

## **RELAZIONE ILLUSTRATIVA DEL DOCENTE PROF. Favretto Stefania**

**MATERIA: SCIENZE MOTORIE CLASSE V O 2015/2016**

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

### **CONOSCENZE**

Gli studenti hanno raggiunto complessivamente una buona conoscenza degli argomenti proposti.

### **CAPACITA'**

Gli allievi hanno raggiunto le seguenti capacità:

- sapersi auto valutare rispetto a tabelle di riferimento;
- saper progettare e condurre una seduta di allenamento;
- saper individuare esercitazioni che sviluppino le capacità coordinative e condizionali
- applicare semplici schemi di attacco e di difesa dei giochi sportivi
- individuare le attitudini personali;
- saper eseguire la fase di riscaldamento in funzione all'attività motoria richiesta;
- saper interpretare le norme di sicurezza legate all'ambiente e ai compagni.

### **CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE**

I contenuti della disciplina sono stati trattati attraverso esercitazioni miranti al raggiungimento degli obiettivi stabiliti in sede di programmazione.

E' prevista la trattazione, nella seconda metà del mese di maggio, di

- Getto del peso
- Ripasso argomenti teorici

### **METODI**

I contenuti della disciplina sono stati proposti seguendo il principio della gradualità, adeguando qualitativamente e quantitativamente le varie unità didattiche sia alle capacità fisiche e motorie delle alunne sia ai loro interessi.

Nel proporre ogni argomento, si è partiti da una situazione di globalità alla quale è subentrato il momento analitico per la realizzazione e la presa di coscienza di aspetti più specifici. stato svolto individualmente, a corpo libero, con piccoli attrezzi . Tra le attività proposte, sono state privilegiate quelle ludiche e sportive.

L'attività didattica è stata quindi realizzata attraverso il metodo globale analitico, lezione frontale, lavoro a coppie, insegnamento individualizzato.

### **MEZZI**

Sono stati usati abitualmente:

A- gli attrezzi disponibili in palestra:

- grandi attrezzi: spalliere, quadro, tappeti, cavallina e pedana, tavolo da ping pong, ciclette .
- piccoli attrezzi: palloni, funicelle, cerchi, manubri, bacchette, bastoni, racchette , ostacoli, delimitatori di spazio.

B - Linguaggio tecnico della disciplina

C Libro di testo: Sullo sport di Del Nista, Parker e Tasselli

C - Appunti dai libri: "Corpo Libero" di Fiorini e "Movimento + Sport = Salute" di Baldoni

## **SPAZI**

Palestra

### **CRITERI E STRUMENTI DI VALUTAZIONE ADOTTATI**

#### **CRITERI DI VALUTAZIONE**

La valutazione ha preso in considerazione i seguenti aspetti:

- conoscenza degli argomenti trattati
- capacità di argomentazione e rielaborazione personale;
- uso controllato e corretto del linguaggio specifico della disciplina
- obiettivi raggiunti rispetto alla situazione di partenza
- Interesse e partecipazione alle lezioni.

#### **STRUMENTI DI VALUTAZIONI**

Verifiche pratiche con l'utilizzo di prove oggettive comprendenti:

- Misurazioni metriche e cronometriche.
- Test.
- Circuiti e percorsi.
- Tabelle e griglie.
- Prove strutturate.
- Osservazione dell'atteggiamento, della partecipazione e dell'impegno

Trieste, 13 maggio 2016.

Il Docente  
Prof.ssa Stefania Favretto