



*Ministero dell'Istruzione*

**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**  
**CLASSE 2<sup>^</sup> C - a. s. 2019-2020**

## **PROFILO DELLA CLASSE**

La classe costituita da 21 studenti, 18 maschi e 3 femmine. In merito all'interesse e alla partecipazione al dialogo educativo, la maggior parte degli alunni hanno mostrato livelli alterni di interesse e di partecipazione al dialogo educativo, con apprendimenti complessivi più che soddisfacenti, solo per alcuni alunni.

Sul piano della socializzazione, alcuni alunni mostrano forti resistenze al confronto e quasi sempre si isolano dal gruppo, non evidenziano comportamenti scorretti verso la struttura e l'attrezzatura della scuola, ma qualche volta necessitano richiami.

Tra gli obiettivi didattici trasversali solo alcuni alunni ha acquisito nozioni di Educazione alla legalità, al rispetto di sé e degli altri, ai rapporti interpersonali corretti, alla solidarietà, alla tolleranza ed alla reciproca comprensione

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 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 perla 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 facileal 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.
- Potenziamento muscolare generale e localizzato sui diversi distretti muscolari: Capacità Condizionali - Forza e Velocità (a carico naturale e con piccoli e grandi attrezzi).
- 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-podalica - 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**

Capitolo B1: Lo sviluppo psicomotorio;

- B1.1-L'apprendimento motorio e lo schema corporeo;
- B1.2-Lo sviluppo psicomotorio nell'età evolutiva.

Capitolo B2: Crescere bene con sé stessi e gli altri;

- B2.1-L'adolescenza;
- B2.2-L'importanza della pratica sportiva nell'adolescenza;
- B2.3-Siamo tutti uguali, abili e diversamente abili.

Capitolo B3: L'arte di comunicare (con il corpo);

- B3.1-Gli elementi della comunicazione;
- B3.2-Quando le parole non bastano: il linguaggio non verbale.

Capitolo B4: Il corpo si esprime;

- B4.1-Le attività espressive;
- B4.2-La danza;
- B4.3-Il mimo;
- B4.4-Un pó di circo a scuola;
- B4.5-La ginnastica ritmica.

Capitolo E2: I giochi sportivi di squadra con la palla;

- E2.1-Le caratteristiche dei giochi di squadra con la palla;
- E2.2-Il calcio a cinque;
- E2.4-La Pallamano;

Capitolo CY: Argomenti relativi alla salute che riguardano le tossicodipendenze:

- CY.1-Le tossicodipendenze;
- CY.2-Tossicodipendenza da alcol;

- CY.3-Tutto quello che devi sapere sull'alcol;
- CY.4-Nicotina e tabacco;

***Prof. Dario Rapisardi***

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