



Programmi di X classe 2015-2016

ITALIANO (2 ore/settimana + 2 epoche)

Docente: Marco Mari Grego

Obiettivi d'apprendimento:

Essere in grado di utilizzare vari stili del linguaggio e sviluppare capacità dialettiche.

Scrittura poetica: immagine poetica, suono delle parole, ritmo e metrica.

Italiano (ore settimanali)

Storia della letteratura: dal volgare latino al volgare italiano

L'amor cortese provenzale e la chanson de geste in lingua d'oïl

L'inizio della poesia in volgare italiano: San Francesco

Francesco d'Assisi-Cantico delle creature

La poesia religiosa: Jacopone da Todi

Jacopone da Todi-O Signor per cortesia

La scuola Siciliana

La scuola toscana

- Stili comunicativi diversi: il gioco linguistico d'immagine e testo nella pubblicità i giornali; l'articolo di fondo, l'argomentazione

Poetica (epoca 4 settimane)

-Contenuti

Differenze tra prosa e poesia.

La poesia viene indagata dal punto di vista della creazione d'immagini, dei suoni presenti nelle parole, della musicalità dei versi.

Metrica e figure retoriche.

Laboratorio di poesia

-Metodi:

Recitazione ritmata delle poesie. Lettura ed analisi di varie poesie. Laboratorio di poesia: sperimentazioni e giochi col linguaggio.

Disegni riguardanti la storia della poesia

Progetto interdisciplinare sul Medioevo (epoca)

studio e messa in scena di brani della letteratura medioevale nelle varie lingue (italiano, francese, tedesco e inglese) con interventi musicali e di euritmia e collaborazioni con gli insegnanti di materie artistiche plastico – figurative per la scenografia.

STORIA

Docente: Marco Mari Grego

Obiettivi d'apprendimento:

Saper cogliere occasioni e problemi che presenta un certo ambiente e come questi contribuiscono alla creazione di una cultura umana.

Storia antica (ora settimanale)

-Contenuti:

Storia antica dal Paleolitico all'Ellenismo. Risorse e problemi che hanno dovuto affrontare le varie civiltà.

Organizzazioni sociali (es. tribù, chefferie, teocrazia, aristocrazia, democrazia)

-Metodi:

Studio di testi fotocopiati.

Testi creati a partire da appunti presi in classe.

Disegni di arte antica.

Giochi di ruolo su vari momenti delle civiltà antiche.

Discussioni su come sarebbe possibile risolvere alcuni problemi posti dall'ambiente.

MATEMATICA (2 ore /settimana + 3 epoche)

Docente: Silvio Riva

Obiettivi d'apprendimento:

Acquisire dimestichezza e sicurezza nella soluzione di problemi matematici.

Impiegare il sistema di coordinate cartesiane in geometria e studio delle funzioni trascendenti fondamentali.

Applicazione della trigonometria ed uso degli strumenti di misurazione.

Algebra (ore settimanali)

Insiemi numerici.

Calcolo del valore di un'espressione algebrica per assegnati valori delle lettere.

Algebra dei monomi e dei polinomi.

Prodotti notevoli.

Scomposizione in fattori; MCD e mcm tra monomi e polinomi.

Semplificazione di frazioni algebriche; operazioni con esse.

Equazioni di I grado numeriche e letterali.

Problemi di I grado risolti per via algebrica.

Verifica di identità.

Operazioni coi radicali.

Equazioni di II grado intere e a coefficienti numerici; casi particolari; formula risolutiva intera e ridotta.

Equazioni di II grado letterali.

Trigonometria (epoca)

Richiami su:

somma degli angoli interni di un poligono;

alcuni simboli e convenzioni;

relazioni di equivalenza;

teorema di Pitagora;

definizioni e teoremi;

rette tagliate da una trasversale;

rapporti e proporzioni;

criteri di congruenza dei triangoli;

criteri di congruenza dei triangoli rettangoli;

triangoli simili.

Seno, coseno e tangente. Soluzione di triangoli rettangoli.

Relazioni fondamentali tra le funzioni goniometriche.

Soluzione di triangoli rettangoli – Applicazioni:

proiezione di un segmento su una retta;

coordinate cartesiane e polari;

angoli di inclinazione e depressione;

rettangolo e triangolo isoscele.

Introduzione al cerchio goniometrico.

Misura degli angoli.

Seno, coseno e tangente – Definizione generale e grafico.

Funzioni goniometriche di angoli di 30° , 45° e 60° .

Topografia (epoca)

Concetti generali di topografia.

Schizzo a mano libera dell'area oggetto del rilievo.

Rilievo di una poligonale chiusa e di punti di dettaglio col metodo "passi e bussola".

Misura di una base col metodo della coltellazione.

Altimetria: metodo della livellazione geometrica dal mezzo.

Uso del teodolite. Misura di angoli. Misura della distanza con stadia verticale.

Rilievo della poligonale e di punti di dettaglio col teodolite.

Logaritmi (epoca)

Potenze e loro proprietà:

potenze e calcolo letterale;

potenze di 10 e notazione scientifica;

potenze con esponente negativo e frazionario.

Potenze di x e curva esponenziale.

Il numero e o numero di Nepero.

Equazioni esponenziali.

Logaritmi e loro proprietà.

La curva logaritmica.

Formula del cambiamento di base.

Equazioni logaritmiche ed equazioni esponenziali che si risolvono coi logaritmi.

Applicazioni dei logaritmi decimali:

logaritmi decimali e calcoli;

scala logaritmica;

cenni al pH.

MATERIE SCIENTIFICHE

FISICA (1 ora / settimana + 1 epoca)

Docente: Silvio Riva

Obiettivi d'apprendimento:

Formulare leggi fisiche in termini matematici

Fisica (ora settimanale)

Grandezze e misure:

Le grandezze:

oggetto della fisica; perché studiarla?

la misura delle grandezze;

il Sistema Internazionale di Unità;

lunghezza, area, volume, tempo, massa e densità.

Strumenti matematici:

rapporti, proporzioni e percentuali;

i grafici;

proporzionalità diretta, inversa e quadratica;

leggere una formula e un grafico;

le potenze di 10;

le equazioni.

La misura:

gli strumenti;

il valor medio e l'incertezza;

le cifre significative;

la notazione scientifica.

Le forze:

le forze cambiano la velocità;

misura e somma delle forze;

la forza-peso e la massa;

forza di attrito ed elastica;

leggi sperimentali e modelli.

Epoca di fisica (completamento nelle ore settimanali).

Statica

Il punto materiale e il corpo rigido.

L'equilibrio del punto materiale.

L'equilibrio su un piano inclinato.
Effetto di più forze su un corpo rigido.
Il momento delle forze; momento di una coppia.
L'equilibrio di un corpo rigido.
Le leve e il piano inclinato.
Il baricentro; equilibrio di un corpo appeso e appoggiato.

Cinematica

La velocità:

il punto materiale;
i sistemi di riferimento;
il moto rettilineo e la velocità media;
il grafico spazio-tempo;
il moto rettilineo uniforme.

L'accelerazione:

il moto vario su una retta e la velocità istantanea;
l'accelerazione media;
il grafico velocità-tempo;
il moto uniformemente accelerato con partenza da fermo e con velocità iniziale;
la caduta dei corpi;
lancio dei corpi verso l'alto; spazio di frenata;
l'accelerazione istantanea

I moti nel piano:

vettore posizione, vettore spostamento e vettore velocità;
il moto circolare uniforme: periodo, frequenza, velocità angolare, velocità periferica, accelerazione;
il moto armonico;
la composizione dei moti.

Dinamica

I principi della dinamica:

oggetto della dinamica;
il 1° principio e i sistemi di riferimento inerziali;
il 2° principio della dinamica; cos'è la massa?
il 3° principio della dinamica.

Laboratorio:

Un esempio di misura: periodo nel moto armonico. Dinamometro. Somma di 3 forze concorrenti. Tiro alla fune. Attrito radente. Verifica della legge di Hooke. Condizione di equilibrio sul piano inclinato. Baricentro in 2 D. Equilibrio di un corpo rigido appoggiato. Caduta dei gravi: torre di Pisa e tempo di reazione. Moto circolare uniforme con un giradischi. 1° e 3° principio della dinamica

CHIMICA (1ora/settimana + 1 epoca)

Docente: Sandra Méndez

Obiettivi d'apprendimento:

Acquisire l'abitudine all'elaborazione astratta in formule dei fenomeni osservati.

Chimica (ora settimanale)

Introduzione:

La chimica come scienza pura e le sue applicazioni concrete, vantaggi e rischi.

Principali grandezze fisiche e unità di misura.

Il metodo scientifico.

La materia

Materia ed energia.

Stati d'aggregazione e transizioni di stato. Curve.

Sistemi materiali: miscugli omogenei ed eterogenei.

Tecniche fisiche di separazione.

Soluzioni. Colloidi, emulsioni, sospensioni.

Sostanza pura o elemento.

Le prime leggi chimiche

Legge della conservazione della massa (Lavoisier).

La teoria atomico-molecolare (Avogadro)

La massa delle molecole e degli atomi. Massa atomica e molecolare relativa.

Introduzione ai concetti di: mole, Numero d'Avogadro, volume molare.

Introduzione alla teoria atomica:

Modello atomico di Dalton

Principali particelle subatomiche. Isotopi. Massa atomica relativa.

Il modello atomico planetario.

Tavola periodica degli elementi

Sistema periodico. Elementi, gruppi, periodi, blocchi, ecc

Nomenclatura di composti binari

Calcoli di massa atomica e molecola, molecole, numero di Avogadro e moli.

Laboratorio

Epoca di 30 ore (teoria e laboratorio)

Sali: cristallizzazione di diversi sali. Sali in soluzioni.

Soluzioni. Generalità. Concentrazione. Calcoli. Curve di solubilità. Proprietà colligative.

Importanza biologica.

Acidi e basi: Formazione di un sale partendo da acidi e basi. Distruzione di un cristallo di sale per ottenere un acido e una base. Neutralizzazione. Indicatori. Acidi e basi forti e deboli. pH. Calcoli di pH per acidi e basi forti. Concetto di reazioni esotermiche ed endotermiche.

BIOLOGIA (1 ora/settimana + 1 epoca)

Docente: Mosè Nodari

Obiettivi d'apprendimento:

Comprendere il ruolo svolto dai processi organici e psichici nel mantenimento dell'omeostasi dell'organismo umano.

Biologia (ore settimanali)

Organizzazione corporea: celoma, cavità toracica e addominale.

Differenza tra endotermia ed ectotermia.

Organizzazione gerarchica: cellule, tessuti, organi, sistemi ed apparati.

Caratteristiche, struttura e funzione dei tessuti: epiteliale, connettivo, muscolare e nervoso.

Sistema muscolare (ripasso): meccanismi di contrazione muscolare, struttura delle fibre muscolari e tipologie di tessuto muscolare.

Apparato tegumentario: struttura e funzione di epidermide e cute. Azione delle ghiandole cutanee, secrezioni e produzioni cutanee.

Apparato digerente: digestione ed assorbimento; struttura e funzione dei vari organi e meccanismi di azione di stomaco, intestino, fegato e pancreas. Discussione su tematiche relative le abitudini alimentari.

Sistema escretore: ultrafiltrazione, riassorbimento e secrezione. Equilibrio idrico. Diffusione ed osmosi. Struttura e meccanismi di azione del nefrone.

Sistema nervoso: struttura del Sistema Nervoso: Centrale e Periferico, Sensoriale e Motorio, Somatico Autonomo, Simpatico e Parasimpatico. Struttura del neurone. Impulso nervoso: potenziale d'azione e propagazione. Ruolo della guaina Mielinica. Encefalo. Accenni a malattie che interessano il SN.

Sistema endocrino: ghiandole esocrine ed endocrine; meccanismo d'azione di ormoni liposolubili ed idrosolubili; struttura e meccanismi di azione di epifisi, ipofisi, tiroide, paratiroidi, pancreas e ghiandole surrenali.

Apparato respiratorio e Sistema circolatorio (Epoca)

Scambi respiratori. Molecole trasportatrici di ossigeno: mioglobina ed emoglobina. Struttura dell'apparato respiratorio: trachea, bronchi e polmoni. Capacità polmonare. Esercitazione su sezione del polmone di bue.

Struttura del sistema cardiocircolatorio. Il sangue: plasma e siero, globuli rossi, leucociti e piastrine. Vasi sanguigni e scambi gassosi per diffusione. Anatomia del cuore. Ciclo cardiaco: attività elettrica del cuore, attività meccanica (contrazione/rilassamento). Pressione sanguigna esercitazione sulla misurazione di massima e minima. Malattie a carico del sistema cardiocircolatorio. Sistema linfatico. Esercitazione su sezione di cuore di bue.

GEOGRAFIA (epoca di 30 ore)

Docente: Mosè Nodari

Obiettivi d'apprendimento:

Riconoscere la reciproca interdipendenza dei fattori che determinano il clima sulla Terra.

Geografia

Clima e tempo meteorologico

Concetto di Biosfera.

Descrizione dei principali Biomi terrestri: Foresta pluviale, Savana, Deserto, Steppa, Macchia Mediterranea, Foresta temperata, Taiga, Tundra.

Variabili del clima: temperatura, pressione e umidità (assoluta, specifica e relativa).

Stagioni, movimento di rivoluzione terrestre, equinozi e solstizi.

Fattori che influenzano il clima e tempo meteorologico.

Latitudine, longitudine, altitudine, rilievo, mari e terre, fiumi e laghi.

Classificazione e descrizione dei climi terrestri secondo Köppen.

Atmosfera terrestre: caratterizzazione di sfere e pause, composizione chimica e gradiente termico.

Nubi: meccanismi di formazione e classificazione secondo forma, tipo e altitudine.

Idrometeore: processi di formazione di pioggia, neve e grandine (Processi di Bergeron e di Coalescenza). Nebbia, foschia, rugiada, brina, galaverna e vetrone.

Elettrometeore: processi di formazione dei temporali. Meccanismi di azione di tuoni e fulmini.

Visita al centro meteorologico di Locarno Monti.

LINGUE STRANIERE

A partire dalla X classe inizia lo studio della letteratura

Obiettivi d'apprendimento:

*Ampliare il lavoro svolto nelle ore settimanali con un approccio alla letteratura di quella lingua.
Scelta, elaborazione e preparazione di un progetto interdisciplinare.*

FRANCESE (2 ore / settimana)

Docente: Maria Pia Briccola-Torriani

Obiettivi d'apprendimento:

Sviluppare capacità espressive, saper commentare opere letterarie e comporre testi.

Storia e letteratura:

Il Medio Evo (cenni di storia e di civiltà)

Nascita della lingua

Introduzione ai generi più rappresentativi delle origini della letteratura (fabliaux, chansons de geste, poesia lirica e religiosa).

Lecture (es.)

“La couverture partagée” (fabliaux)

“La chanson de Roland” (chanson de geste/estratti)

Biografie: Guillaume d'Aquitaine, Villon,...

Argomenti di civiltà (i giovani, il tempo libero, il lavoro, ecc.) Liv. B1

Recitazione:

“La chanson de Roland” (estratti)

“Le jeu d'Adam” (estratto)

“Bénédiction”

“Belle douette” (poesia lirica)

Poesie legate a temi di attualità

Grammatica:

Ripresa dei tempi verbali

Subordinata di causa, ipotetica, completiva

Gli aggettivi e i pronomi indefiniti

La frase passiva

Ecc...

Ogni allievo presenterà una ricerca su un tema legato al Medio Evo

Dettati, riassunti, elaborazione di testi accompagneranno l'allievo per tutto l'anno scolastico

TEDESCO (2 ore/settimana)

Docente: Federica Nieri

Obiettivi d'apprendimento:

Sviluppare ulteriormente le capacità di produzione/comprendimento scritta ed orale

Freies Schreiben: Wortschatz, Grammatik

Produzione scritta: Lessico, grammatica

L'approfondimento lessicale e quello degli argomenti grammaticali è mirato, a partire dalla X classe, alla produzione di testi gradatamente più complessi. Gli allievi saranno avviati ad un uso corretto delle varie congiunzioni (Konnektoren) e ad un conseguente periodare più articolato (frasi secondarie concessive, causali, relative, temporali, etc...)

Freies Sprechen / Produzione orale; Hörverstehen/ comprensione della lingua parlata

Conversazione guidata sugli argomenti oggetto di letture

Esercitazioni di comprensione della lingua orale

Literatur / Letteratura

Introduzione ai diversi generi letterari (Kurzgeschichte, Erzählung, Novelle...)

Cenni di storia della lingua: dalle origini al tedesco moderno

Cenni di storia della letteratura: dalle origini al tardo Medioevo

Lettura e recitazione di testi del periodo medioevale

Nota: I brani, poesie e testi vengono selezionati ogni anno in base alle necessità e al livello delle singole classi.

INGLESE (2 ore/settimana)

Docente: Silvia Zaffino

Obiettivi d'apprendimento:

Sviluppare autonomia nella produzione e comprensione della lingua. Ampliare il lessico, acquisire elementi base di letteratura per poter comprendere e approfondire il progetto interdisciplinare.

Maturare le competenze linguistiche di base per l'esperienza di scambio linguistico

Grammar: Revisione dei tempi base (Simple Present, Present Continuous, Simple Past, Irregular verbs, Past Continuous, future tenses), used to , to be used to, present perfect, just/already/jet, present perfect continuous, past perfect, rephrasing, modal verbs, linking words, prepositions of time, place, introduction to the phrasal verbs, pronomi interrogativi

Vocabulary: English idioms, ampliamento sistematico del lessico, spiegazione di termini in lingua (attraverso sinonimi o perifrasi), character description based on the Canterbury Tales

Literature: General Introduction, History of the English Language, Lord Randal, Monasteries and Universities, Barons and Knights, the History of Durham, Chaucer and *the Canterbury Tales*, *Joan d'Arc* comparison between *Saint Joan* by [George Bernard Shaw](#) and *The Lark* ([French: 'L'Alouette](#)) by the French playwright [Jean Anouilh](#).

Reading & Comprehension: The Tower of Babel (false friends), The Grand Tour, Around the World in 80 Days (Abstract) and readings on the English culture

Writing: The Structure of the Essay, how to prepare a Glossary, Creative Writing.

Research Project: Description of a character who made a difference in the early English history from Boudica to John Ball, personal presentation

Poems: Medieval and Celtic poems.

MUSICA (2 ore/settimana)

Docente: Alessandro Passuello

Obiettivi d'apprendimento:

Provare entusiasmo nell'esecuzione comune dei canti più vicini alla propria sensibilità musicale.

Canto, coro (1 ora/settimana)

Formazione della voce

Ampliamento del repertorio dei canti: canti popolari, del repertorio classico dal rinascimento all'epoca contemporanea, arie da opere, canti tratti da musicals e chansons, a cappella o con accompagnamento.

Canti nelle lingue straniere studiate

Preparazione di un repertorio adatto alla recita di X classe in lingua straniera

Coro delle superiori (1 ora/settimana)

Tutte le classi superiori si riuniscono nel coro, che studia brani eseguiti regolarmente in pubblico
brani per coro a quattro voci (per il repertorio, vedi sopra)

Musica strumentale

Singoli allievi delle superiori elaborano nell'orchestra della scuola o in gruppi da camera opere per manifestazioni interne alla scuola o anche pubbliche

Cura anche degli elementi di improvvisazione

EURITMIA (1 ora/settimana)

Docente: Maria Enrica Torcianti

Obiettivi d'apprendimento:

Saper eseguire nel movimento euritmico elementi musicali e della parola secondo le loro relazioni.

Forme:

Il percorso da semplici forme geometriche a forme di gruppo. Forme di base per nuovi temi.

Forme per pronomi, per epica lirica drammatica, forme dei versi, forme di rime.

Forme classiche. Forme di gruppo.

Gesti:

Gesti drammatici, gesti dell'anima. Concentrazione ed espansione
Vocali, consonanti.
Note, intervalli, armonie.

Elementi:

Pensare, sentire, volere. Guarda in te
Passo tripartito
Epoche di cultura
Accorati
Io-tu-egli
Bacchettoni
Spirale

EDUCAZIONE FISICA (2 ore/settimana)

Docente: Marcus Stein

Obiettivi d'apprendimento:

*Sviluppare la capacità di collaborare e socializzare nei giochi di squadra.
Concetto di competizione e agonismo.
Costanza e volontà nell'esercizio.*

Esercizi vari a corpo libero per sviluppare capacità condizionali (forza e resistenza) e coordinative (equilibrio e coordinazione) e inoltre:

Pallacanestro: servizio dall'alto, bagher, palleggio e partite 5:5.

Pattinaggio su ghiaccio (eventuali uscite)

Badminton: introduzione ai colpi fondamentali

Baseball: tecnica e regole di gioco

Arrampicata: tecnica e manovre di corda

Hockey: gioco di squadra e regole

Pallavolo: ripasso fondamentali individuali, difesa e organizzazione del gioco 6 contro 6

Attrezzistica: corpo libero e sbarra

Corsa di resistenza: allenamento e preparazione a una competizione

ORIENTAMENTO PROFESSIONALE (epoca di 10 ore)

Docente: Maria Pia Briccola

Obiettivi d'apprendimento:

Esplorare le proprie attitudini ed i propri interessi nel confronto di vari campi professionali.

Preparazione alla scelta della professione:

Percorso di conoscenza di sé, delle proprie capacità, dei propri difetti, di come gli altri ci percepiscono e giudicano; un quadro degli ambiti lavorativi (naturale, sociale, letterario, tecnico, ecc) e di altre scuole.

Prove ed esercizi di autovalutazione.

PORTFOLIO

Introduzione al portfolio delle competenze:

- bilancio intuitivo
- panoramica della vita
- prospettive di vita: istruzione, professione, tempo libero, vissuti particolari
- curriculum tradizionale
- es. di lettera di candidatura
- portfolio e conferma delle competenze

ARTE e ARTIGIANATO

Epoche pomeridiane

FOTOGRAFIA (epoca pomeridiana di 24 ore)

Docente: Juan Sabatino

Storia della fotografia. La macchina fotografica, obiettivi, filtri ed altri accessori. Comandi principali; tempo di apertura otturatore, apertura diaframma, messa a fuoco, profondità di campo, l'inquadratura, la luce, sensibilità della pellicola.

Riprese interne ed esterne.

Processo di sviluppo in camera oscura, l'ingranditore, gli acidi, le carte fotografiche, sviluppo negativo e stampa su carta bianco e nero.

FERRO BATTUTO (epoca pomeridiana di 24 ore)

Docente: Juan Sabatino

Obiettivi d'apprendimento:

Esperienza della capacità umana di trasformare i materiali sull'esempio della forgiatura del metallo.

Attrezzi e tecniche utilizzate nella forgiatura manuale; battitura, taglio, foratura, piegatura, attorcigliatura, strozzatura, ecc.

Realizzazione di un progetto individuale.

Introduzione alla saldatura ad arco.

CERAMICA AL TORNIO (epoca pomeridiana di 30 ore)

Docente: Antonella Tomaino

Obiettivi d'apprendimento:

Sviluppo della precisione necessaria alla lavorazione al tornio di un materiale plastico.

- Centratatura. Centrare: centrarsi, concentrare, concentrarsi
- Apertura di una forma. Apertura: aprirsi, mantenendo centrato
- Innalzamento di una forma. Innalzamento: crescere, mantenendo centrato
- Completamento: mantenere centrato, curare l'aspetto, la bellezza
- Rifinitura: togliere l'eccedenza, e abbellire dentro e fuori l'oggetto
- Cottura: la trasformazione
- Colorazione: la bellezza esteriore

PITTURA (epoca pomeridiana di 30 ore)

Docente: Pierpaolo Cogno

Obiettivi d'apprendimento:

Prendere confidenza con il colore nell'arte figurativa con l'uso di diverse tecniche.

Esecuzione di lavori ispirati ad opere pre- e post-impressioniste con tecnica ad olio su tela.

Ripresa dell'acquerello: i tre colori splendore, blu, rosso e giallo

MOSAICO (epoca pomeridiana di 30 ore)

Docente: Gianmarco Torriani

Obiettivi d'apprendimento:

Realizzazione di un mosaico di vetri colorati partendo da un progetto decorativo o di ispirazione espressionista.

BASSO RILIEVO (epoca pomeridiana di 18 ore)

Docente: Gianmarco Torriani

Obiettivi d'apprendimento:

Realizzazione di un basso rilievo in gesso con intervento pittorico di ispirazione espressionista

SCENOGRAFIA (epoca pomeridiana di 18 ore)

Docente: Gianmarco Torriani

Obiettivi d'apprendimento:

Realizzazione di una scenografia legata all'epoca medievale

LAVORO INDIVIDUALE PRATICO

Docente: Juan Sabatino

Obiettivi d'apprendimento:

Realizzare un progetto pratico con la consulenza di un esperto.

Progettazione, realizzazione e documentazione di un lavoro pratico artigianale a scelta svolto durante l'anno (con un impegno di almeno 60 ore di lavoro) in modo autonomo fuori dell'orario scolastico.