

Allegato A al Documento del 15 maggio

## **Esami di Stato A.S. 2022/2023**

### **CLASSE 5<sup>A</sup> E      INDIRIZZO LINGUISTICO INTERNAZIONALE**

MATERIA DI INSEGNAMENTO: Scienze Motorie e Sportive

Docente: Donatella Falugiani

ore di lezioni settimanali n° 2

La classe nel complesso motorialmente si colloca in una fascia media, anche se appare abbastanza eterogenea per quanto riguarda le capacità motorie.

Una parte degli allievi pratica attività sportiva abitualmente, quindi ha un approccio alla disciplina positivo ed autonomo, l'altra parte della classe ha invece bisogno di migliorare alcuni aspetti motori ed ha bisogno di incoraggiamento. Il comportamento è nel complesso corretto.

La classe ha comunque mantenuto un interesse adeguato ed una partecipazione attiva anche durante le spiegazioni teoriche.

#### **1. Obiettivi specifici della disciplina**

##### **In termini di competenze:**

Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività motoria ed esercitare in modo efficace ed autonomo la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo,

Utilizzare i concetti e i fondamentali strumenti teorici della disciplina per comprendere la realtà e le molteplici differenze nei vari ambiti motori e saperli utilizzare all'occorrenza

##### **In termini di abilità:**

saper applicare le conoscenze ricevute in ambiti multidisciplinari,

mettere a frutto le buone abitudini apprese in termine di benessere quotidiano

##### **In termini di conoscenze:**

Trasferire capacità e competenze motorie in ambiti diversificati anche teorici. Conoscere la storia,

lo sviluppo, il regolamento tecnico ed i fondamentali individuali e di squadre dei principali sport individuali e di squadra. Sapere la storia dell' educazione fisica e dello sport. Avere delle nozioni di base sul mantenimento della buona salute e delle buone pratiche per il mantenimento della stessa.

## **2. Contenuti e tempi del percorso formativo**

### **ANNO SCOLASTICO:**

#### **Attività teorica**

- Teoria dell'allenamento sportivo
- Incontro sulla donazione del sangue tenuto dalla dott.ssa Antonella Bertelli consulente sanitario Frates Toscana
- Incontro sul servizio civile con la Dott.ssa Consigli

#### **Attività pratica**

- 400 mt corsa, andature atletiche, esercizi di stretching a carattere generale, , saltelli con la corda lunga.
- Giochi sportivi di squadra: pallavolo, softball, calcio a cinque, badminton, ultimate frisbee, rugby.

#### **Modulo Ed.Civica**

- Visita guidata all'isola carcere della Gorgona: incontro con due detenuti, con educatrici e con il direttore del carcere.
- Il contratto di lavoro sportivo: caratteristiche e peculiarità

## **3. Metodi di insegnamento**

Lezioni teoriche: metodo frontale, discussione guidata, discussione in classe.

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

## **4. Metodologie e spazi utilizzati**

Aula della classe, campo di atletica e palestra Ridolfi, Palestra Affrico

## **5. Visite guidate, attività integrative curriculari ed extracurriculari**

- classe quarta: progetto di Orienteering
- classe quinta: progetto di autodifesa
- classe quinta: Visita guidata all'isola carcere della Gorgona

## **6. Interventi didattici educativi integrativi**

Lezioni teoriche: ripetizioni e spiegazioni aggiuntive.

Lezioni pratiche: semplificazione del gesto motorio, divisione del gesto motorio complesso nei singoli elementi costitutivi

## **7. Criteri e strumenti di verifica adottati**

Questionari a scelta multipla, relazioni di approfondimento, test motori codificati dal CONI, osservazione dell'impegno, del fair play e della collaborazione dimostrati durante l'attività pratica

## **8. Obiettivi raggiunti**

Gli obiettivi prefissati sono stati raggiunti da tutti gli alunni della classe

