

## Allegato A

### RELAZIONE FINALE DEL DOCENTE MUNARETTO ALESSANDRO

**Materia SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE Classe 5 EMM Anno Scolastico 2021/2022**

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

#### **SITUAZIONE DELLA CLASSE RELATIVA A:**

- **competenze sviluppate**
- **abilità conseguite**
- **problematiche incontrate**
- **altro**

*Gli alunni conoscono: le basi e i regolamenti di vari giochi sportivi, pallavolo, pallacanestro, pallamano, dodgeball, calcio, calcetto; le specialità dell'atletica leggera, Corsa veloce e di resistenza, salto in alto e in lungo, getto del peso, marcia; la tecnica e i gesti relativi al potenziamento muscolare e all'uso delle macchine da palestra; i fondamentali del frisbee, badminton e del baseball.*

*Hanno nozioni sul funzionamento del corpo umano sia dal punto di vista anatomico che fisiologico; conoscono il doping e le relative problematiche. Conoscono la tecnica e la didattica del Fosbury, del getto del peso, della marcia e le metodologie di allenamento della forza, velocità e resistenza.*

Anche quest'anno a causa della pandemia di covid 19, le 2 ore settimanali di scienze motorie sono state accorpate, e per buona parte dell'anno si è potuto lavorare solo a livello individuale e non si è potuto utilizzare la gymnica e le relative attrezzature, inoltre quando la classe si trovava in auto-sorveglianza ha effettuato solo delle passeggiate all'aperto. Tutta l'attività è stata svolta nel rispetto di tutte normative anti-covid.

Le esercitazioni svolte nel corso dell'anno scolastico sono state rivolte al miglioramento e al consolidamento delle capacità condizionali e coordinative.

Capacità condizionali: velocità, rapidità, resistenza, forza, mobilità articolare, ecc.

Capacità coordinative generali: capacità di apprendimento, controllo adattamento e trasformazione motoria.

Capacità coordinative speciali: capacità di destrezza fine, capacità di combinazione e accoppiamento, capacità di reazione, capacità di fantasia motoria, capacità di anticipazione, capacità di differenziazione propriocettiva, capacità di orientamento, capacità di coordinazione oculo-motoria, capacità di ritmo e di equilibrio.

Tutti gli alunni sono in grado di eseguire le più semplici progressioni atletiche e sportive, raggiungendo gli obiettivi minimi richiesti dal programma; conoscono le nozioni fondamentali del primo soccorso, B.L.S. e hanno eseguito prove con il manichino di C.P.R.; inoltre sanno mettere in atto corrette norme di comportamento in palestra per la sicurezza e la prevenzione degli infortuni.

La classe risulta avere una buona predisposizione per la materia, discreto il dialogo educativo, il confronto e la crescita formativa avvenuta nel corso degli anni.

**LIBRO DI TESTO ADOTTATO:**  
**“L’ABC DELLE SCIENZE MOTORIE E DELL’EDUCAZIONE ALLA SALUTE”**  
**G.Balboni, F.Moscatelli, L.Accornero, N.Bianchi**  
**Il Capitello Editore**

**CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI REALIZZAZIONE ESPOSTI PER:**

- Unità didattiche e/o
- Moduli e/o
- Percorsi formativi ed
- Eventuali approfondimenti

<b>U.D. – Modulo – Percorso formativo – Approfondimento</b>	<b>Periodo</b>	<b>Ore</b>
Test introduttivi, esercizi di mobilitazione e lavoro aerobico Prova sui 1000 metri e sui 1500 metri	Settembre novembre	8
EDUCAZIONE CIVICA: Il primo soccorso, B.L.S. e rianimazione cardiopolmonare, la donazione di sangue e di organi. Teorico e pratico	Ottobre - dicembre	5
TEORIA: il doping. DAD e in presenza	Gennaio- aprile	4
ATLETICA LEGGERA: tecnica e didattica del salto in alto Fosbury, della marcia, velocità.	Settembre - maggio	4
PALLACANESTRO: fondamentali individuali e di squadra: palleggio, tiro, terzo tempo, arresto e tiro, dai e vai, la difesa, 2 contro 1, dal 3 contro 3 al 5 contro 5.	Gennaio - maggio	3
PALLAVOLO: fondamentali di individuali: palleggio, bagher, la schiacciata, i falli di posizione e il cambio d'ala.	Aprile - maggio	3
ATTIVITA' COORDINATIVE: ogni lezione, andature, esercizi con piccoli attrezzi	Settembre - maggio	8
TONIFICAZIONE MUSCOLARE: esercizi a carattere generale ogni lezione pratica, test.	Ottobre - maggio	6
FRISBEE, BASEBALL, RUGBY, ROUNDNET, CALCETTO: fondamentali individuali, a coppie e di squadra delle discipline.	settembre - maggio	9
BADMINTON: esercitazioni a coppie sui colpi fondamentali, partite singole e a coppie	Dicembre - maggio	10
	Tot. Ore	60

**METODOLOGIE** (Lezione frontale, gruppi di lavoro, processi individualizzati, attività di recupero-sostegno e integrazione, ecc.):

In prevalenza si è utilizzato il metodo globale, ricorrendo a quello analitico solo quando si rendeva necessario uno studio più dettagliato del gesto ed a quello imitativo per le tecniche particolarmente impegnative. All'interno dell'unità didattica si sono utilizzate spiegazioni verbali, visioni di video, slide, filmati e dimostrazioni pratiche. Ovviamente la nostra programmazione e la qualità del lavoro sono state influenzate dalle normative anti Covid, dalle strutture a disposizione, dalla rotazione delle palestre che porta gli insegnanti di volta in volta in ambienti sempre diversi.

**MATERIALI DIDATTICI** (testo adottato, orario settimanale di laboratorio, attrezzature, spazi, biblioteca, tecnologie audiovisive e/o multimediali, ecc.):

Quest'anno con il problema del coronavirus siamo andati al parco Querini e nel comune di Vicenza (monte Berico) per tutta l'attività aerobica; abbiamo potuto utilizzare la sala pesi solo dal mese di marzo, mentre abbiamo usato le palestre della scuola, il rettilineo esterno lungo 50 m. dotato di cinque corsie e la struttura esterna attrezzata per il gioco della pallacanestro sempre nel rispetto delle normative anti-covid. Il libro di testo, alcuni filmati e powerpoint per la parte di teoria e di educazione civica.

#### **TIPOLOGIE DELLE PROVE DI VERIFICA UTILIZZATE**

*Specificare: (prove scritte, verifiche orali, test oggettivi come previsti da terza prova, prove grafiche, prove di laboratorio):*

Per gli alunni con certificato medico di esonero parziale, totale o temporaneo, sono state utilizzate verifiche scritte al posto di quelle pratiche. Per tutti gli altri studenti si sono utilizzati i test oggettivi per i gesti motori più semplici, mentre per quelli più complessi sono stati individuati gli atteggiamenti più significativi, ricercando per ognuno il livello minimo di "performance", risalendo poi al giudizio di positività o negatività. Test su moduli google, interrogazioni orali, test pratici.

*A disposizione della commissione sono depositati in segreteria i seguenti esempi delle prove e delle verifiche effettuate:*

Data	Tipo di prova

Firma del Docente

Alessandro Munaretto