



**LICEO STATALE "G. FRACASTORO"
VERONA**

Anno scolastico 2022-23

Relazione finale del/la docente

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE 5^A SEZ. AL

1. OBIETTIVI CONSEGUITI in relazione e con riferimento alla programmazione curriculare ed agli obiettivi iniziali

1.1) OBIETTIVI FORMATIVI:

Conoscenza delle capacità condizionali e coordinative e dei percorsi per svilupparle nella teoria e nella pratica.

Saper controllare un movimento per risolvere un compito motorio in modo adeguato.

Conoscenza dei comportamenti da assumere ai fini della sicurezza e del mantenimento della salute dinamica.

1.2) OBIETTIVI DIDATTICI:

Elaborare risposte adeguate in situazioni complesse e/o non conosciute

-Organizzare fasi di avviamento motorio, percorsi motori e sportivi, auto-valutarsi e elaborare i risultati

-Riconoscere e cogliere relazioni con il mondo sportivo contemporaneo

-Cogliere gli elementi che rendono efficace una risposta motoria.

-Conoscere caratteristiche base di allenamento adattandole alle esigenze proprie ed altrui

-Trasferire e ricostruire tecniche, strategie, regole delle diverse attività sportive e di gioco, adattandole alle capacità, esigenze, spazi e tempi di cui si dispone

-Cooperare in gruppo/squadra utilizzando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.

2. CONTENUTI: vanno descritti i contenuti disciplinari acquisiti dagli alunni (non solo gli argomenti svolti ma anche e soprattutto quelli appresi) con le seguenti specifiche:

2.1) CRITERI DI SELEZIONE DEL PROGRAMMA:

In conformità a quanto stabilito dai Programmi Ministeriali, dal Dipartimento Disciplinare e dal Piano Didattico ed Educativo di Istituto e alla reale fattibilità degli stessi nel contesto scolastico.

2.2) CRITERI DI SCELTA DEI TEMI TRATTATI:

In conformità a quanto stabilito dai Programmi Ministeriali, dal Dipartimento Disciplinare e dal Piano Didattico ed Educativo di Istituto e di Dipartimento Disciplinare, alla reale fattibilità degli stessi nel contesto scolastico.

2.3) ORGANIZZAZIONE, SCANSIONE DEGLI ARGOMENTI:

In accordo con quanto programmato, con la disponibilità di risorse (spazi, strumenti) presenti a scuola e con la propensione/attitudine degli studenti della classe.

2.4) ARGOMENTI SU CUI È POSSIBILE UNA TRATTAZIONE INTERDISCIPLINARE DI NODI CONCETTUALI CARATTERIZZANTI LA DISCIPLINA (OM 45/2023 art. 22 comma 5):

Ed. Civica: intervento di sensibilizzazione ADOCES (premesse, caratteristiche e possibilità di donazione di cellule staminali emopoietiche o midollo osseo)

Ed. Stradale, sensibilizzazione alla prevenzione degli incidenti stradali, l'importanza del rispetto delle regole relative alla sicurezza stradale: intervento del Dirigente della Polizia Stradale di Verona.

Approfondimento: Sport e Regimi. Le Olimpiadi di Berlino 1936

2.5) CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI SVOLGIMENTO

esposti per unità didattiche/moduli/percorsi formativi/approfondimenti

Unità didattiche/Moduli/Percorsi formativi/ Approfondimenti ¹	mesi / ore
Il riscaldamento motorio, aspetti funzionali nel movimento	Sett./ottobre
Aspetti salutistici del movimento, la camminata, la corsa: resistenza, prove.	Sett. /ottobre
Esercizi di potenziamento muscolare e mobilità articolare e stretching, coordinazione dinamica, rapidità/velocità e resistenza.	Tutto l'a.s.
Ultimate frisbee, gioco e aspetti tecnici base delle modalità di passaggio/presa	ottobre
Pallavolo esercizi sui fondamentali tecnici e partite a squadre Regolamento arbitrale essenziale.	Ottobre /nov.
Muscoli scheletrici, classificazione e caratteristiche fondamentali.	Ottobre
Badminton esercizi su tecnica colpi base e gioco. Tennis-tavolo, occasionale	Ottobre/nov.
Attività e gioco pre-sportivo utile per abilità pre-requisiti dei giochi sportivi	Ottobre/gennaio
Il movimento finalizzato: volontario, automatizzato, riflesso	Ottobre
Attività dinamica con abilità specifiche e generali di coordinazione e resistenza	Tutto l'a.s.
Energetica muscolare: meccanismo anaerobico lattacido, anaerobico lattacido, aerobico, caratteristiche fondamentali.	Novembre
Circuiti allenanti con esercizi con finalità specifiche (potenziamento muscolare, mobilità articolare, resistenza specifica, coordinazione.)	Novembre
Basket, es. su fondamentali individuali e collettivi.	Nov./dicembre
I benefici del movimento su aspetti funzionali del corpo umano	Novembre
Ed. Civica : incontro ADOCES, donazione midollo osseo, classi quinte	Dicembre
Potenziamento e attività pratica con attrezzi (palla medica, bacchette, panca...)	Dicembre/gennaio
Attività di stretching individuale o a coppie.	Dicembre/gennaio
Pallamano, es. su fondamentali e gioco a squadre.	Dicembre/gennaio
Approfondimento. Lo Sport come moderno strumento di inclusione: La Straordinaria storia delle Paralimpiadi (classroom)	Gennaio
Pallamano esercizi su fondamentali tecnici e gioco, regole base	Gennaio /febbraio
Basket: esercizi su fondamentali tecnici e gioco, regole base (3 c 3)	Febbraio/marzo
Circuiti di destrezza motoria e rapidità	Marzo
Circuiti (potenziamento muscolare, mobilità articolare, resistenza specifica, coordinazione..) con lavori di gruppo	Aprile
Educazione Stradale: analisi e consapevolezza dei rischi degli incidenti stradali. Intervento formativo Dirigente Polizia Stradale di Verona.	Aprile
Approfondimento: (classroom) Lo sport tra fine '800 e '900, le Olimpiadi Moderne Le Olimpiadi di Berlino, 1936	Marzo/aprile
Partecipazione (di una componente degli studenti della classe) alla giornata di Atletica Leggera e ai Tornei di Istituto di basket e pallavolo.	Aprile
Grandi attrezzi: es. base di traslocazione alla trave di equilibrio, volteggio al cavallo (divaricato, inframezzo, laterale..).Assistenza diretta e indiretta	Maggio
Palla-Tamburello, esercizi e gioco, regolamento essenziale	Maggio
Ore effettivamente svolte nell'intero anno scolastico	61

¹ Inserire anche gli eventuali contributi al Curricolo di Educazione Civica, inseriti nel Prospetto di Ed. Civica della classe, approvato nei cdc di novembre ed allegato, aggiornato con i contributi effettivamente realizzati, al Documento del 15 maggio.

I contenuti dettagliati sono nel documento *Programma svolto*.

3. METODOLOGIA

3.1) METODO DI INSEGNAMENTO:

L'insegnamento è stato strutturato in lezioni e unità didattiche che hanno permesso di sviluppare obiettivi generali e/o specifici. Sono state fatte proposte motorie proporzionate, dal punto di vista quantitativo e qualitativo, alle caratteristiche psico-fisiche degli allievi della classe e alle necessità e ai ritmi individuali. Durante le lezioni, alla spiegazione/dimostrazione motoria, sono seguite talvolta una fase attiva di rielaborazione svolta dagli alunni (anche attraverso il metodo del problem-solving per stimolare le capacità di analisi, sintesi e progettazione motoria) e una fase di apprezzamento/ puntualizzazione/ riformulazione da parte dell'insegnante.

3.2) MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITA' DIDATTICA:

L'insegnante ha proposto attività adeguate al livello di preparazione degli studenti operando al bisogno con interventi individualizzati. Si è tenuto conto, inoltre, delle attitudini degli studenti, delle esperienze pregresse, dei differenti livelli di partenza e delle significative differenze tra maschi e femmine.

In relazione agli obiettivi, l'approccio metodologico è stato globale/ analitico/ sintetico a seconda dell'attività svolta e della fase di apprendimento, tenendo conto, in ogni caso, di criteri di gradualità e di progressività.

3.3) ATTIVITA' DI RECUPERO, SOSTEGNO, INTEGRAZIONE:

Recupero in itinere con riformulazioni ed interventi di rinforzo anche individualizzati

Partecipazione ai tornei intra-scolastici (tornei fra classi di calcio 5, volley, pallacanestro 3 vs 3, gare di atletica leggera). - Possibilità di partecipazione ai campionati studenteschi dalle fasi di Istituto.

Pattinaggio su ghiaccio presso l'Arsenale.

Lungadige per prove di corsa resistente su percorsi controllati.

Camminate in spazio città (percorsi di cammino e vie del centro e percorsi sulle Torricelle).

3.4) STRUMENTI E SPAZI:

Attività in Palestra con grande attrezzatura utilizzabile.

Lezione frontale (Testo adottato: "Più Movimento- Sc. Motorie per la sc. Superiore di II grado" Fiorini-Bocchi- Coretti- Chiesa. Ed. Marietti Scuola)

Sussidi didattici e testi di approfondimento, materiale multimediale, presentazioni PowerPoint

Spazi condivisi tra classi (palestra e spazi esterni,) e attrezzature didattiche (piccoli e grandi attrezzi e materiali didattici disponibili). Ambienti naturali Occasionalmente: spazi/strutture esterne alla scuola es.

Lungadige, parco "Colombare"

Lavori a piccoli e grandi gruppi, divisi per abilità o misti, per aggregazione spontanea

Problem solving e lavori di gruppo.

Interventi con formatori esterni.

4. LA VALUTAZIONE

4.1) STRUMENTI DI VERIFICA:

Osservazioni oggettive di abilità/capacità motorie specifiche, test motori standardizzati e non, verifiche/test su argomenti teorici ed attività pratiche anche con lavori di gruppo.

4.2) CRITERI DI VALUTAZIONE:

In riferimento alla griglia di valutazione disciplinare di Istituto.

Verona, 05/05/2023
luogo data

prof. ssa Laura Recchia
firma del docente