

RELAZIONE FINALE

Materia: SMS

Docente: GRASSO VINCENZO

Classe: 5 Bes

A.S. 2022-2023

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

Conoscenze:

La maggior parte della classe ha raggiunto pienamente gli obiettivi "La restante parte ha raggiunto gli obiettivi minimi". la terminologia della disciplina; la strutturazione di un riscaldamento; le metodologie per il miglioramento della resistenza, della forza, della mobilità; i principali gesti atletici; i principali fondamentali individuali. Le Olimpiadi

Abilità:

La maggior parte della classe ha raggiunto pienamente gli obiettivi "La restante parte ha raggiunto gli obiettivi minimi".: gestire in modo autonomo la fase di riscaldamento in funzione dell'attività scelta e del contesto; correre con continuità per almeno 1000 (990 m Centro giovanile) metri; 1600 m, eseguire rapidamente movimenti ciclici e aciclici e applicare le metodologie dell'allungamento muscolare; utilizzare le andature preatletiche ed eseguire alcune delle seguenti specialità:

Competenze:

La maggior parte della classe ha raggiunto pienamente gli obiettivi "La restante parte ha raggiunto gli obiettivi minimi".sono in grado di riconoscere le capacità motorie e rielaborarle in funzione delle attività sportive; utilizzare i fondamentali dei giochi sportivi in funzione dell'azione del gioco; saper applicare i vari schemi di gioco in tempi brevi; dare una risposta motoria adeguata alla richiesta dell'insegnante, individuare gli errori di esecuzione e correggerli.

Valutazione dei risultati e osservazioni

Partecipazione, attenzione ed impegno sono sempre stati adeguati e rispettosi dei luoghi e dei ruoli; la classe ha rispettato le consegne e la figura del docente. Consegnate le tabelle di valutazione per potersi esercitare con i tempi di valutazione.

Contenuti disciplinari e tempi di realizzazione esposti per:

| U.D. - Modulo - Percorso Formativo - approfondimento | Periodo /ore |
|--|--------------------------|
| Potenziamento fisiologico: resistenza generale/specifica 400 m, 800 m | Settembre /6 |
| Esercitazioni per affinare gli schemi motori di base. | Settembre/ ottobre/ 5 |
| Teoria: Olimpiadi antiche e moderne, olimpiadi del 1936, 68,72,92 Acro-sport | Dicembre/ Gennaio/16 |
| Coordinazione motoria | Aprile/ 8 |
| Teoria: super compensazione, super allenamento e acido lattico solo per gli alunni esonerati | Febbraio/ Marzo/ 4 |
| Pratico: Aero-step, | Febbraio aprile /6 |
| Test 990 m, 1600 m | Maggio/Giugno 4/6 |

Metodi: Esercitazioni tecnico pratiche in palestra con dimostrazione del lavoro richiesto da parte dell'insegnante o da parte degli alunni.

Disponibilità alla ripetizione, tutti gli alunni

E' stato eseguito il principio della gradualità e progressività dei carichi di lavoro presentando l'esercizio in forma globale, analitica, libera e in circuito.

Mezzi: Esercitazioni tecnico pratiche in palestra con dimostrazione del lavoro richiesto da parte dell'insegnante o da parte degli alunni.

Non tutti gli alunni sono disponibili alla ripetizione degli esercizi.

E' stato eseguito il principio della gradualità e progressività dei carichi di lavoro presentando l'esercizio in forma globale, analitica, libera e in circuito.

Spazi: Si sono utilizzate le palestre dell'istituto, nonché molti dei grandi e piccoli attrezzi a nostra disposizione.

E' stato adottato il libro di testo.

Criteri di valutazione e strumenti di valutazione adottati: Sono state eseguite verifiche orali sulle parti teoriche trattate: Olimpiadi.

Sono stati utilizzati test motori ed esecuzioni di gesti tecnici per la maggior parte delle prove di verifica.

Oltre a tutto ciò è stata utile l'osservazione diretta degli allievi nelle fasi di lavoro, consentendo di registrare i miglioramenti e gli atteggiamenti mantenuti nel corso delle unità didattiche.

Assemblea :2 ore

Prova invalsi :2 ore

Bassano del Grappa, 15 maggio 2023

Firma del Docente

Prof. Vincenzo Grasso