

RELAZIONE CONSUNTIVA DEL DOCENTE - CLASSE 5^ A

Disciplina: **Scienze motorie e sportive**

Docente: **Maglio Vita Maria**

Numero complessivo di ore settimanali: **2**

Numero di ore complessive stimate per l'intero anno: **66**

UNITA' DI APPRENDIMENTO	Contenuti	Periodo/ore
N° 1 Il corpo e le sue capacità condizionali	<ul style="list-style-type: none">- Conoscere le potenzialità del corpo in relazione al movimento e alle relative funzioni fisiologiche- Conoscere alcuni dei metodi per lo sviluppo della resistenza, della velocità, della forza e della mobilità articolare- Conoscere la corretta tecnica esecutiva degli esercizi a carico naturale e non- Conoscere i principi alla base del riscaldamento	12 h Nov./Dic.

UNITA' DI APPRENDIMENTO	Contenuti	Periodo/ore
N° 2 Il corpo e le attività di gioco, gioco-sport, sport	<ul style="list-style-type: none">- Struttura dei giochi sport proposti- Caratteristiche e differenze degli sport individuali e di squadra- La struttura, funzione ed evoluzione del riscaldamento- Tornei e minitornei di pallavolo e tennistavolo	30 h Nov./Mag.

UNITA' DI APPRENDIMENTO	Contenuti	Periodo/ore
-------------------------	-----------	-------------

N° 3 La salute del corpo	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti - Conoscere la corretta tecnica esecutiva degli esercizi proposti o praticati 	10 h Sett./Nov.
---	---	--------------------

UNITA' DI APPRENDIMENTO	Contenuti	Periodo/ore
N° 4 La postura	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere le posture corrette - Conoscere la differenza tra dismorfismo e paramorfismo 	12 h Feb./Mar.

UNITA' DI APPRENDIMENTO CON MODALITA' DAD	Contenuti
N° 1	<ul style="list-style-type: none"> - Caratteristiche della forza e della resistenza
N° 2	<ul style="list-style-type: none"> - Il gioco del tennistavolo
N° 2 <i>(*) argomenti in corso di svolgimento o da svolgere entro la fine del corso</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Accenno alla nascita del tempo libero, dell'associazionismo e dello sport - Lo sport nel ventennio fascista

UNITA' DI APPRENDIMENTO	Contenuti	Periodo/ore
UDA Interdisciplinare I cambiamenti climatici e ripercussioni sull'attività agricola (relativa alla MACRO-UDA di Ed. civica stabilita in CdC)	<ul style="list-style-type: none"> - Il ruolo dello sport nella prospettiva di sostenibilità - Ripercussioni dei cambiamenti climatici sull'attività sportiva - Come cambierà il modo di fare sport 	2 h Maggio

Metodologia

- ☐ lezione frontale classica

X Lezione frontale articolata con interventi

X Discussione in aula

- ☐ Esercitazione individuale
- ☐ Lavori, esercitazioni di gruppo

X Problem-solving

- ☐ Esercitazione grafica
- ☐ Esercitazione numerica ovvero simulativa su PC

X Esercitazione pratica

X Utilizzo di audiovisivi e supporti informatici

- ☐ Analisi di testi, manuali, cataloghi e data sheets;
- ☐ Visite guidate
- ☐ Altro: _____

Metodologia DAD

- ☐ Caricamento Materiali Didattici su G-suite

X Uso dell'ambiente virtuale Classroom G-Suite

X Videolezioni con Meet

X Visione e approfondimenti su supporti esterni:

RaiPlay, RaiScuola, **Youtube**, canali web...

- ☐ App su smartphone, E-Book
- ☐ Scambio Materiali/informazioni via email, whatsapp, sms, telefono
- ☐ Altro: _____

Strumenti di Valutazione

- ☐ Prova scritta tradizionale

X Colloquio orale

X Interventi da banco

- ☐ Domande a risposta breve
- ☐ Quiz a risposta multipla
- ☐ Elaborati di progetto individuali
- ☐ Elaborati di progetto di gruppo
- ☐ Tesine individuali
- ☐ Tesine di gruppo
- ☐ Esperienze strumentali e pratiche individuali

X Esperienze strumentali e pratiche di gruppo

- ☐ Altro: _____

Strumenti e sussidi

Testo in adozione:

E. Zocca, M. Gulisano, P. Manetti, M. Marella, A. Sbragi
"Competenze motorie" (consigliato)
Editore-G. D'Anna

- Testi/letture consigliate:
- Documenti relativi all'argomento scelto

Strumenti

- ☐ Risorse tecnologiche di laboratorio
 - ☐ Manuali tecnici, cataloghi, data sheet
- X Lavagna luminosa / videoproiezione**
- ☐ Personal computer
 - ☐ Altro:

MODALITA' DI VERIFICA ATTUATE NELLA D.A.D.

- ☐ Elaborati, quiz, test su classroom G-Suite

X Colloqui via meet

- ☐ Compiti di realtà a distanza in modalità flipped classroom

X Lavori di ricerca e approfondimento individuale

- ☐ Altro:

LIVELLI RAGGIUNTI CON RIFERIMENTO AL GRUPPO CLASSE		1	2	3	4
CONOSCENZE	- Conoscere le potenzialità del movimento del corpo e le funzioni fisiologiche in relazione al movimento			X	
	- Conoscere alcuni dei metodi per lo sviluppo della resistenza, della velocità, della forza e della mobilità articolare		X		
	- Conoscere la corretta tecnica esecutiva degli esercizi a carico naturale			X	
	- Conoscere i principi alla base del riscaldamento				X
	- Struttura di alcuni giochi sportivi proposti			X	
	- Conoscere i principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra, a scuola e negli spazi aperti			X	
	- Conoscere la corretta tecnica esecutiva degli esercizi proposti o praticati			X	
COMPETENZE	- Comunicare, collaborare e partecipare, agire in modo autonomo e responsabile			X	
	- Riconoscere i comportamenti adeguati a favore della sostenibilità come stile di vita			X	
	- Imparare ad imparare: acquisire e interpretare l'informazione, individuando collegamenti e relazioni per poi progettare e risolvere problemi		X		
	- Saper eseguire una progressione di riscaldamento generale, adattandola alla propria condizione fisica e praticare l'attività sportiva proposta per il miglioramento delle proprie capacità motorie anche nell'ottica della prevenzione degli infortuni			X	
ABILITA'	- Elaborare risposte motorie adeguate e personali alle richieste specifiche delle varie attività		X		
	- Saper eseguire un'attività motoria per un tempo prolungato in condizioni aerobiche e anaerobiche		X		
	- Saper eseguire esercizi funzionali allo sviluppo delle diverse capacità condizionali		X		
	- Elaborare risposte motorie adeguate e personali alle richieste specifiche delle varie attività			X	
	- Assumere comportamenti funzionali alla sicurezza in palestra, a scuola e negli spazi aperti			X	

LEGENDA

- 1:** obiettivi raggiunti nel livello minimo e appena sufficiente
2: obiettivi sostanzialmente raggiunti
3: obiettivi raggiunti e consolidati
4: obiettivi pienamente raggiunti e con arricchimenti autonomi
5: Altro

