



**LICEO STATALE "G. FRACASTORO"  
VERONA**

**Anno scolastico 2018 - 2019**

**Relazione finale del docente**

**Ferdinando Centurino**

**MATERIA:** Scienze Motorie e Sportive

**CLASSE 5<sup>A</sup> SEZ. BS**

1. OBIETTIVI CONSEGUITI in relazione e con riferimento alla programmazione curriculare ed agli obiettivi iniziali

1.1) OBIETTIVI FORMATIVI:

- Migliorare l'autocontrollo,
- Acquisire la capacità di accettare e rispettare le regole
- Rispettare l'altrui persona,
- Acquisire la capacità di auto-valutarsi.
- Sviluppo della collaborazione tramite il lavoro di gruppo e di squadra.

1.2) OBIETTIVI DIDATTICI:

- La conoscenza delle principali caratteristiche tecnico-tattiche e la pratica dei seguenti sport: pallamano, pallacanestro, pallavolo e calcetto.
- Razionalizzare il movimento fino a adeguarlo ad obiettivi raggiungibili.
- La conoscenza generica dei principali gruppi muscolari e delle proprie capacità, anche tramite test.
- La ricerca del miglioramento o del mantenimento delle capacità condizionali e coordinative.
- L'Educazione Fisica come abitudine permanente di vita, per il raggiungimento di un migliore stato di salute, o il mantenimento di uno stato di salute buono.

2. CONTENUTI: vanno descritti i contenuti disciplinari acquisiti dagli alunni (non solo gli argomenti svolti ma anche e soprattutto quelli appresi) con le seguenti specifiche:

2.1) CRITERI DI SELEZIONE DEL PROGRAMMA:

Il programma è stato sviluppato principalmente sugli sport di squadra, che hanno permesso la partecipazione di un maggior numero di alunni.

La scelta ha consentito, col tempo, una partecipazione più attiva anche da parte degli alunni meno interessati alla materia.

2.2) CRITERI DI SCELTA DEI TEMI TRATTATI:

Sviluppo degli argomenti trattati nel secondo biennio e allineamento al programma della classe quinta.

2.3) ORGANIZZAZIONE, SCANSIONE DEGLI ARGOMENTI:

In base alle palestre disponibili ho ruotato gli sport principali in programma organizzando unità didattiche di due unità, usando la prima per le esercitazioni tecnico tattiche, e la seconda per un gioco, finalizzato tramite variazione di regole o altro.

Ho utilizzato gli sport per alternarli ad altri tipi di esercitazioni (corsa, test).

2.4) ARGOMENTI SU CUI È POSSIBILE UNA TRATTAZIONE PLURIDISCIPLINARE DI NODI CONCETTUALI CARATTERIZZANTI LA DISCIPLINA (OM 205/2019 ART. 19 COMMA 3):

## 2.5) CONTENUTI DISCIPLINARI E TEMPI DI SVOLGIMENTO

esposti per unità didattiche/moduli/percorsi formativi/approfondimenti

Unità' didattiche/Moduli/Percorsi formativi/ Approfondimenti	I e II periodo / ore
Esercizi propedeutici allo sviluppo del gioco della pallavolo	da ott. a giu. 12h
Esercizi propedeutici allo sviluppo del gioco della pallacanestro	da ott. a giu. 12h
Esercizi propedeutici allo sviluppo del gioco della pallamano	1 al mese 4h
Esercizi propedeutici allo sviluppo del gioco del calcio/calciotto	1 volta ogni 45 gg. 5h
Altri giochi: frisbee, rugby, hitball, badminton, pallatutto	8h
Esercizi di mobilità e tonificazione generale, proposti anche come andature.	Durante tutte le lezioni
Attività di collegamento, riscaldamento, defaticamento	Durante tutte le lezioni
Test sulle capacità condizionali	Novembre e aprile e maggio 10h
Unità' didattiche/Moduli/Percorsi formativi/ Approfondimenti	I periodo / ore
Esercizi propedeutici alla corsa di resistenza	Settembre/ottobre 5h
Origine delle sostanze dopanti e loro sviluppo, i principali effetti.	Settembre 4h
Unità' didattiche/Moduli/Percorsi formativi/ Approfondimenti	II periodo / ore
Uscita didattica "la navigazione a vela nel lago di Garda"	Maggio 6h
Ore effettivamente svolte nell'intero anno scolastico	54h

I contenuti dettagliati sono nel documento *Programma svolto*.

### 3.METODOLOGIA

#### 3.1) METODO DI INSEGNAMENTO:

La lezione, fatta di spiegazione e dimostrazione, è stata alternata a proposte di organizzazione delle squadre fatte agli alunni. Altre proposte hanno come obiettivo la ricerca, della soluzione motoria più valida fra quelle contenute nel loro bagaglio motorio.

#### 3.2) MODALITA' DI SVOLGIMENTO DELL'ATTIVITA' DIDATTICA:

Quasi sempre la lezione è stata preceduta da una breve spiegazione, relativa agli obiettivi proposti e da perseguire nell'ambito dell'unità didattica e/o nel ciclo d'unità interessate.

### 3.3) ATTIVITA' DI RECUPERO, SOSTEGNO, INTEGRAZIONE:

In questa classe non è stato necessario avviare attività di recupero.

### 3.4) STRUMENTI E SPAZI:

Inizialmente abbiamo svolto attività in ambiente naturale presso il Lungadige S. Giorgio. Principalmente l'attività è stata svolta nelle due palestre dell'istituto, alternate settimanalmente.

## 4. LA VALUTAZIONE

### 4.1) STRUMENTI DI VERIFICA:

Le capacità condizionali sono state testate. Le tabelle per la loro valutazione sono differenziate per età e sesso. Le capacità coordinative sono rilevate tramite l'osservazione obiettiva, durante le esercitazioni e la pratica dei giochi di squadra.

### 4.2) CRITERI DI VALUTAZIONE:

Il primo criterio è stato quello di valutare le capacità acquisite dagli alunni durante il lavoro scolastico, mettendo in secondo piano le eventuali capacità sviluppate al di fuori di questo contesto. Il secondo criterio è stato quello di valutare il livello di "consapevolezza delle competenze metodologiche-operative" dove si sono differenziati gli alunni che hanno partecipato solo formalmente alla lezione, dagli altri. La terza voce di valutazione "conoscenze ed acquisizione tecnico-tattica del gesto" è servita anche a distinguere gli alunni che hanno acquisito i principi, anche se a diverso livello, delle attività svolte, dimostrando di fare, in ogni caso quanto era nelle loro possibilità. Queste due voci hanno all'interno della valutazione, un peso maggiore rispetto alle capacità e alle conoscenze acquisite e dimostrate dall'alunno. La valutazione globale è integrata dal raggiungimento (o meno) degli obiettivi formativi.

Verona,  
luogo

05/05/2019  
data

Prof. Centurino Ferdinando  
firma del docente