPER ADOTTARE AUTONOMAMENTE COMPORTAMENTI DI PREVENZIONE E DI PRIMO SOCCORSO –

ISTITUTO	C.F.P. DON LUIGI ORIONE		SEDE ISTITUTO	FANO (PU)	
Settore	Istituto Formazione Professionale		Indirizzo	ORVM, OE, ODR	
A.S.	2025/2026	Disciplina	Area delle Attività Motorie	Classe	2[^]
Periodo	Inizio	OTTOBRE 2025	Fine	Fine anno scolastico	

SEZIONE N. 1- Anagrafica UDA 5CAL 2.1 – Progettazione Macro

UDA (Titolo/Monte ore)	Competenza/e	Abilità	Conoscenze	Disciplina di riferimento	Discipline concorrenti
<p>PROGETTO PRIMO SOCCORSO 2 H</p> <p>UDA INTERDISCIPLINARE:</p> <p>"BECOMING HUMAN: CONOSCERE PER RIFLETTERE"</p> <p>6h</p> <p>Ore: 8</p>	<p>RICONOSCERE I COMPORTAMENTI DI BASE FUNZIONALI AL MANTENIMENTO DELLA PROPRIA SALUTE</p> <p>SAPERE CONDURRE STILI DI VITA SANI ATTRAVERSO UNA COSCIENZA CRITICA PER LA DIFESA DELLA SALUTE</p> <p>-CAMBIARE CONSUETUDINI ERRATE COME ATTEGGIAMENTO ATTIVO DI PREVENZIONE</p>	<p>ESEGUIRE LE CORRETTE PROCEDURE DI PREVENZIONE DEI TRAUMI MUSCOLARI</p> <p>ESEGUIRE CORRETTAMENTE GLI INTERVENTI DI PRIMO SOCCORSO IN CASO DI TRAUMA SPORTIVO</p> <p>ESEGUIRE CORRETTAMENTE GLI INTERVENTI DI RIABILITAZIONE DOPO UN INFORTUNIO</p> <p>COMPRENDERE CHE LA SALUTE E' UN BENE IMPRESCINDIBILE E DELICATO</p> <p>COMPRENDERE CHE IL CORPO E' IL NOSTRO "BIGLIETTO DA VISITA"</p>	<p>CORRETTA METODOLOGIA DELL'ALLUNGAMENTO MUSCOLARE</p> <p>GENERALITÀ SUGLI EFFETTI FISIOTERAPICI DEL CALDO E DEL FREDDO</p> <p>MODALITÀ DI PREVENZIONE E PRIMO SOCCORSO DEI TRAUMI SPORTIVI</p> <p>STILI DI VITA SANI</p> <p>MOVIMENTO E ALIMENTAZIONE</p> <p>MODALITÀ DI RIABILITAZIONE POST TRAUMATICA</p>	<p>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</p>	

Controllo realizzazione: informazioni per rettifiche alla UDA

Compito assegnato agli studenti

Sezione 2 Progettazione Micro

SAPER ESEGUIRE LE CORRETTE METODICHE DI PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI, LE CORRETTE PROCEDURE DI PRIMO SOCCORSO E I CORRETTI ESERCIZI DI RIABILITAZIONE DEI PIU' FREQUENTI TRAUMI SPORTIVI.

Processo di lavoro

n.	ore	Titolo	Contesto	Attività docente	Metodologia	Prestazioni studenti
1	1	STRETCHING FISIOTERAPIA: TECNICHE TERMICHE TRAUMI MUSCOLARI	AULA, CAMPO SPORTIVO E PALESTRA, UTILIZZO DELLA LIM	INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE BASI FISIOLOGICHE DELLO STRETCHING INVITA GLI ALLIEVI A RICERCARE ESERCITAZIONI DI STRETCHING PER I MUSCOLI PRINCIPALI VERIFICA LA CORRETTEZZA DEGLI ESERCIZI SCELTI INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE CARATTERISTICHE DEGLI EFFETTI DEL CALDO E DELFREDDO SUL SISTEMA VASCOLARE INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE CARATTERISTICHE DEI PRINCIPALI TRAUMI MUSCOLARI INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE CORRETTE PROCEDURE DI PRONTO SOCCORSO INVITA GLI ALLIEVI ALLA RICERCA DELLE CORRETTETECNICHE DI RIABILITAZIONE	COOPERATIVE LEARNING, LAVORO INDIVIDUALE, LEZIONE FRONTALE LAVORO DI GRUPPO	RICERCA LE RAGIONI CHE RICHIEDONO UNA FASE DI RISCALDAMENTO E UNA DI DEFATICAMENTO RICERCA I MECCANISMI FISIOLOGICI CHE CONSENTONO UN CORRETTO ALLUNGAMENTO MUSCOLARE RICERCA ED ESEGUE GLI ESERCIZI DI STRETCHING PIÙ ADATTI ALL'ALLUNGAMENTO DEI MUSCOLI DA ALLENARE RICERCA LE CARATTERISTICHE DEGLI EFFETTI DELLE VARIAZIONI TERMICHE SUI VASI SANGUIGNI RICERCA LE METODICHE IDONEE AL PRIMO SOCCORSO RICERCA LE CARATTERISTICHE DEI PRINCIPALI TRAUMI MUSCOLARI RICERCA LE METODICHE IDONEE ALLA PREVENZIONE DEI PRINCIPALI TRAUMI MUSCOLARI E DEL PRIMO SOCCORSO RICERCA LE METODICHE PER UN RECUPERO DA UN INFORTUNIO
2	1	DISTORSIONE CAVIGLIA APPARATO OSTEO- ARTICOLARE DISTORSIONE	AULA, CAMPO SPORTIVO E PALESTRA, UTILIZZO DELLA LIM	INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE CARATTERISTICHE DEI TRAUMI ALLA CAVIGLIA INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE CORRETTE PROCEDURE DI PRONTO SOCCORSO INVITA GLI ALLIEVI AD APPROFONDIRE LA CONOSCENZA DELL'APPARATO OSTEO-	LEZIONE FRONTALE. LAVORO DI GRUPPO E INDIVIDUALE	RICERCA LE CARATTERISTICHE DEI TRAUMI ALLA CAVIGLIA RICERCA LE METODICHE IDONEE ALLA PREVENZIONE E AL PRIMO SOCCORSO RICERCA LE METODICHE PER IL RECUPERO DA UN INFORTUNIO RICERCA LE CARATTERISTICHE PRINCIPALI DELL'APPARATO OSTEO- ARTICOLARE

		GINOCCHIO		<p>ARTICOLARE</p> <p>INVITA GLI ALLIEVI A CONOSCERE LE CARATTERISTICHE DEI PRINCIPALI TRAUMI AL GINOCCHIO</p> <p>INVITA GLI ALLIEVI ALLA RICERCA DELLE CORRETTE TECNICHE DI RIABILITAZIONE</p>		<p>RICERCA LE CARATTERISTICHE DEI PRINCIPALI TRAUMI AL GINOCCHIO</p> <p>RICERCA LE METODICHE IDONEE ALLA PREVENZIONE E AL PRIMO SOCCORSO</p> <p>RICERCA LE METODICHE PER UN RECUPERO DA UN INFORTUNIO</p>
3	6	UDA INTERDISCIPLINARE : "BECOMING HUMAN: CONOSCERE PER RIFLETTERE"	AULA-LIM	<p>STIMOLA LA RIFLESSIONE SU COSA SIGNIFICA AD OGGI "ESSERE UMANO", CONCENTRANDOCI SU CIO CHE CI ACCADE INTORNO (ES. GUERRE) E PARLA DI ESEMPI NEL MONDO DELLO SPORT CHE HANNO CONTRIBUTITO A MIGLIORARE LA SITUAZIONE IN TAL SENSO (ES. PUGNO CHIUSO T.SMITH E J.CARLOS ALLE OLIMPIADI DEL 1968 USATO COME SEGNO DI PROTESTA CONTRO IL RAZZISMO)</p>	<p>COOPERATIVE LEARNING, BRAIN STORMING , LAVORO INDIVIDUALE</p>	<p>GLI STUDENTI CREERANNO UN ELABORATO FRUTTO DELLE LEZIONI SVOLTE SUL TEMA DELL'UDA INTERDISCIPLINARE</p>

Modalità di accertamento delle COMPETENZE, abilità e conoscenze dell'UDA						
VERIFICHE TEORICO-PRATICHE FORMATIVE E SOMMATIVE PER VALUTARE IL GRADO DI CONOSCENZA DEGLI ARGOMENTI STUDIATI						
DESCRIZIONE PROVA (TEORICO/PRATICA)						
Gli alunni dovranno simulare la procedura di primo intervento e messa in sicurezza di un infortunio muscolare						
CRITERI VALUTATIVI DELLE COMPETENZE						
1 – conoscenza e applicazione delle procedure 2 – capacità di organizzazione 3 – spirito di collaborazione e originalità						
PESI						
1 – conoscenza e applicazione delle procedure -40 % 2 – capacità di organizzazione – 30 % 3 – spirito di collaborazione e originalità – 30%						
DESCRITTORI						
4 - Si rifiuta di svolgere la simulazione 5- Dimostra difficoltà durante lo svolgimento della simulazione 6- Esegue anche se in modo impreciso e difficoltoso la simulazione 7- Riesce a svolgere tutta la simulazione con qualche imprecisione 8- Esegue tutto la simulazione in modo corretto 9- Esegue tutta la simulazione in modo corretto, sicuro e fluido 10- Esegue tutto la simulazione dimostrando spirito di collaborazione e spirito di iniziativa e originalità						

Note per assistenza tecnica

MODULO/ U.F.C. 5CAL/ 3 - PRODOTTO: SAPERE PRATICARE I PRINCIPALI GIOCHI SPORTIVI

ISTITUTO	C.F.P. DON LUIGI ORIONE		SEDE ISTITUTO	FANO (PU)	
Settore	Istituto Formazione Professionale		Indirizzo	ORVM, OE, ODR	
A.S.	2025/2026	Disciplina	Area delle Attività Motorie	Classe	2[^]
Periodo	Inizio	OTTOBRE 2025	Fine	Fine anno scolastico	

SEZIONE N. 1- Anagrafica UDA 5CAL 3.1 – Progettazione Macro

UDA (Pratica/Teorica) SPORTIVA	Competenza/e	Abilità	Conoscenze	Disciplina di riferimento	Discipline concorrenti
Ore : 36	<p>PRATICARE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE PER UN EQUILIBRATO SVILUPPO CORPOREO E UN CONSAPEVOLE BENESSERE PSICOFISICO</p> <p>G2 – COLLOCARE L'ESPERIENZA PERSONALE IN UN SISTEMA DI REGOLE FONDATA SUL RECIPROCO RICONOSCIMENTO DEI DIRITTI GARANTITI DALLA COSTITUZIONE, A TUTELA DELLA PERSONA, DELLA COLLETTIVITÀ DELL'AMBIENTE.</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</p>	<p>APPLICARE NELLA FASE DI GIOCO I GESTI TECNICI FONDAMENTALI</p> <p>APPLICARE NELLA FASE DI GIOCO LE TATTICHE FONDAMENTALI</p> <p>GESTIRE IL GRUPPO-SQUADRA NELLE FASI DI RISCALDAMENTO E DI GIOCO</p> <p>COLLABORARE CON I COMPAGNI DURANTE GLI INCONTRI</p> <p>ARBITRARE LE PARTITE</p>	<p>LA TECNICA E LA TATTICA DEI FONDAMENTALI DI GIOCO</p> <p>LE PRINCIPALI NORME DEL REGOLAMENTO</p> <p>LE PRINCIPALI METODICHE DI ASSISTENZA</p>	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	9

<p>PRATICA SPORTIVA</p> <p>Ore : 25</p>	<p>PRATICARE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE PER UN EQUILIBRATO SVILUPPO CORPOREO E UN CONSAPEVOLE BENESSERE PSICOFISICO</p> <p>G2 – COLLOCARE L'ESPERIENZA PERSONALE IN UN SISTEMA DI REGOLE FONDATA SUL RECIPROCO RICONOSCIMENTO DEI DIRITTI GARANTITI DALLA COSTITUZIONE, A TUTELA DELLA PERSONA, DELLA COLLETTIVITÀ DELL'AMBIENTE.</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>APPLICARE NELLA FASE DI GIOCO I GESTI TECNICI FONDAMENTALI</p> <p>APPLICARE NELLA FASE DI GIOCO LE TATTICHE FONDAMENTALI</p> <p>GESTIRE IL GRUPPO-SQUADRA NELLE FASI DI RISCALDAMENTO E DI GIOCO</p> <p>COLLABORARE CON I COMPAGNI DURANTE GLI INCONTRI</p> <p>ARBITRARE LE PARTITE</p>	<p>LA TECNICA E LA TATTICA DEI FONDAMENTALI DI GIOCO</p> <p>LE PRINCIPALI NORME DEL REGOLAMENTO</p> <p>LE PRINCIPALI METODICHE DI ASSISTENZA</p>	<p>SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE</p>	
---	---	--	--	-----------------------------------	--

Controllo realizzazione: informazioni per rettifiche alla UDA

Sezione 2 Progettazione Micro

Compito assegnato agli studenti

APPLICARE CON EFFICACIA LE TECNICHE SPORTIVE IN SITUAZIONE DI GIOCO. SI OSSERVANO IN VIDEO LE TECNICHE SPORTIVE CHE SI VOGLIONO REALIZZARE, SI PROVANO IN PALESTRA, SI CORREGGONO EVENTUALI ERRORI ESECUTIVI E SI APPLICANO I CORRETTI GESTI MOTORI IN FASE DI GARA, PER ACCERTARNE IL GRADO DI

APPRENDIMENTO. VERRÀ VALUTATO L'IMPEGNO DIMOSTRATO E IL LIVELLO DI CAPACITÀ RAGGIUNTO.

GESTIRE L'ORGANIZZAZIONE DEL GRUPPO CLASSE NELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE. IN OGNI LEZIONE SI NOMINANO DEI CAPIGRUPPO CHE HANNO IL COMPITO DI GESTIRE 4-5 COMPAGNI DI CLASSE. SARANNO DEI COLLABORATORI DEL DOCENTE CHE PREVENTIVAMENTE INDICHERÀ LORO GLI OBIETTIVI DA REALIZZARE NELLA LEZIONE. LA VALUTAZIONE DEL LORO OPERATO SI BASERÀ SULLA ORGANIZZAZIONE, SERIETÀ ED EFFICACIA DELL'ATTIVITÀ SVOLTA DAL PROPRIO GRUPPO NELLE FASI DI RISCALDAMENTO E DI APPRENDIMENTO DELLE TECNICHE SPORTIVE, MENTRE NELLA FASE DI GIOCO SARÀ VALUTATO IL LORO RUOLO DI "UOMO SQUADRA" E CIOÈ LA CAPACITÀ DI COINVOLGERE NEL GIOCO TUTTI I COMPAGNI DI SQUADRA, IN PARTICOLARE QUELLI CON MAGGIORI DIFFICOLTÀ.

ENTRARE IN RELAZIONE CON L'AMBIENTE NATURALE. I RAGAZZI POSSONO PARTECIPARE AD UNO STAGE SPORTIVO SCIISTICO SULLE NEVI DELLA VAL DI FASSA. L'ESPERIENZA VERRÀ SINTETIZZATA CON LA RACCOLTA DI FOTO E RIFLESSIONI SULLA PRATICA SPORTIVA E SUL SIGNIFICATO DEL RAPPORTO UOMO-NATURA.

Processo di lavoro

n.	ore	Titolo	Contesto	Attività docente	Metodologia	Prestazioni studenti
1	22	PRATICA SPORTIVA/2	AULA, CAMPO SPORTIVO E PALESTRA	IL GIOCO DI SQUADRA (TEORIA) SPIEGA E DIMOSTRA ATTRAVERSO L'USO DI CONCETTI CHIAVE E L' UTILIZZO DELLA LIM GLI ELEMENTI BASE DEI FONDAMENTALI TECNICI DI: FRISBEE- LANCIO E PRESA PALLAVOLO – ALZATA/ATTACCO PALLAMANO – TECNICA DEL PORTIERE PALLACANESTRO – TIRO IN SOSPENSIONE-TERZO TEMPO-CONTROPIEDE CALCIO – PASSAGGIO DELLA PALLA ATLETICA – RESISTENZA-LANCIO DEL DISCO GINNASTICA ARTISTICA – VERTICALE SULLE BRACCIA FOOTBALL/BASKET-PASSAGGIO/SMARCAMENTO INVITA GLI ALLIEVI AD APPROFONDIRE LA RICERCA DI ULTERIORI ASPETTI TECNICI DEI FONDAMENTALI AFFRONTATI DEDICA ALCUNE LEZIONI ALLA PREPARAZIONE TECNICA E ALL'AFFIATAMENTO DELLE SQUADRE INVITA GLI ALLIEVI A RICERCARE LE REGOLE PRINCIPALI DEGLI SPORT IN QUESTIONE SUPERVISIONA L'ANDAMENTO DEL TORNEO	TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING, LAVORO INDIVIDUALE LEZIONE FRONTALE ANCHE TEORICHE	ESEGUE IL GESTO TECNICO CERCANDO DI APPLICARE I CONCETTI CHIAVE ILLUSTRATI DAL DOCENTE ALLENA IL GESTO TECNICO APPRESO NELLE FASI INIZIALI DELLA LEZIONE RICERCA ULTERIORI DETTAGLI TECNICI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA ABILITÀ APPRESA CONTROLLA L'ESECUZIONE DI UN COMPAGNO SUGGERENDO EVENTUALI CORREZIONI RICERCA IL REGOLAMENTO DELLA DISCIPLINA E SELEZIONA LE REGOLE CHE RITIENE PIÙ UTILI PER L'ATTUALE LIVELLO DI GIOCO

2	3	ORGANIZZAZIONE E ARBITRAGGIO	AULA, CAMPO SPORTIVO E PALESTRA	<p>INCARICA GLI ALLIEVI DELL'ORGANIZZAZIONE DEI GRUPPI DI LAVORO DURANTE LE LEZIONI</p> <p>INCARICA I CAPIGRUPPO DI TURNO A COINVOLGERE NEL GIOCO I COMPAGNI DI SQUADRA MENO DOTATI</p> <p>INCARICA GLI ALLIEVI DELL' ORGANIZZAZIONE E DELL'ARBITRAGGIO DEI TORNEI DI CLASSE E DELLA TENUTA DELLA CLASSIFICA</p> <p>INCARICA GLI ALLIEVI DELL'ASSISTENZA NEI CONFRONTI DEI COMPAGNI DURANTE L'ESECUZIONE DI GESTI POTENZIALMENTE PERICOLOSI</p>	<p>LEZIONE FRONTALE. COOPERATIVE LEARNING E LAVORO INDIVIDUALE</p>	<p>GESTISCE IL PROPRIO GRUPPO-SQUADRA NELLE FASI DI LAVORO IN PALESTRA</p> <p>COLLABORA CON I COMPAGNI DI SQUADRA AL RAGGIUNGIMENTO DEL MIGLIORE RISULTATO POSSIBILE</p> <p>PARTECIPA AL COINVOLGIMENTO NEL GIOCO DEI COMPAGNI DI SQUADRA MENO DOTATI</p> <p>PORTA CON LA MASSIMA ATTENZIONE L'ASSISTENZA AI COMPAGNI IMPEGNATI IN GESTI ATLETICI POTENZIALMENTE PERICOLOSI</p> <p>ARBITRA GLI INCONTRI</p> <p>ORGANIZZA INSIEME AI COMPAGNI UN CALENDARIO E UN REGOLAMENTO PER GLI INCONTRI DEL TORNEO DI CLASSE</p> <p>REDIGE E AGGIORNA LA CLASSIFICA</p>
---	---	------------------------------	---------------------------------	---	--	--

Modalità di accertamento delle COMPETENZE abilità e delle conoscenze dell'UDA

VERIFICHE TEORICO-PRATICHE FORMATIVE E SOMMATIVE PER VALUTARE IL GRADO DI CONOSCENZA DEI TEMI TECNICO/TATTICO/REGOLAMENTARI AFFRONTATI

VERIFICHE DEL GRADO DI COLLABORAZIONE FRA COMPAGNI DI SQUADRA ATTRAVERSO LA VALUTAZIONE DELL'OPERATO DEI CAPIGRUPPO

DESCRIZIONE PROVA VALUTATIVA PRATICA

Dopo avere formato 4 gruppi squadra, gli allievi prenderanno parte ad un minitorneo di calcio a 5 arbitrato a turno da uno di loro.

CRITERI VALUTATIVI DELLE COMPETENZE

- 1.-tecnica di stop e tiro
- 2.- capacità di partecipare alle fasi di attacco e difesa
- 3.-impegno e sacrificio-per il collettivo

4.- gestione della conflittualità

PESI

- 1 – tecnica stop e tiro 20%
- 2 – capacità di partecipare alle fasi di attacco/difesa 20%
- 3 – impegno e sacrificio per il collettivo 30%
- 4 – gestione della conflittualità 30%

DESCRITTORI

- 4- Si rifiuta di giocare o di svolgere l'esercizio
- 5- Non sa eseguire i fondamentali
- 6- Esegue i fondamentali anche se in modo impreciso e difficoltoso
- 7- Esegue i fondamentali con qualche imprecisione
- 8- Esegue correttamente i fondamentali
- 9- Esegue correttamente i fondamentali, a volte li sa applicare nelle dinamiche di gioco
- 10- Utilizza sempre correttamente i fondamentali nelle dinamiche di gioco, dimostra spirito di sacrificio e buona gestione della conflittualità

Note per assistenza tecnica

MODULO/ U.F.C. 5CAL/ 4 - PRODOTTO: IL CORPO ESPRESSIVO E PROGETTI

ISTITUTO	C.F.P. DON LUIGI ORIONE		SEDE ISTITUTO	FANO (PU)	
Settore	Istituto Formazione Professionale		Indirizzo	ORVM, OE, ODR	
A.S.	2025/2026	Disciplina	Area delle Attività Motorie	Classe	2^
Periodo	Inizio	NOVEMBRE 2025	Fine	APRILE 2026	

SEZIONE N. 1- Anagrafica UDA 5CAL 4.1 – Progettazione Macro

UDA (Titolo/Monte ore)	Competenza/e	Abilità	Conoscenze	Disciplina di riferimento	Discipline concorrenti
EDUCARE ALLA COMUNICAZIONE E NON VERBALE 2 H ORE: 2	-SAPER COGLIERE ED ESPRIMERE EMOZIONI E STATI D'ANIMO e SITUAZIONI -ESSERE CREDIBILI RICONOSCERE I	UTILIZZO DEI TONI DELLA VOCE, DELLA DISTANZA CON L'INTELOCUTORE, DELLA POSIZIONE, DELLO SGUARDO E DEI MOVIMENTI LA PAROLA DEVE RINVIARE AL GESTO E VICEVERSA	CANALE VERBALE (ciò che si dice) CANALE NON VERBALE (come si dice) CONCETTO DI EMITTENTE E RICEVENTE	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	

	<p>COMPORAMENTI DI BASE FUNZIONALI AL MANTENIMENTO DELLA PROPRIA SALUTE</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</p>				
--	--	--	--	--	--

Controllo realizzazione: informazioni per rettifiche alla UDA

Sezione 2 Progettazione Micro

Compito assegnato agli studenti

ANALISI CRITICA DEL VALORE DELLA TUTELA DELLA SALUTE E SANI STILI DI VITA.
 PARTECIPAZIONE ATTIVA AL TORNEO CON SOCIETÀ ATTIVE NEL CONTESTO INCLUSIONE DEI SOGGETTI DIVERSAMENTE ABILI.

Processo di lavoro

n.	ore	Titolo	Contesto	Attività docente	Metodologia	Prestazioni studenti
1	1	LA PROSEMICA LO SGUARDO IL PARALINGUISMO	AULA, LIM MULTIMEDIALE	INVITA E SENSIBILIZZA GLI ALLIEVI A CAPIRE L'IMPORTANZA DEL "LINGUAGGIO CHE AGISCE"	CCOPERATIVE LEARNING BRAIN STORMING LEZIONE FRONTALE	RICERCA SUL TEMA: IL CORPO E LA SUA ESPRESSIVITA'
2	1	POSTURA MOVIMENTI	AULA, CAMPO SPORTIVO, PALESTRA/ESTERNO	ORGANIZZA ESERCIZI A COPPIE E A PICCOLI GRUPPI	CCOPERATIVE LEARNING, LEZIONE FRONTALE	SINTESI E DISCUSSIONE

Modalità di accertamento delle COMPETENZE, delle abilità e delle conoscenze dell'UDA

VERIFICHE TEORICO-PRATICHE PER VALUTARE IL GRADO DI CONOSCENZA DEGLI ARGOMENTI TRATTATI

DESCRIZIONE DELLA PROVA (pratica)

Gli studenti dovranno mimare situazioni di vita stabilite e comunicare esclusivamente attraverso il canale non verbale (il corpo che parla) ai compagni (RICEVENTI) che dovranno essere in grado di codificare il messaggio dell'EMITTENTE.

CRITERI VALUTATIVI DELLE COMPETENZE

1-capacità di comprensione del compito

<p>2-livello della qualità di immediatezza della prova</p> <p>3-livello di creatività e originalità della prova</p> <p>4-capacità di autovalutazione</p>
<p>PESI</p> <p>1 – 25%</p> <p>2 – 25%</p> <p>3 – 25%</p> <p>3 – 25%</p>
<p>DESCRITTORI</p> <p>4 Si rifiuta di svolgere l’esercizio</p> <p>5- Non sa eseguire ne comprendere l’esercizio</p> <p>6- Esegue e comprende con difficoltà</p> <p>7- Esegue con qualche imprecisione</p> <p>8- Esegue correttamente con qualche imprecisione</p> <p>9- Esegue correttamente con sicurezza</p> <p>10- Esegue correttamente in sicurezza con partecipazione e creatività</p>

Note per assistenza tecnica

SEZIONE N. 1- Anagrafica UDA 5CAL 4.2 – Progettazione Macro

UDA (Titolo/Monte ore)	Competenza/e	Abilità	Conoscenze	Disciplina di riferimento	Discipline concorrenti
PROGETTO SULL'EDUCAZIONE ALIMENTARE Ore: 2	RICONOSCERE I COMPORAMENTI DI BASE FUNZIONALI AL MANTENIMENTO DELLA PROPRIA SALUTE	RICONOSCERE LE FORME DI COMUNICAZIONE PIÙ EFFICACI PER VEICOLARE I MESSAGGI LGATI AD UNO STILE DI VITA SANO RICONOSCERE I BENECI, IN TERMINI DI SALUTE, CORRELATI ALLA DIETA MEDITERRANEA	RISCHI DERIVANTI DA UNO STILE DI VITA SEDENTARIO RISCHI DERIVANTI DA UNA ALIMENTAZIONE SREGOLATA STILE DI VITA SANO: PREVENZIONE ATTRAVERSO L'ALIMENTAZIONE ED IL MOVIMENTO	SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE	

Controllo realizzazione: informazioni per rettifiche alla UDA

Sezione 2 Progettazione Micro

Compito assegnato agli studenti

REALIZZAZIONE DI UN ELABORATO CONTENENTE UN DIARIO ALIMENTARE DA METTERE A CONFRONTO CON LO STILE DI VITA PRECEDENTE A QUELLO TENUTO DOPO IL PROGETTO SULL'EDUCAZIONE ALIMENTARE.

Processo di lavoro

n.	ore	Titolo	Contesto	Attività docente	Metodologia	Prestazioni studenti
----	-----	--------	----------	------------------	-------------	----------------------

1	2	PROGETTO SULL'EDUCAZIONE ALIMENTARE: L'IMPORTANZA DI UNO STILE DI VITA SANO	AULA LIM -MULTIMEDIA	STIMOLA LA RIFLESSIONE SU QUALI SIANO LE PRINCIPALI CAUSE DEI COMPORAMENTI ERRATI RISPETTO AD UNO STILE DI VITA SANO E LE PROBLEMATICHE IN TERMINI DI PATOLOGIE PSICOFISICHE IN CUI SI PUO INCORRERE INVITA GLI ALLIEVI A REALIZZARE UN POWER POINT CON LE IMMAGINI RITENUTE DAI RAGAZZI PIÙ EFFICACI AI FINI DELLA PREVENZIONE	LEZIONE FRONTALE LAVORO DI GRUPPO E INDIVIDUALE	GLI STUDENTI DOVRANNO REALIZZARE UN ELEBORATO RAPPRESENTANTE IL LORO STILE DI VITA ABITUDINARIO, INSERENDO DELLE RIFLESSIONI SU CIO CHE SI PUO MIGLIORARE E SU COME PREVENIRE EVENTUALI COMPORAMENTI ERRATI.
Modalità di accertamento delle competenze, delle abilità e delle conoscenze dell'UDA						
VALUTAZIONE DEL LAVORO DI RICERCA E DI REALIZZAZIONE FINALE SUL TEMA DELLA SANA ALIMENTAZIONE						
DESCIZIONE PROVA (TEORICO/PRATICA)						
Si valuta la simulazione della messa in atto di una ipotetica dieta mediterranea bilanciata (tenendo in considerazione i temi affrontati in classe)						
CRITERI VALUTAZIONE DELLE COMPETENZE						
1 – conoscenza di norme e procedure						
2 – qualità e velocità esecuzione						
3 – spirito di collaborazione, iniziativa e originalità						
4 – padronanza della terminologia tecnico/specifica						

PESI

- 1 –conoscenza di norme e procedure 30%
- 2- qualità e velocità di esecuzione 30%
- 3 – spirito di collaborazione, iniziativa e originalità 25 %
- 4 – padronanza della terminologia tecnico/specifica 15%

DESCRITTORI

- 4- Si rifiuta di svolgere la simulazione
- 5- Dimostra difficoltà durante lo svolgimento della simulazione
- 6- Esegue anche se in modo impreciso e difficoltoso la simulazione
- 7- Riesce a svolgere tutta la simulazione con qualche imprecisione
- 8- Esegue tutto la simulazione in modo corretto
- 9- Esegue tutta la simulazione in modo corretto, sicuro e fluido
- 10- Esegue tutto la simulazione dimostrando spirito di collaborazione e spirito di iniziativa e originalità

Note per assistenza tecnica

In riferimento alla valutazione delle competenze, il riferimento decimale sarà declinato in livelli:

*** Votazione decimale 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10**

**** Votazione decimale:**

da 1 a 5: livello non raggiunto

da 5,5 a 6: livello base (lo studente svolge compiti semplici in situazioni note, mostrando di possedere conoscenze ed abilità essenziali e di sapere applicare regole e procedure fondamentali)

da 7 a 8: livello intermedio (lo studente svolge compiti e risolve problemi complessi in situazioni note, compie scelte consapevoli, mostrandoci saper utilizzare le conoscenze e le abilità acquisite)

da 9 a 10: livello avanzato (lo studente svolge compiti e problemi complessi in situazioni non note , mostrando padronanza nell'uso delle conoscenze e delle abilità. Sa proporre e sostenere le proprie opinioni e assumere autonomamente decisioni consapevoli)

Fano, 30 Settembre 2025

Firma
Prof. Cafiero Fabio

PER APPROVAZIONE

IL DIRETTORE
Prof. Roberto Giorgi