



Ministero dell'Istruzione

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
CLASSE 4[^] C - a. s. 2019-2020

PROFILO DELLA CLASSE

La classe costituita da 20 studenti maschi. 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 mediamente soddisfacenti.

Sul piano della socializzazione, gli alunni rispettano sostanzialmente le regole nel rapporto con i compagni e con gli insegnanti, non evidenziano comportamenti scorretti verso la struttura e l'attrezzatura della scuola. Sul piano del comportamento, gli alunni si confrontano con gli altri in modo corretto e sono integrati nel gruppo classe.

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, oltre che su moodle, sul registro elettronico del portale OMNIA, nella sezione compiti per casa.

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.

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.

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

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 E1: Dal gioco allo sport;

- E1.1-Il gioco: divertimento e insegnamento;
- E1.2-La socio motricità dà valore allo sport.

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;
- E2.3-La Pallacanestro;
- E2.4-La Pallamano;
- E2.5-La Pallavolo;

Capitolo E3: I giochi sportivi con la racchetta;

- E3.1-Le caratteristiche dei giochi di racchetta;
- E3.2-Il Tennistavolo;
- E3.3-Il Badminton.

Star bene nella natura.

Capitolo F1: La scoperta del territorio è l'orientamento;

- F1.1-Imparare a muoversi nella natura;
- F1.2-La corsa di orientamento.

Capitolo F2: Le attività in ambiente naturale;

- F2.1-l'Escursionismo;
- F2.2-Scivolare sulla neve.

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;
- CY.5-Perché non riesci a smettere di fumare;
- CY.6-La Marijuana;
- CY.7-Come funziona la Marijuana;
- CY.8-Pericolo Cannabis;
- CY.9-Produzione farmaci con Cannabis.

Prof. Dario Rapisardi

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