



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

**Anno scolastico 2022-23**

**Relazione finale del/la docente**

---

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

**CLASSE 5<sup>A</sup> SEZ. AE S**

**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 perpensioni 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 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 perpensione/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 del midollo osseo)

Ed. Stradale, sensibilizzazione alla prevenzione degli incidenti stradali, intervento Dirigente Polizia Stradale di Verona.

Sport e Regimi: Le Olimpiadi del 1936

## 2.5) CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI SVOLGIMENTO

esposti per unità didattiche/moduli/percorsi formativi/approfondimenti

Unità didattiche/Moduli/Percorsi formativi/ Approfondimenti <sup>1</sup>	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
Pattinaggio su ghiaccio presso Arsenale	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

<sup>1</sup> 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/corsa in spazi cittadini (percorsi di cammino e vie del centro e percorsi/parchi 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