

Allegato A al Documento del 15 maggio

Esami di Stato A.S. 2021/2022

CLASSE 5^F INDIRIZZO Internazionale Scientifico

MATERIA DI INSEGNAMENTO: Scienze Motorie e Sportive

Docente: Donatella Gandolfi

ore di lezioni settimanali n° 2

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.

Trasferire conoscenze e abilità motorie in ambiti diversificati anche teorici.

In termini di abilità:

Saper applicare le conoscenze acquisite in ambito sportivo e multidisciplinari, mettere a frutto le buone abitudini apprese per il proprio benessere quotidiano.

In termini di conoscenze:

Conoscere la storia, lo sviluppo, il regolamento tecnico ed i fondamentali individuali e di squadra degli sport affrontati. Sapere la storia dell' educazione fisica e dello sport. Avere delle nozioni di base su: la sicurezza in palestra durante lo svolgimento di pratiche motorie, il mantenimento della buona salute e delle buone pratiche per il mantenimento della stessa.

2. Contenuti e tempi del percorso formativo

Attività teorica

- approfondimenti sullo Sport della Pallavolo: il Regolamento Tecnico di gioco, i fondamentali individuali e di squadra, la difesa, l'attacco, ruoli e posizioni dei giocatori in campo.
- visione del film "Wonder"
- visione del film "Billy Elliot" per costruire approfondimenti su varie forme di danza e di espressione corporea.
- Le Olimpiadi.

Attività pratica

- Esercizi di coordinazione individuali sul posto, speed ladder, esercizi di equilibrio dinamico.
- Percorsi motori di capacità coordinative e condizionali.
- esercizi di stretching
- Pallavolo: fondamentali individuali, tattica di gioco.
- Pallacanestro: fondamentali individuali, fondamentali di gioco.
- Trekking urbano.

3. Metodi di insegnamento

Lezioni teoriche: metodo frontale, flipped classroom.

Lezioni pratiche: metodo dimostrativo, globale-analitico-globale, diretto di osservazione, per prove ed errori.

4. Metodologie e spazi utilizzati

Aula della classe, campo di atletica e palestra Ridolfi, campo sportivo dell'Africo, percorsi urbani e giardini per l'attività di trekking.

5. Visite guidate, attività integrative curriculari ed extracurriculari

Progetto "Rafting". Progetto "Donazione del sangue".

6. Interventi didattici educativi integrativi

Lezioni teoriche: filmati e libro di testo.

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

7. Criteri e strumenti di verifica adottati

Approfondimenti, foto e video, test motori codificati dal CONI, valutazione delle performance motorie e cognitive raggiunte nei giochi di squadra, luogo in cui è possibile inoltre valutare il rispetto di valori e regole.

8. Obiettivi raggiunti

Generalmente nel corso degli anni gli studenti sono stati ben disposti al dialogo educativo, dimostrando impegno e partecipazione. Sono stati collaborativi, costruttivi, per lo più continui nella partecipazione e nell'impegno, applicandosi con entusiasmo alle varie attività proposte (lezioni, progetti, gare, tornei scolastici).

Firenze, 09 maggio 2022

Il Docente

Prof.ssa Donatella Gandolfi