



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

Anno scolastico 2019 - 2020

Galvagni Elisabetta

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
CLASSE 5^A SEZ. BES

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

- **OBIETTIVI FORMATIVI:**

Questa Disciplina permette un armonico sviluppo corporeo e motorio dell'adolescente, attraverso il:

- miglioramento delle qualità fisiche e neuromuscolari;
- la maturazione della coscienza relativa alla propria corporeità, sia come disponibilità e padronanza motoria sia come capacità relazionale, per superare le difficoltà e le contraddizioni dell'età adolescenziale;
- l'acquisizione di una cultura delle attività di moto e sportive che tenda a promuovere la pratica motoria come costume di vita e la coerente coscienza e conoscenza dei diversi significati che lo sport assume nella società;
- la scoperta e l'orientamento delle attitudini personali nei confronti di attività sportive specifiche e di attività motorie che possano tradursi in capacità trasferibili al campo lavorativo e del tempo libero;
- l'evoluzione e il consolidamento di un'equilibrata coscienza sociale basata sulla consapevolezza di sé e sulla capacità di integrarsi "nel e dal" gruppo tramite l'esperienza concreta di contatti sociorelazionali soddisfacenti ed attraverso il rispetto delle regole e l'autocontrollo;

- **OBIETTIVI DIDATTICI:**

- **COMPETENZE ABILITA' CONOSCENZE**

- Conoscenza del proprio corpo e delle sue modificazioni attraverso:

- elaborare risposte efficaci in situazioni complesse;
- conoscere le potenzialità del movimento del corpo e la fisiologia in

relazione al movimento;

- -percezione sensoriale: riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni anche tecniche degli sport;
- -coordinazione:
 - consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica;

- -conoscere I principi fondamentali che sottendono la prestazione motoria e sportiva;
- -sicurezza: assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra e negli spazi aperti;
- -conoscere I principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti;
- -salute e corretti stili di vita: assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere;
- -conoscere I principi igienici e scientifici che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e il miglioramento dell'efficienza fisica;
- ambiente naturale: sapersi esprimere e orientare in attività in ambiente naturale, conoscere alcune attività motorie e sportive in ambiente naturale.

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:** particolare rilievo sarà dato alle attività di conoscenza di sé per aiutare la formazione di un gruppo coeso e consapevole; non mi è possibile prevedere una scansione dei tempi in quanto le attività che riguardano il corpo sono soggette a continue variabili dipendenti dalla disponibilità e dalla reale possibilità del soggetto a “mettersi in gioco”.

2.2) **CRITERI DI SCELTA DEI TEMI TRATTATI:**
I criteri ed i temi trattati sono stati valutati dopo l'inizio dell'anno scolastico, in quanto, classe "nuova", rimanendo il più possibile fedele ai punti chiave discussi ed approvati dal dipartimento di Scienze Motorie.

2.3) **ORGANIZZAZIONE, SCANSIONE DEGLI ARGOMENTI:**
Gli argomenti trattati hanno seguito periodicità mensile secondo moduli prestabiliti.

2.4) **ARGOMENTI SU CUI È POSSIBILE UNA TRATTAZIONE PLURIDISCIPLINARE DI NODI CONCETTUALI CARATTERIZZANTI LA DISCIPLINA:**

2.5) CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI SVOLGIMENTO

esposti per unità didattiche/moduli/percorsi formativi/approfondimenti

Unità didattiche/Moduli/Percorsi formativi/Approfondimenti svolti con modalità in presenza dal 11/09/2019 al 22/02/2020	mesi / ore -19
esercitazioni di atletismo generale	ott/febb
pallavolo - gioco, modalità, ruoli, posizioni	ott/nov
calcetto - gioco, modalità, ruoli, posizioni	nov/dic
pallacanestro - gioco, modalità, ruoli, posizioni	genn/febb
pallamano - gioco, modalità, ruoli, posizioni	genn/bebb
Unità didattiche/Moduli/Percorsi formativi/Approfondimenti Svolti con modalità DAD dal 27/02/2020 al termine dell'a.s.	mesi / ore -12
Lezioni su piattaforma riprendendo in parte esercitazioni di atletismo generale iniziate con la didattica in presenza.	marzo/giugno
tonificazione e potenziamento muscolare	marzo/giugno
stretching total body	marzo/giugno
i muscoli, inserzioni, azioni	maggio
Ore effettivamente svolte nell'intero anno scolastico	

I contenuti dettagliati sono nel documento *Programma svolto*.

3.METODOLOGIA

3.1) METODO DI INSEGNAMENTO: (lezione frontale, lezioni partecipate, simulazioni, didattica tra pari ecc...) ;

3.2) MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITA' DIDATTICA: Ogni proposta didattica sarà presentata seguendo metodiche globali alternate ad interventi analitici e correttivi. Le varie attività verranno illustrate e presentate con spiegazione verbale, dimostrazione collettiva, controllo, correzione collettiva e/o individualizzata, ripetizione dell'azione corretta. L'assistenza sarà diretta ed indiretta, secondo la necessità. Attraverso il dialogo si cercheranno le motivazioni all'attività.

3.3) ATTIVITA' DI RECUPERO, SOSTEGNO, INTEGRAZIONE: non sono state necessarie attività di recupero per gli alunni

3.4) STRUMENTI E SPAZI: (libri di testo, materiali didattici, LIM, video ecc).
All'occorrenza appunti e/o fotocopie fornite dall'insegnante.

Eventuali fotocopie o Testi esistenti nella biblioteca dell'Istituto

Ove fosse richiesto e ove possibile si effettuerà la visione di video cassette delle varie discipline sportive, dimostrative di tattiche, tecniche, regolamenti, svolgimento di partite.

Le attività sono state svolte sia all'aperto in luoghi vicini alla scuola, sia nelle aule della scuola (palestre).

4. LA VALUTAZIONE

4.1) STRUMENTI DI VERIFICA: (griglie di valutazione, criteri condivisi, numero minimo di verifiche nel quadrimestre, scritte, orali, pratiche ecc., modalità di valutazione: es. prove esperte, verifiche orali, prove oggettive, questionari di riflessione sulle attività svolte ecc.).

Sono stati utilizzati test pratici affiancati ad una osservazione soggettiva in itinere per far sì che ogni lezione fosse occasione per valutare il processo di insegnamento e apprendimento adeguandolo agli obiettivi prefissati, inoltre per poter apportare opportuni aggiustamenti determinati di volta in volta dalle capacità e dall'impegno.

Numero valutazioni: Almeno due verifiche pratiche per quadrimestre, il più possibile oggettive (tests) ed anche informali comprendendo il rispetto delle scadenze e degli orari, la correttezza di comportamento,

Interventi costruttivi durante le lezioni, l'autocontrollo, la capacità di cooperazione, autonomia, la disponibilità ed il rispetto nei confronti dei compagni e della docente.

Almeno un test scritto sulle conoscenze ed argomenti di base affrontati durante l'orario curricolare per tutto il gruppo classe.

4.2) CRITERI DI VALUTAZIONE:

Voto	Metodologiche rilevate con la didattica in presenza e quella a distanza Imparare a imparare
9-10	Impara con facilità (sa applicare prontamente le prescrizioni operative). è sempre autonomo nell'applicazione dei contenuti.
8	Impara dalle spiegazioni e le applica, compatibilmente alle proprie abilità tecniche.
7	Non sempre applica le prescrizioni del docente. spesso non è autonomo ma ha bisogno di essere sollecitato.
6	Spesso riduce nella durata e/o nel numero delle ripetizioni le indicazioni fornite dal docente. solo se continuamente sollecitato raggiunge gli obiettivi minimi della disciplina.
5	Riesce a seguire almeno parzialmente le indicazioni del docente, e raramente è autonomo nell'applicare le prescrizioni operative.
4	Si rifiuta di imparare, anche dopo proposte individualizzate, e non avvia alcun processo di superamento delle proprie difficoltà.
meno di quattro	Si rifiuta di imparare, anche dopo proposte individualizzate, e non avvia alcun processo di superamento delle proprie difficoltà. accompagnando questo rifiuto a atteggiamenti oppositivi.