RELAZIONE FINALE DEL DOCENTE PER IL DOCUMENTO DEL CONSIGLIO DI CLASSE	**A.S. 2022/2023**

CLASSE 5 A

DOCENTE	P.Finizio	**DISCIPLINA**	Scienze motorie e sportive
ORE ANNUE	66	**TESTO IN USO**	**Corpo libero – Marietti Scuola**

1. IN RELAZIONE ALLA PROGRAMMAZIONE CURRICOLARE SONO STATI CONSEGUITI I SEGUENTI <u>OBIETTIVI</u> IN TERMINI DI

COMPETENZE DISCIPLINARI

Elabora e attua risposte motorie adeguate in situazioni complesse, assumendo in maniera autonoma e coerente i diversi ruoli dell'attività sportiva.
Pratica autonomamente attività sportive con fair-play, scegliendo personali tattiche e strategie anche nell'organizzazione, interpretando al meglio la cultura sportiva.
Assume in maniera consapevole comportamenti orientati a stili di vita attivi, applicando i principi di prevenzione
Riconosce comportamenti di base funzionali al mantenimento della propria salute

CONOSCENZE

Conoscenza degli schemi motori di base e conoscenza della terminologia.
Corsa di resistenza; Velocità, Esercizi a corpo libero, Allungamento muscolare, Tono muscolare; Capacità di ordinare insieme più movimenti: Esecuzione di movimenti (volontario, automatico, riflesso), Coordinazione motorie a corpo libero, Capacità di percezione spazio-temporale: lateralità; assi e piani del corpo. Movimenti fondamentali: degli arti superiori, degli arti inferiori.

ABILITA'

Elaborare risposte efficaci in condizioni di facili esecuzioni; Riprodurre il ritmo nei gesti e nelle azioni anche tecniche degli sport; Consapevolezza di una risposta motoria efficace ed economica; Capacità di autocontrollo, collaborazione, integrazione e socializzazione; Assumere comportamenti attivi finalizzati ad un miglioramento dello stato di salute e di benessere.

2. I CONTENUTI DISCIPLINARI DETTAGLIATI NEL PROGRAMMA ALLEGATO SONO STATI REALIZZATI NEI SEGUENTI <u>TEMPI</u>

U. D. A.(anche eventuali approfondimenti, recuperi e percorsi pluridisciplinari)	PERIODO
Le capacità condizionali	Settembre a Dicembre
Principi di alimentazione	Gennaio
LA PREPARAZIONE FISICA E L'ALLENAMENTO	Febbraio a Marzo
Giochi di squadra	Aprile a Giugno
U. D. A. programmate e non svolte (anche eventuali approfondimenti, recuperi e percorsi pluridisciplinari)	MOTIVI
Tot. Ore effettuate nell'anno scolastico:	**50**

3. PER IL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI DISCIPLINARI SI E' TENUTO CONTO

X dei bisogni formativi degli studenti rilevati attraverso l'analisi della situazione di partenza

X della programmazione del Consiglio di Classe

4. PIANIFICAZIONE DISCIPLINARE (contenuti, obiettivi comportamentali e cognitivi) sono stati comunicati agli studenti

X all'inizio dell'anno	X in forma orale
□ alla fine dell'anno	□ in forma scritta

5. METODOLOGIE

Metodologie		Strumenti	
Lezione frontale e/o interattiva	X	Libro di testo	
Cooperative learning (lavoro di gruppo/Progetto)	X	Fotocopie/schede/appunti o file integrativi	
Problem solving	X	PC / Internet	
Simulazione ed analisi dei casi		Cd-Rom/video/filmati/diapositive	
Dibattito e discussione guidati	X	Film/documentari	
Esercitazioni integrative individuali e/o di gruppo		Laboratori didattici vari - Materiale di laboratorio	
Attività di ricerca individuale/di gruppo		Aula multimediale/LIM - Strumenti Multimediali	
Correzione collettiva dei compiti		Palestra/Aule speciali	X
Altro:		Altro:	

6. TIPOLOGIE DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE

Verifiche formative		Verifiche sommative	
Domande informali durante le lezioni		Interrogazione orale breve/lunga	
Assegnazione e controllo del lavoro domestico		Prove scritte varie (componimento, saggio breve, analisi del testo, relazione,…..)	
Test di comprensione		Prove microlinguistiche/tecnico-professionali	
Esercizi orali, scritti, grafici individuali/di gruppo		Prove strutturate/semistrutturate	
Simulazione ed analisi dei casi		Prove di laboratorio/palestra	4
Altro:		Lavoro di gruppo / progetto	
		Test di comprensione	
		Questionari/quesiti vari (a risposta aperta/chiusa/multipla,…)	
		Esercizi strutturati/non strutturati (completamento, vero/falso, trasformazione, …)	
		Problemi vari	
		Altro	

Nel 1° quadrimestre sono state svolte n°2 prova pratiche di verifica per la valutazione sommativa
Nel 2° quadrimestre sono state svolte n°2 prova pratiche di verifica per la valutazione sommativa

7. CRITERI SEGUITI NELLA VALUTAZIONE:

X raccolta di dati da prove pratiche
□ sistematica raccolta di dati tramite anche osservazione di comportamenti (interesse, partecipazione, impegno…)
□ raccolta di dati relativi non solo alle nozioni possedute, ma anche alle competenze/abilità possedute (capacità di rielaborazione personale, proprietà di linguaggio, creatività, capacità di analisi/valutazione.....)

PROGRAMMA DISCIPLINARE SVOLTO PER IL DOCUMENTO DEL CONSIGLIO DI CLASSE	A.S. 2022/2023

CLASSE 5 A

DOCENTE : **Pasquale Finizio**

MATERIA di INSEGNAMENTO: **Scienze motorie e sportive**

PROGRAMMA SVOLTO AL 15 MAGGIO

POTENZIAMENTO FISIOLOGICO

Esercitazioni pratiche per il miglioramento delle capacità condizionali:

- Forza
- Velocità e rapidità
- Mobilità articolare
- Resistenza

MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE E RIELABORAZIONE DEGLI SCHEMI MOTORI

Esercitazioni pratiche per il miglioramento della:

- Coordinazione generale
- Coordinazione oculo-manuale
- Esecuzione di circuiti misti atti a verificare il rapporto del corpo con l'ambiente attraverso esercizi di destrezza, di percezione spazio temporale.
- Esercizi a corpo libero.
- Esercizi di coordinazione posturale, esercizi per l'equilibrio statico e dinamico, esercitazioni per la coordinazione dinamica generale, esercizi per la lateralità.
- Esercizi elementari semplici e in combinazione motoria.

GIOCHI SPORTIVI: AVVIAMENTO ALLE DIVERSE DISCIPLINE SPORTIVE DI SQUADRA E INDIVIDUALI

Esercitazioni sui fondamentali di gioco della Badminton, Pallavolo, Dodgeball, Ping pong e rispettivi regolamenti di gioco.

Cenni di anatomia generale, Circuit training, I principi di alimentazione, Preparazione fisica e l'allenamento.

ED.CIVICA: I Disturbi alimentari

Ponza, 11.05.2023

IL DOCENTE.

***Prof*. Pasquale Finizio**