



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**

I.I.S. "CATERINA CANIANA"

Via Polaresco 19 – 24129 Bergamo

Tel: 035 250547 – 035 253492 Fax: 035 4328401

<http://www.istitutocaniana.it> email: [canianaipssc@istitutocaniana.it](mailto:canianaipssc@istitutocaniana.it)

Cod. scuola BGIS02900L C.F. 80028350165



**IFP Settore - Operatore dell'Abbigliamento: SARTO-MODELLISTA**

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

CLASSE: PRIMA

Unità Formativa 3

**UNITÀ FORMATIVA N° 3****Classe I - Operatore moda****Indirizzo di qualifica: Operatore abbigliamento****N. ore 8****Compito/prodotto:** Mantenimento Salute e benessere**Competenze:**

<b>Competenze</b>	<b>Abilità</b>	<b>Conoscenze</b>
<b>Sicurezza e Salute</b>	Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e benessere. Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti	Conoscere alcune alterazioni e traumi all'apparato scheletrico e articolare - Conoscere gli effetti del movimento sull'apparato scheletrico -Conoscere i principi igienici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e il miglioramento dell'efficienza fisica -Conoscere le norme di comportamento per la prevenzione degli infortuni, del primo soccorso e i principi per l'adozione di corretti stili di vita

**Fasi del processo**

<b>N.</b>	<b>Contenuti</b>	<b>Materiali</b>	<b>Metodologia</b>	<b>N. ore</b>
1	La sicurezza in educazione fisica: prima di cimentarsi in attività nuove, in ambienti poco conosciuti, occorre visionarli con attenzione per riconoscere eventuali rischi. Gli esercizi di stretching nel riscaldamento; assumere posture corrette nelle diverse attività quotidiane e sportive. Curare l'igiene personale e l'igiene alimentare per non sentirsi male durante l'attività fisica. Cenni su apparato scheletrico e traumi e patologie dell'apparato scheletrico e articolare.	Appunti forniti dall'insegnante, fotocopie, sussidi audiovisivi.	Lezioni frontali, lezioni interattive, attività di problem solving.	8

**Valutazione:****Prove intermedie**

Osservazioni sistematica del comportamento

**Tipologia di prova**

Test scritti e/o relazioni.

**Valutazione di competenza finale**

Fine secondo quadrimestre.

**Criteri di valutazione**

Partecipazione	Impegno	Capacità relazionali	Comportamento e rispetto delle regole	Profitto
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Interesse</li> <li>-Motivazione</li> <li>-Assunzione di ruoli diversi</li> <li>-Capacità di proporre il proprio punto di vista</li> <li>-Capacità di proporsi e portare a termine incarichi.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Continuità</li> <li>-Esecuzione accurata e puntuale di compiti</li> <li>-Disponibilità ad organizzare le attività</li> <li>-Accuratezza nel realizzare la parte teorica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Capacità di mostrare atteggiamenti collaborativi e offrire il proprio apporto</li> <li>-Capacità di mostrare atteggiamenti cooperativi e disponibilità all'inclusione dei meno abili</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Autonomia</li> <li>-Autocontrollo</li> <li>-Responsabilità nei trasferimenti/negli spogliatoi/nel portare il materiale.</li> <li>-Rispetto delle regole</li> <li>-Rispetto del fair play</li> <li>Annotazioni di eventuali richiami o mancanze</li> </ul>	<p>La media delle verifiche sulle conoscenze e abilità per il 60%, il 40% riguarda la partecipazione, l'impegno le capacità relazionali, il comportamento e il rispetto delle regole</p>

**Prova sommativa**

Le verifiche formative si effettueranno in ogni singola lezione e riguarderanno:

Partecipazione alle lezioni, Impegno durante le lezioni, capacità relazionali, comportamento e rispetto delle regole, Rilevazione in itinere del percorso di apprendimento

**Le verifiche sommative:****Prova Teorica:**

Traumi e patologie apparato scheletrico e articolare.