

RELAZIONE FINALE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe 4E

Docente: Palazov Petar

A. S. 2021/2022

Gli alunni hanno affrontato le attività con disponibilità ed entusiasmo, manifestando un comportamento collaborativo e rispettoso nei confronti del docente e delle attività proposte.

Obiettivi

In relazione alla programmazione curricolare, sono stati conseguiti i seguenti obiettivi in termini di:

Conoscenze

Il livello di acquisizione delle conoscenze è decisamente buono; la maggioranza della classe è in grado di rielaborazione autonoma e personale degli esercizi a corpo libero, con attrezzi, a carico naturale, di coordinazione generale, inter segmentaria, di controllo dell'equilibrio e potenziamento muscolare. La partecipazione e le dinamiche relazionali sono state adeguate e di buon livello.

Competenze e abilità

Si sono sviluppate buone competenze motorie ed espressive sul piano:

- della comprensione delle consegne motorie formulate dall'insegnante
- della realizzazione di gesti motori per il condizionamento fisico e la coordinazione generale
- della capacità di analisi, sintesi e rielaborazione personale di conoscenze scientifiche relative alla parte teorica e pratica della disciplina
- acquisizione di una sana cultura sportiva nel rispetto dei compagni e delle regole
- la classe ha evidenziato, nel complesso, un ricco bagaglio motorio

Contenuti

Durante l'anno scolastico, sono stati affrontati i seguenti contenuti:

In presenza nel trimestre:

- Test motori sulle capacità condizionale:
- forza dei arti inferiori: salto in lungo da fermo
- forza dei arti superiori: lancio dorsale della palla medica di 3 kg.
- velocità: corsa sui 30m pia

Nel pentamestre:

- Test motori sulle capacità coordinative:
- Pallacanestro – “Tiro sotto canestro”, “Tiro in terzo tempo”
- Pallavolo – “Precisione del palleggio”, “Precisione nel bagher”
- Badminton – torneo all'italiana interclasse
- Frisbee
- test motorio di capacità condizionale sulla mobilità articolare : allungamento del rachide
- test motorio di capacità coordinative – ginnastica a corpo libero

- Lezioni di teoria con i seguenti argomenti: Traumatologia, Olimpiadi, Doping, Epistemologia della corporeità, Educazione alimentare

Metodologie e Strumenti

Le metodologie e gli strumenti adottati hanno compreso:

- Spiegazione e dimostrazione degli esercizi, riflettendo sulle finalità delle esercitazioni proposte
- Uso di una corretta terminologia
- Esercitazione del gesto tecnico dalla fase globale a quella analitica
- Rilevazione delle prestazioni motorie (tempi e misure)
- Utilizzo di tabelle e griglie di valutazione standardizzate
- Varietà delle proposte motorie per mantenere vivo l'interesse e l'attenzione

- Lavoro individuale, a coppie, a gruppi, in forma di percorso e circuito

Verifiche

I metodi di verifica hanno incluso:

- Osservazione diretta e test attitudinali
- Prove cronometrate
- Verifiche individuali delle tecniche e dei fondamentali individuali nei giochi di squadra.

Valutazione

Nella valutazione finale si è tenuto conto: della situazione iniziale, della partecipazione, dei progressi ottenuti, dell'impegno reale e delle capacità effettive di ogni alunno.

Bisogni Educativi Speciali

In classe sono presenti sei studenti con DSA e tre con diritto alla legge 104. Tutti hanno seguito la programmazione e le verifiche della classe raggiungendo risultati molto positivi

Rappresentanti dei Studenti

Docente