



Ministero dell'Istruzione

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
CLASSE 2[^] C - a. s. 2019-2020

PROFILO DELLA CLASSE

La classe costituita da 26 studenti, 22 maschi e 4 femmine. In merito all'interesse e alla partecipazione al dialogo educativo, la maggior parte degli alunni, livelli scarsi di interesse e di partecipazione al dialogo educativo, con apprendimenti complessivi poco soddisfacenti. Solo per alcuni alunni hanno mostrato ampio interesse e assidua partecipazione al dialogo educativo con un continuo e lodevole progresso nell'apprendimento. Sul piano della socializzazione, mostrano forti resistenze al confronto e quasi sempre si isolano in gruppo, non si evidenziano comportamenti scorretti verso la struttura e l'attrezzatura della scuola, ma qualche volta necessitano richiami.

Per quanto concerne l'attività teorica, dal 17 Marzo 2020, si è utilizzata la piattaforma moodle fornita dal nostro Istituto, integrando con un gruppo WhatsApp di classe e video lezioni su Zoom. I materiali necessari relativi agli argomenti svolti sono stati inseriti sul registro elettronico del portale OMNIA, nella sezione compiti per casa e nella piattaforma moodle.

METODOLOGIA E STRUMENTI

Le lezioni di educazione fisica pratiche si sono svolte sino al mese di marzo, nella palestra della scuola e in alcuni momenti dell'anno, compatibilmente con le condizioni climatiche e con la tipologia di attività proposte, anche all'aperto negli spazi esterni all'edificio scolastico.

Sono stati utilizzati in modo funzionale all'apprendimento e al conseguimento degli obiettivi indicati il materiale e l'attrezzatura in dotazione, il libro di testo e supporti audio visivi.

La metodologia adottata utilizza:

- lezioni frontali e guidate
- esercitazioni tecnico sportive (svolte anche all'aperto)

- esercitazioni individuali, in coppia e in piccoli gruppi
- circuiti attrezzati
- Le esercitazioni pratiche sono state supportate da spiegazioni tecniche relative all'argomento trattato; l'impegno fisico richiesto è stato sempre adeguato all'età degli allievi e alle condizioni generali presenti.
- Da marzo in poi lezioni teoriche su piattaforma zoom

Nella prima fase dell'anno per la parte pratica, sono stati presi in considerazione molti dei vari tipi d'apprendimento utilizzabili in questa materia:

- - per prova ed errore,
- - per aggiustamenti successivi,
- - per emulazione,
- - per concatenazione,
- - per acquisizione di concetti,
- - per acquisizione di regole,
- - per problemsolving.

Le esercitazioni motorie sviluppate hanno sempre rispettato la gradualità dell'apprendimento “dal facile al difficile” in modo da poter giungere alla strutturazione di schemi motori complessi passando per schemi intermedi graduabili per complessità.

VERIFICHE E VALUTAZIONI

I momenti di verifica, sono stati sempre esplicitati agli studenti, saranno differenziati a seconda degli argomenti e delle abilità da verificare. Per le prove di valutazione, sono stati utilizzati i seguenti strumenti: Osservazione diretta e sistematica da parte dell'insegnante con

- registrazione dei risultati ottenuti in relazione alle capacità e competenze prese in considerazione Test e prove pratiche(prima parte dell'anno)
- Interrogazioni orali (trattazione sintetica) La valutazione finale di ogni singolo studente terrà conto dei risultati ottenuti, dei miglioramenti raggiunti rispetto alla situazione di partenza, dell'impegno dell'interesse, soprattutto mostrato nelle presenze in DAD e dalla partecipazione dimostrati nel corso dell'intero anno scolastico.

Nella valutazione di alunni con esonero dalle attività pratiche, si terrà inoltre conto del grado di acquisizione di conoscenze e competenze necessarie ad un

reale e significativo coinvolgimento in compiti di giuria, arbitraggio e di assistenza tecnica e morale al lavoro dei compagni nonché del livello di autonomia organizzativo raggiunto.

PROGRAMMA SVOLTO

Lezioni pratiche

- Potenziamento della funzionalità cardiocircolatoria e respiratoria: Capacità Condizionali- Resistenza generale a carico naturale.
- Esercitazioni di Mobilità articolare (a carico naturale e con piccoli e grandi attrezzi).
- Incremento e stabilizzazione delle Capacità Coordinative generali (Apprendimento -Consolidamento delle prassie motorie - Adattamento e Trasformazione).
- Incremento e stabilizzazione delle Capacità Coordinative speciali (Ritmo – Equilibrio - Coordinazione oculo-manuale e oculo-podolica - Organizzazione spazio temporale - Destrezza fine - Combinazione e Fantasia motoria - Capacità di attenzione e di concentrazione).
- Calcio a 5, Pallavolo, e Tennistavolo; cenni di Basket, di Pallamano, diBadminton (sviluppo delle Capacità Condizionali e Coordinative correlate ai diversi sport -Conoscenza dei fondamentali tecnici- Conoscenza delle tattiche di base - Conoscenza del regolamento - Gestione arbitraggi).

Lezioni teoriche

Il corpo umano bello dentro: una macchina perfetta.

Capitolo A1: Le radici storiche della ricerca;

- A1.1-La scoperta del corpo: un cammino iniziato con l'uomo;
- A1.2-L'affermazione dell'anatomia come disciplina scientifica;
- A1.3-I principi scientifici, pedagogici e sociali dell'attività motoria.

Capitolo A2: Dalla cellula agli apparati;

- A2.1-L'organizzazione del corpo umano;
- A2.2-L'apparato locomotore.

Capitolo A3: Le componenti passive dell'apparato locomotore;

- A3.1-L'apparato scheletrico: stabile impalcatura;
- A3.2-L'apparato articolare: cerniere di collegamento.

Capitolo A4: Le componenti funzionali dell'apparato locomotore;

- A4.1-L'apparato cardiocircolatorio;
- A4.2-L'apparato respiratorio;
- A4.3-L'apparato digerente;
- A4.4-Gli organi di pulizia;
- A4.5-Gli organi di stoccaggio;
- A4.6-Il sistema endocrino;
- A4.7-Le difese dell'organismo.

Capitolo A5: Le componenti attive dell'apparato locomotore;

- A5.1-Il sistema muscolare;
- A5.2- Il sistema nervoso.

Capitolo D3: I movimenti fondamentali e la loro applicazione negli sport;

- D3.8-Nuotare.

Prof. Dario Rapisardi

*firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art.3 comma 2 D.lgs.39/1993*