

ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER L'INDUSTRIA E  
E L'ARTIGIANATO – “ PRIMO LEVI “

RELAZIONE FINALE DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Classe: 3<sup>E</sup>

Docente: Palazov Petar

A. S. 2022/2023

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
- resistenza, "Cooper" – 6 min. di corsa continua

Nel pentamestre:

- Test motori sulle capacità coordinative:
- Pallacanestro – "Zig-Zag", "Tiro sotto canestro"
- Pallavolo – torneo interclasse 2 c/o 2
- Calcio – palleggio, dribbling
- Badminton – torneo interclasse all'italiana

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

## 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 sportivi.

## 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 tre studenti con diritto alla legge 104, due con DSA, 4 con BES. Tutti hanno seguito la programmazione e le verifiche della classe raggiungendo risultati molto positivi.

Rappresentanti dei Studenti

Docente