

## Relazione finale

**Materia: Scienze Motorie e Sportive**

**Docente: Donatella Garavello**

**Classe**

**5AS**

**A. S. 2022-2023**

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

### Conoscenze

Durante le ore pratiche di lavoro in palestra gli argomenti trattati sono stati integrati con brevi spiegazioni di anatomia, di fisiologia, di primo soccorso...a completamento di esperienze motorie riguardanti le diverse qualità condizionali e coordinative.

Gli approfondimenti teorici hanno avuto lo scopo di rendere gli alunni protagonisti e consapevoli di un'attività motoria proposta come stile di vita e inserita nell'ottica dell'educazione alla salute. Basandosi anche sul testo in adozione sono stati affrontati alcuni argomenti in modo più specifico e sono state proposte alcune verifiche di monitoraggio

### Abilità

Sono state presentate ogni quadrimestre attività diverse in modo da spaziare nei vari settori previsti dai programmi (atletica – gioco sportivo – corpo libero – orienteering - lavoro agli attrezzi...). Sono stati favorevolmente accolti gli approfondimenti degli allievi nei confronti di attività/argomenti di personale interesse così si è potuto favorire un'autonomia nelle scelte e la capacità di gestire conoscenze più ampie.

### Competenze

**TECNICHE** - (specifiche della disciplina): sono la risultante dell'apprendimento e della rielaborazione personale di conoscenze e abilità, espresse in un contesto di responsabilità e autonomia

**COMPORTAMENTALI**: Hanno avuto lo scopo di ottimizzare la situazione ambientale e le dinamiche operative attraverso l'applicazione delle regole sociali e/o tecniche necessarie alla riuscita delle attività e allo sviluppo socio-affettivo degli alunni attraverso

- un atteggiamento responsabile e autonomo nei diversi contesti operativi (puntualità, abbigliamento, uso corretto di ambienti e attrezzatura....)
- la disponibilità nell'offrire il proprio contributo nell'organizzazione delle attività proposte
- il rispetto delle persone (compagni, insegnanti, personale ATA, preside...);

- il rispetto dei regolamenti e la collaborazione con compagni e insegnante
- la disponibilità a svolgere compiti di assistenza e di arbitraggio
- la partecipazione attiva e responsabile in occasione delle manifestazioni dei Campionati Studenteschi

### Valutazione dei risultati e osservazioni

In questa classe ho lavorato per tutto il quinquennio, condizione che mi ha permesso di coglierne le peculiarità. Posso dire che il percorso scolastico si è svolto in modo lineare senza manifestare particolari problemi, anzi, si può dire che questo gruppo ha saputo dimostrare affiatamento, senso di responsabilità e capacità di sostenere e accompagnare i compagni magari in difficoltà. La classe si è sempre dimostrata disponibile a mettersi in gioco sia sotto il profilo individuale che di gruppo. Ciò è stato evidente anche nella partecipazione ai vari progetti e attività che sono stati proposti. Particolare attenzione va posta all'ultimo progetto che ha visto i ragazzi confrontarsi con la dura realtà del carcere dove hanno saputo manifestare un profondo senso di rispetto, di voglia di capire e di mettersi nei panni degli altri senza giudicare. La loro riflessione si è mossa in direzione della "giustizia riparativa" Oltre a questo hanno partecipato con entusiasmo alle iniziative sportive proposte dalla scuola sia in veste di atleti che di organizzatori degli eventi sportivi scolastici. Posso quindi dire che i progressi e l'acquisizione di competenze sportive, sociali e civiche sono più che soddisfacenti

<b>U.D. - Modulo - Percorso Formativo - approfondimento</b>	<i>ATTIVITA'</i>	<i>ORE PERIODO *</i>
<b><i>1.Ginnastica generale</i></b>  Conoscono i tempi e ritmi nell'attività motoria riconoscendo i propri limiti e le proprie potenzialità	Esercizi di educazione posturale e respiratoria Esercizi di coordinazione Esecuzione di sequenze ritmiche Rielaborazione personale di esercizi con piccoli e grandi attrezzi (eseguite singolarmente, a coppie, a gruppi..) Realizzazione di circuiti allenanti, rispettando carichi di lavoro e di recupero adeguato	
<b><i>2.Gioco Sportivo e Approfondimento teorico/tecnico discipline sportive</i></b>  Conoscono fondamentali e strategie di gioco per interpretare al meglio la cultura sportiva	<i>F.Giochi presportivi</i> e tradizionali <i>G.Giochi sportivi:</i> <i>pallavolo, pallacanestro, badminton, tennistavolo, softball, unihockey..:</i> capacità di organizzare e gestire incontri tra gli alunni della classe	
<b><i>3.Aletica</i></b>  Sanno adeguare le proprie risposte motorie finalizzando un gesto tecnico	H. <i>Le corse:</i> veloce, di resistenza, ad ostacoli, staffetta I. <i>I concorsi:</i> prove di salto (alto e lungo) e prove di lancio ( disco e peso) conoscenza delle tecniche	
<b><i>4. Espressività motoria</i></b>	Conoscenza delle tecniche di base con	

Rielaborano creativamente il linguaggio espressivo adattandolo a contesti differenti	H. Semplici coreografie inserite anche nel linguaggio del corpo (singole, a coppie o a gruppo)	
<b>5. Attività in ambiente naturale</b> Conoscono e rispettano l'ambiente naturale attraverso una particolare attività motoria	K. <i>Orienteering</i> : partecipazione all'attività di orienteering di istituto	
<b>7. Corpo umano e salute</b>  Sanno considerare l'uomo nella sua unità psico-fisica e approfondire uno o più argomenti tra quelli elencati attraverso un lessico disciplinare appropriato	A. Semplici tecniche di rilassamento psicofisico ( yoga, saluto al sole ) B. Lezione sul fenomeno del doping. C. I pilastri della salute:effetti fisiologici dell'attività motoria sperimentata e approfondita praticamente	
<b>8. Sport e società</b> Hanno imparato a conoscere la valenza dell'attività fisica e dello sport nel rapporto tra individui, nazioni, culture	D. Approfondimento del fenomeno olimpico anche alla luce del periodo storico in cui si svolge (testimonianze scritte , filmati...) Approfondimento della comunicazione E. non verbale: il linguaggio del corpo	
<b>9. Approfondimento teorico/tecnico discipline sportive</b>	F. Lezione sulle regole fondamentali dei giochi sportivi praticati (pallavolo, basket, badminton....)	

\*come da registro

### Educazione civica

### Argomenti svolti

Il fenomeno Olimpico

La nascita dello sport moderno. Le olimpiadi del '36, '68,'72 analizzate in quanto emblematiche di determinati periodi storico/politici

Il Doping

Dalla definizione del fenomeno doping all'analisi di metodiche e tecniche dopanti considerando la problematica delle dipendenze.

I pilastri della salute

Analisi alcuni articoli della costituzione italiana, Il diritto alla salute, la salubrità degli ambienti e i benefici del movimento come prevenzione, analizzando anche i meccanismi di controllo dello stress, nevrosi e dipendenze

Le conseguenze della limitazione di alcune libertà individuali durante il periodo della pandemia e le implicazioni giuridiche e sociali.

Progetto carcere/scuola	<p>Una serie di conferenze durante le quali si è potuto ascoltare ed avere un confronto con vittime e autori di reato.</p> <p>Una conferenza a carattere giuridico/penale con forze dell'ordine durante le quali si sono analizzati i comportamenti a rischio, una con il cappellano del carcere di Vicenza, e una con il comandante della polizia Penitenziaria</p>
-------------------------	--

La specificità della disciplina prevede che in ogni lezione si lavori contemporaneamente su diversi moduli. La scelta delle attività viene inoltre influenzata da parecchi fattori: condizioni meteo, inagibilità palestre, presenza di più classi in palestra, ore singole (ad esempio in occasione di assemblee di istituto o attività di altro tipo), ore di supplenza in classi proprie, variazioni del calendario gare provinciale, ecc.. Difficile, perciò, stabilire una precisa scansione temporale delle attività stesse.

## A COMPLETAMENTO

- Gli alunni sono stati invitati ad aderire, se lo desideravano, alle attività del Centro Sportivo Scolastico sia per quanto riguarda le attività pomeridiane che le giornate sportive d'Istituto del mattino (vedi programma specifico)
- La classe ha partecipato al progetto 'Carcere e scuola'.

## Metodi

Sono stati proposti alternativamente lezioni frontali, lavoro individuale, di coppia o di gruppo a seconda dei contenuti proposti. Gli alunni sono stati sollecitati all'aiuto reciproco, a migliorare la capacità di organizzazione personale e la disponibilità a lavorare con tutti, valorizzando le eventuali competenze maturate al di fuori della scuola.

Gli **alunni esonerati** sono stati inseriti nell'organizzazione pratica delle attività proposte e nei compiti di giuria o arbitraggio di incontri sportivi scolastici. Sono inoltre stati invitati a presentare delle ricerche o degli approfondimenti successivamente esposti alla classe.

## Mezzi

- A. Testo in adozione – eventuali fotocopie o videocassette
- B. Attrezzature sportive in possesso della scuola
- C. Strumenti per la rilevazione tecnica dei risultati conseguiti

## Spazi

- Palestre attrezzate e spazi aperti a disposizione
- Aula per le lezioni teoriche

- Le manifestazioni sportive d'istituto di atletica leggera si sono svolte nel campo di atletica di S. Croce.
- In occasione delle prove di orienteering ci si è spostati sul percorso di gara tracciato (Centro Giovanile, colline di Mussolente... )

### **Criteri di valutazione e strumenti di valutazione adottati**

- Il grado di **COMPETENZA** dell'alunno è stato definito dalla combinazione di conoscenze, abilità e attitudini appropriate al contesto ed espresse in termini di **RESPONSABILITA'** e **AUTONOMIA**
- Le verifiche concernevano i miglioramenti psicofisici registrati al termine di ogni unità didattica considerando la situazione di partenza della classe e, per quanto possibile, dell'individuo. I miglioramenti sono stati registrati sia attraverso l'osservazione indiretta che attraverso l'esecuzione di prove specifiche.
- Le valutazioni quadrimestrali sono quindi il risultato della somma dei dati raccolti nelle singole verifiche delle unità didattiche e hanno tenuto conto anche dei progressi ottenuti, della partecipazione e dell'impegno dimostrati. Questi ultimi due fattori rivestono un peso determinante nello stabilire la votazione finale

### **Metodi**

Gli argomenti di carattere teorico sono stati affrontati durante le lezioni sia su piattaforma digitale che in classe. Per mantenere costante l'interesse le lezioni sono state di tipo circolare, su argomenti che si andavano via via trattando, anche pubblicando sulla classe virtuale del materiale, dei power point e dei video e dei film scelti appositamente da me. Per aiutare la classe ad avere una visione chiara del materiale teorico visionato ho proposto un'attività di analisi su stimolo visivo per promuovere la capacità di elaborare collegamenti trasversali e multidisciplinari. Sono stati anche realizzati dei momenti di ripasso all'interno dei quali gli studenti esponevano approfondimenti personali. progetto carcere/scuola in collaborazione la casa circondariale Due Palazzi di Padova.

### **Mezzi**

Videolezioni mediante l'applicazione di Google Suite "Meet Hangouts", Classroom, videoconferenze, posta elettronica, video da Youtube, dispense, power point

### **Criteri di valutazione e strumenti di valutazione adottati**

Per i criteri di valutazione si rimanda alle griglie di valutazione elaborate nel Dipartimento

Bassano del Grappa, 15 maggio 2022

**Firma del Docente**

Donatella Garavello