



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

Anno scolastico 2023-24

Relazione finale della docente: prof.ssa Laura Recchia

MATERIA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

CLASSE 5^A SEZ. AE S

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

1.1) OBIETTIVI FORMATIVI:

Conoscere le caratteristiche delle capacità condizionali e coordinative e le principali strategie teoriche e pratiche per svilupparle.

Finalizzare e controllare il movimento per risolvere compiti motori in modo adeguato.

Conoscere comportamenti da assumere ai fini della prevenzione, della sicurezza e del mantenimento della salute dinamica.

Implementare competenze sociali e civiche attraverso i contenuti culturali della disciplina.

1.2) OBIETTIVI DIDATTICI:

- Elaborare risposte motorie adeguate in situazioni diverse anche non prevedibili.

-Pianificare/elaborare, compiti motori, con capacità di auto-valutazione e rielaborazione dei risultati

-Riconoscere e cogliere aspetti sociali/culturali del mondo sportivo contemporaneo

-Conoscere le caratteristiche base dell'allenamento sportivo adattandole a necessità specifiche.

-Trasferire e utilizzare abilità, tecniche, strategie, regole delle diverse attività sportive, in contesti diversi, adeguandole alle esigenze, agli spazi e ai tempi di cui si dispone

-Dimostrare spirito di iniziativa e intraprendenza partecipando alle attività disciplinari, collaborando e valorizzando le propensioni e le attitudini individuali.

-Sviluppare competenze sociali e civiche attraverso i progetti proposti dalla disciplina.

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 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 relative alla donazione del midollo osseo). Possibilità di adesione alla "tipizzazione".

Sicurezza Stradale: sensibilizzazione alla prevenzione degli incidenti stradali, intervento formativo sull'analisi delle cause e condizioni che determinano gli incidenti stradali; gestione dell'emergenza sanitaria sul luogo dell'incidente, testimonianze dirette, normativa e sanzioni di riferimento.

Progetto "Diamoci una Scossa", per un gruppo di studenti della classe: corso di manovre di rianimazione cardio-polmonare con certificazione all'uso del defibrillatore (BLS-D in collaborazione con AOUI VR)

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 e velocità	Sett. /ottobre
Esercizi di potenziamento muscolare e mobilità articolare anche in andature pre-atletiche, es. di stretching.	Tutto l'a.s.
Ultimate frisbee, regolamento, spirito del gioco e aspetti tecnici base delle modalità di passaggio/presa, marcatura e smarcamento.	ottobre
Pallavolo rinforzo dei fondamentali individuali e collettivi, partite a squadre Regolamento arbitrale essenziale.	Ottobre /nov.
Muscoli scheletrici, classificazione e caratteristiche fondamentali.	Ottobre
Badminton: tecnica colpi base regolamento e gioco, singolare e doppio	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, caratteristiche essenziali	Novembre
Circuiti allenanti con esercizi con finalità specifiche (potenziamento muscolare, mobilità articolare, resistenza specifica, coordinazione...) lavori con proposte pratiche di gruppo	Novembre
Basket, fondamentali individuali e collettivi, es.-gioco	Nov./dicembre
Ed. Civica : incontro ADOCES classi quinte, incontro di informazione e sensibilizzazione alla donazione del midollo osseo	24 Novembre
Potenziamento muscolare, e mobilità articolare, cardio-fitness con piccoli attrezzi (palla medica, pesetti, funicelle, bacchette, panca...)	Dicembre
Pattinaggio su ghiaccio presso l'Arsenale.	Dicembre
Introduzione al Doping nello Sport (visione film "The program" -2015)	Gennaio
Ed. Civica. Partecipazione di 8 studenti al Progetto : "Diamoci una scossa" corso di formazione su tecniche BLS-D in collaborazione con AOUI-VR	13 Gennaio
Ripasso tecniche BLS-D con utilizzo di Little-Ann e contributo degli studenti che hanno aderito al corso di formazione specifica.	Gennaio
Circuiti in palestra con sovraccarichi allenanti	Febbraio
Attività inclusiva attraverso il gioco pre-sportivo : Palla-tutto	Febbraio
Approccio all'arrampicata: al quadro svedese, salite e discese, "libere" e formali dell' attezzo, capovolta e verticale al quadro svedese. Parete di arrampicata: attraversamenti con controllo dei passaggi e prese.	Febbraio
Educazione alla Sicurezza Stradale: analisi e cause degli incidenti stradali. Intervento formativo in collaborazione con equipe Verona Strada Sicura	23 Febbraio
Ed. Civica : 10 studenti della classe partecipano al Progetto ADOCES aderendo alla proposta di "tipizzazione"	Febbraio
Hit- ball, regolamento essenziale es. e gioco	Marzo

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.

Atletica Leggera: getto del peso, di salto in lungo (con adattamenti tecnici a situazioni di palestra)	Marzo
Baseball: uso della mazza da baseball, gioco con regolamento essenziale.	Marzo
Agility Ladder, combinazioni di coordinazione dinamica e resistenza	Aprile
Partecipazione (di una componente degli studenti della classe) ai Torneo di Istituto di Badminton, e al Progetto "La scuola fa squadra" (calcio e pallavolo).	Maggio
Doping: World Antidoping Agency e codice WADA. Le sostanze proibite, i metodi proibiti, le sostanze non soggette a restrizione	Maggio
Palla-tamburello, regolamento, esercizi e gioco.	Maggio
Uscita sportiva : Vela, canoa, SUP, presso il circolo Acquafresca di Brenzone	Giugno
Ore effettivamente svolte nell'intero anno scolastico	60

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 alle attività sportive e ai tornei intra-scolastici (Sci Alpino, Bondone -TN, "La scuola fa squadra", tornei fra classi di badminton, calcio 5, pallavolo, pallacanestro 3 vs 3, gare di atletica leggera).

Possibilità di partecipazione ai campionati studenteschi dalle fasi di Istituto.

Progetti sportivi e formativi proposti dalla disciplina

Uscita sportiva didattica: Vela, canoa, SUP, Brenzone- VR

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/competenze 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, 5/5/2024

prof.ssa Laura Recchia

firma del docente