

SCHEDA INFORMATIVA		
<b>Materia: Scienze Motorie</b>		
Docente Lotesoriere Vincenzo		
Testo adottato: ENERGIA PURA FIT FOR SCHOOL		
Ore di lezione settimanali previste per la disciplina: 2		
Analisi della situazione iniziale		
<p>La classe, si presenta molto vivace, mostrando uno scarso interesse partecipativo verso le lezioni teoriche della disciplina con uno scarso clima relazionale e collaborativo in contrapposizione all'attività pratica dove il livello di partenza complessivamente è medio ed il clima relazionale è buono. Presentano una predisposizione all'attitudine sportiva e quindi sufficientemente motivata. Dal punto di vista motorio gli alunni presentano, in gran parte una buona preparazione di base o schemi motori già acquisiti e prefigurati.</p>		
Competenze raggiunte (conoscenze, abilità)		
COMPETENZE IN ESITO	ABILITA'	CONOSCENZE
<p>Conoscere la teoria e la metodologia dell'allenamento sportivo.</p> <p>Conoscere le norme di sicurezza e gli interventi in caso di infortunio.</p> <p>Conoscere le strutture e le regole degli sport e il loro aspetto educativo e sociale.</p> <p>Utilizzare in modo corretto le principali tecniche per un primo pronto intervento.</p>	<p>E' in grado di praticare le tecniche individuali e di squadra degli sport proposti.</p> <p>Adottare un atteggiamento positivo verso uno stile di vita sano ed attivo.</p> <p>Essere in grado di collaborare in caso di infortunio</p>	<p>Principali metodologie e tecniche di allenamento.</p> <p>Elementi di tecnica e tattica degli sport presi in esame.</p> <p>Conoscenza delle regole dei giochi sportivi.</p> <p>Conoscenza degli elementi fondamentali del primo soccorso e della prevenzione della sicurezza personale.</p>
Contenuti sviluppati		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercizi a corpo libero</li> <li>• La Pallavolo : i fondamentali e il regolamento</li> <li>• Sistem scheletrico, muscolare e articolazioni</li> <li>• Apparato cardio-circolatorio e respiratorio</li> <li>• L'atletica leggera : corsa e concorsi</li> <li>• La seduta di allenamento e stretching</li> <li>• Il doping</li> <li>• Primo soccorso e traumi comuni</li> <li>• Benefici dell'attività motoria</li> <li>• Paramorfismi e dismorfismi</li> <li>• Capacità coordinative e condizionali</li> </ul>		
Livelli raggiunti dalla classe (livelli minimi e massimi)		

Il clima non molto tranquillo, fondato su un appena sufficiente dialogo educativo, di ascolto, di confronto e di collaborazione e di interesse della materia ha permesso agli studenti di raggiungere un profitto appena sufficiente nella maggior parte della classe, con alcune eccezioni positive.

#### **Metodologie didattiche**

Le metodologie adottate sono state di tipo dialogate, con dibattiti in classe, è stata sempre privilegiata una metodologia relazionale socio-affettiva, di attenzione e di ascolto. Alla base di tutto l'insegnamento c'è stato un sottile lavoro di miglioramento del carattere, dell'autostima e delle capacità relazionali, in modo da favorire l'abitudine ad un comportamento leale e corretto.

#### **Mezzi e strumenti usati**

Cortile scolastico  
Palestra Scolastica  
Libro di testo, PPT e video  
Materiale multimediale

#### **Interventi didattici ed educativi integrativi ed esiti**

#### **Verifiche**

Le verifiche sono avvenute in itinere, con l'osservazione sistematica delle varie attività motorie, della frequenza, della partecipazione e del grado di collaborazione.

#### **Criteri di valutazione**

La valutazione ha tenuto conto della partecipazione alle lezioni, oltre al dialogo educativo, della qualità della collaborazione e dell'interesse dimostrati, dell'impegno profuso, della conoscenza degli argomenti e del profitto ottenuto durante le esercitazioni tecnico-pratiche.