

PROGRAMMAZIONE DISCIPLINARE DI SCIENZE MOTORIE

Classe 5 BC

a.s. 2022/23

OBIETTIVI RAGGIUNTI

Gli obiettivi prefissati sono stati raggiunti in maniera soddisfacente, anche se diversificata, da tutti gli studenti della classe.

Il programma preventivato è stato portato a termine.

La maggior parte degli studenti si è impegnata partecipando in modo propositivo e dimostrando maturità e interesse alla disciplina.

COMPETENZE

Gli alunni, a livello diversificato, sono in grado di:

- utilizzare la terminologia di base specifica della disciplina.
- ascoltare, comprendere, rielaborare e saper applicare indicazioni tecnico – teoriche al fine di saper gestire autonomamente alcuni momenti delle attività pratiche, in gruppo e individualmente.
- analizzare, capire, descrivere, spiegare i contenuti proposti e utilizzarli in modo costruttivo rielaborandoli e conferendo a tali contenuti un significato personale.
- osservare e percepire il proprio corpo, la postura, le sue funzioni fisiologiche, le sue potenzialità (punti di forza e criticità).
- riflettere sulla propria cultura motoria e sportiva, utilizzando l'esperienza pratica e le conoscenze teoriche per acquisire una maggior consapevolezza di sé ed una miglior resa motoria globale.
- saper mettere in pratica elementari principi di teoria e metodologia dell'allenamento psico-fisico.
- conoscere ed applicare semplici norme di educazione alimentare.
- valutare con spirito critico e personale l'importanza del corpo nella comunicazione interpersonale.
- realizzare schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie sportive.

CONTENUTI DISCIPLINARI

- Attività pratiche a carico naturale.
- Attività di allungamento e stretching.
- Attività per migliorare le personali capacità coordinative e condizionali utilizzando modalità di allenamento diversificate.
- Informazioni elementari sulla teoria del movimento e sulle metodologie dell'allenamento.
- Elementi di posturale e presa di coscienza corporea di atteggiamenti scorretti adottati nella quotidianità.
- Visione del docufilm "Rising phoenix" e relativo approfondimento sulla tematica dei Giochi paralimpici e dello sport inclusivo.
- Attività sportive: corsa di resistenza, pallavolo, badminton.

CONTRIBUTI AL FOCUS DI CITTADINANZA

È stata affrontata la tematica della disabilità, attraverso lo studio della nascita delle Paralimpiadi e l'approfondimento delle storie di vita di alcuni atleti paralimpici e come gli stessi affrontano e vivono la loro disabilità, con l'intento di sensibilizzare gli studenti alle differenze anche in ambito sportivo. Attraverso riflessioni di classe e a piccoli gruppi, ai quali si è chiesto un approfondimento in modalità di cooperative learning, si è favorita una riflessione critica in merito all'inclusività come prerequisito fondamentale per un agire civile, consapevole e responsabile nella quotidianità. Gli alunni, a livelli diversi, hanno imparato ad accogliere le diversità dell'altro come occasioni per rivisitare le proprie posizioni e i propri punti di vista e a guardare ai limiti non esclusivamente come giustificazioni, riflettendo su come in essi abiti sempre anche la possibilità che siano moventi. Inoltre nel corso delle attività pratiche anche l'educazione al fair play ed al rispetto delle regole hanno contribuito ai predetti obiettivi.

STRUMENTI E METODI

Strumenti e metodi sono stati adeguati agli spazi di lavoro disponibili (palestra o aula) e agli ambienti esterni (parco).

Metodi:

- metodologia laboratoriale: i contenuti sono stati proposti prevalentemente in modalità pratica di lavoro e sperimentazione.
- metodo deduttivo: dal gesto globale al movimento analitico, al gesto sportivo.
- cooperative learning: dal lavoro individuale al lavoro a coppie, in gruppo, di squadra.

Strumenti:

attrezzi disponibili nelle palestre (palle di diverse tipologie, grandi attrezzi, etc.), sussidi multimediali per la visione di film, video, files inviati agli studenti o prodotti dai medesimi ai fini della trasmissione o della rielaborazione dei contenuti e della valutazione.

MODALITA' DI VERIFICA

Sono state effettuate non meno di due valutazioni per ciascun periodo valutativo. Gli alunni sono stati valutati tramite: test pratici, presentazioni multimediali, approfondimenti scritti, verifiche orali.

CRITERI DI VALUTAZIONE

La valutazione conclusiva è stata sintesi del profitto ottenuto nelle prove svolte. Anche la partecipazione, l'impegno mostrato per le attività proposte, l'evoluzione del rendimento e l'iniziativa personale hanno contribuito ad una completa sintesi valutativa.

La griglia di valutazione adottata è quella concordata a livello di dipartimento di materia (vedi PTOF).

Busto Arsizio, 15 maggio 2023

L'insegnante

Emanuela Paganini

I rappresentanti degli studenti