



LICEO STATALE "NICCOLÒ MACHIAVELLI"

www.liceomachiavelli-firenze.gov.it

Liceo Classico, Liceo Internazionale Linguistico,

Liceo Internazionale Scientifico

Liceo delle Scienze Umane, Liceo Economico-Sociale

Uffici Amministrativi: Via Santo Spirito, 39 – 50125 Firenze

tel. 055-2396302 - fax 055-219178

e-mail: liceomachiavelli.firenze@gmail.com - PEC: fiis00100r@pec.istruzione.it



ALLEGATO A

ESAMI DI STATO A.S. 2017 __/2018 __

MATERIA DI INSEGNAMENTO: **Scienze Motorie e Sportive** Prof.re/ssa: **Donatella Gandolfi**

Classe: **V L - Internazionale**

ore di lezioni settimanali n° 2 ; tot. annuale ore n° effettive

1. Obiettivi specifici della disciplina (conoscenze, competenze applicative, capacità)

In termini di conoscenze:

Conoscenza del proprio corpo in relazione al tempo e allo spazio, consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti, Conoscenza dei fondamentali individuali e di squadra dei principali sport praticati a livello scolastico. Acquisizione del fai play.

In termini di competenze applicative:

Riuscire a trasferire le conoscenze e le capacità motorie acquisite in ambiti diversificati. Riuscire a svolgere compiti motori complessi in modo economico ed efficace.

In termini di capacità:

Sviluppo delle Capacità Condizionali e Coordinative.

2. Contenuti e tempi del percorso formativo

(argomenti trattati)

- Miglioramento della capacità cardio-respiratoria (Resistenza): corsa prolungata, salti con la funicella, walking;
- Miglioramento della velocità: scatti su 30 e 60 metri, skip, balzi, allunghi ed andature atletiche;
- Miglioramento della potenza: esercizi per vari gruppi muscolari in serie (arti inferiori, superiori, addominali, dorsali);
- Miglioramento della coordinazione dinamica generale: percorsi di abilità con e senza palla, saltelli con le funicelle individuali e in coppia, pattinaggio sul ghiaccio;
- Giochi sportivi: calcio, pallavolo, basket, pallapugno, badminton, ultimate frisbee, pallabase;
- Partecipazione al progetto di danze irlandesi: 4 lezioni;
- Partecipazione al progetto: "Difendi te stessa" : 3 lezioni

3. Metodi di insegnamento

(strategie educative, esercitazioni, compresenze)

Lezioni pratiche in palestra: metodo diretto di osservazione, dimostrativo, per prove ed errori.

4. Metodi e spazi utilizzati *(testi in adozione e consigliati, uso dei laboratori e dei sussidi didattici)*

Lezione frontale in palestra, stadio RIDOLFI, palestra AFFRICO, campo di atletica ASSI all'aperto e indoor, palestra SANCAT, palestra scolastica, Sala Affreschi e teatro Rinuccini

5. Criteri e strumenti di verifica adottati *(tipologia e numero di prove, criteri di misurazione, scala dei voti)*

Per quanto riguarda la verifica è stato valutato, per ogni singolo obiettivo, il “significativo” miglioramento conseguito da ogni studente: sia con una misurazione quantitativa che indica la precisione del livello raggiunto e quindi una valutazione oggettiva, sia l’impegno e l’attenzione profusa nell’attività proposta con una valutazione soggettiva che considera il livello di partenza del singolo individuo.

Inoltre nella valutazione sommativa finale si è tenuto conto, oltre che alle varie pratiche sportive individuali e di squadra e alle prove multiple per le valutazioni delle capacità coordinative e condizionali, della regolarità nella partecipazione alle lezioni e alle varie attività proposte all'interno di ogni singola lezione, dell’acquisizione del fair play e dello spirito di squadra.

6. Obiettivi raggiunti

Acquisizione e padronanza dei fondamentali schemi motori di base al fine di acquisire abilità motorie per un’applicazione sportiva. Conoscenza della progressione fondamentale di in una seduta di allenamento a corpo libero e a livello generale nei giochi sportivi. Conoscenza delle norme elementari di comportamento per lo svolgimento di movimenti corretti e funzionali, anche al fine della sicurezza in palestra per se stessi e per gli altri, finalizzata alla prevenzione degli infortuni e alla salvaguardia della salute.

Firenze, 02/05/2018

Il Docente

Prof.ssa Donatella Gandolfi