

***ISTITUTO STATALE ISTRUZIONE SUPERIORE***

**" da VINCI "**

**A.S. 2015-16**

**RELAZIONE FINALE  
PROF. FERRARI PAOLA**

**MATERIA: SC. MOTORIE E SPORTIVE**

**CLASSE 5 I**

I contenuti disciplinari previsti dal piano di lavoro presentato all'inizio dell'anno scolastico sono stati svolti interamente . La maggior parte della classe ha frequentato con interesse rispondendo con impegno alle indicazioni metodologiche richieste.

**OBIETTIVI RAGGIUNTI**

Gli studenti hanno complessivamente raggiunto un livello soddisfacente di conoscenza degli argomenti proposti dimostrando di possedere abilità e capacità personali nel gestire il lavoro scolastico con responsabilità ed autonomia. Un gruppo ha partecipato con interesse ed impegno al dialogo educativo

**CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE**

Sono stati trattati i seguenti argomenti pratici:

- capacità di coordinare azioni efficaci ed economiche in situazioni semplici e complesse
- di utilizzare le proprie qualità motorie in modo adeguato alle diverse esperienze
- di organizzare e realizzare progetti operativi finalizzati
- di compiere attività in regime aerobico

Conoscenza delle caratteristiche tecniche fondamentali delle attività praticate:

- pallavolo
- pallacanestro
- calcetto

Ore si lezione svolte fino al 3 maggio 2016: 44

Per quanto riguarda le unità didattiche, la trattazione è stata così articolata:

UNITA' DIDATTICA	PERIODO/ORE
1. PALLAVOLO	14
2. PALLACANESTRO	6
3. CALCETTO	2
4. TONIFICAZIONE CON PALLE MEDICHE, MANUBRI E/O FASCE ELASTICHE	6
5. LAVORO AEROBICO E DI COORDINAZIONE	6
6. TEORIA	10

STRUMENTI DI VERIFICA: Le verifiche pratiche sono state svolte in itinere , le prove scritte ( 2 per quadrimestre) e orali (recuperi) al termine di ogni argomento.

Ore di APPROFONDIMENTO:- conferenza tenuta dal dott. Marcello Tence su " Alimentazione, integratori e doping"( 2 ore)

- CAPOEIRA , lezione tenuta dal maestro Mestre Ubaldo

METODI: Lezione frontale, a coppie , in piccoli gruppi lavorando con le attrezzature presenti in palestra

MEZZI:- Appunti ;

- Spunti da "Principi di alimentazione" vol. 1-2 di A. Machado ed. Poseidonia

#### CRITERI DI VALUTAZIONE

La valutazione ha preso in considerazione i seguenti aspetti:

- abilità raggiunte rispetto ai livelli di partenza
- acquisizione dei contenuti e delle tecniche
- impegno ed interesse dimostrato
- perseveranza nel conseguimento degli obiettivi
- partecipazione alle attività
- collaborazione ;

STRUMENTI di valutazione: osservazione sistematica durante ogni fase dello svolgimento della lezione

MODALITÀ DI COMUNICAZIONE con le famiglie: ricevimenti settimanali su appuntamento richiesto dalle famiglie

Ricevimento collettivo pomeridiano.

Trieste, 3 maggio 2016

Docente

Paola Ferrari

