

I.I.S. "ENZO FERRARI" BATTIPAGLIA

Anno scolastico 2018/19

Programma CLASSE V sez. F ENO

N. Allievi 16

Docente: Nestore Miceli

Disciplina: Scienze motorie e sportive

Numero di ore settimanali di lezione

N. 2

Numero di ore annuali previste

curricolari

N. 66

Numero di ore annuali svolte

curricolari

N. 54

Contenuti svolti

1. Salute, benessere, sicurezza e prevenzione a scuola.

Le norme di sicurezza nell'attività sportiva. Tutela della salute: tecniche di primo soccorso, traumatologia dello sport. Il doping. I principi di una sana alimentazione. L'Educazione fisica dall'Ottocento ad oggi. La storia delle Olimpiadi moderne.

2. Percezione del sé attraverso lo sviluppo delle capacità motorie condizionali.

3. Percezione del sé attraverso lo sviluppo delle capacità motorie coordinative.

Riscaldamento, fase cardiovascolare e defaticamento. Esercizi in situazioni dinamiche semplici. Esercizi di mobilità articolare, allungamento muscolare, potenziamento muscolare a carattere generale. Affinamento delle capacità coordinative e condizionali. Attività ed esercizi di equilibrio in situazioni dinamiche e in fase di volo. Attività ed esercizi per il controllo segmentario e intersegmentario. Esercizi con piccoli e grandi attrezzi. Esercizi di corsa su distanze opportunamente programmate. Attività ed esercizi eseguiti in varietà di ampiezza e ritmo. Percorsi e circuiti in palestra utilizzando ostacoli artificiali e non. Giochi di situazione; esercizi di preacrobatica; creazione di esercizi con utilizzo della musica; step.

4. Gli sport di squadra, le regole ed il fair play.

Fondamentali individuali e di squadra della pallavolo, pallapugno, calcio a 5, (applicazione in un contesto di gioco efficace Tecnica, tattica e regole degli sport trattati. Esercitazioni di assistenza diretta e indiretta delle attività svolte. Giuria e arbitraggio.

5. Gli sport individuali ed in ambiente naturale, le regole ed il fair play.

Orienteering. Marcia e corsa in ambiente naturale. Atletica leggera: corsa di resistenza, balzi, corsa veloce, salto in lungo, lancio del vortex, getto del peso. Tennis tavolo e badminton. Il gioco della dama e degli scacchi. Tecnica, tattica e regole degli sport trattati.

Firma del
Docente

Prof. Nestore Miceli

Nestore Miceli

[Signature]
[Signature]
[Signature]

Anno scolastico 2018/2019 RELAZIONE FINALE

(distinta per classe\materia, da inviare via mail entro il giorno 7 giugno 2019 al docente coordinatore di classe)

Prof.: Miceli Nestore

Classe: 5°F ENO

Disciplina: Scienze Motorie

In allegato il programma dettagliato controfirmato da almeno due studentesse o studenti della classe.

• **SITUAZIONE DELLA CLASSE**

1. **Livello medio di partecipazione della classe al dialogo educativo**

- ☐ attenta e propositiva
- ☒ attenta e diligente
- ☐ tendenzialmente passiva
- ☐ spesso di disturbo

2. **Profitto medio raggiunto dalla classe al termine dell'anno scolastico**

- ☐ ottimo (9)
- ☒ buono (8)
- ☐ soddisfacente (7)
- ☐ sufficiente (6)
- ☐ non del tutto sufficiente (5)

3. **Comportamento medio tenuto dagli alunni della classe**

- ☐ molto corretto
- ☒ tendenzialmente corretto
- ☐ non sempre corretto
- ☐ spesso scorretto

4. **Rapporti con gli studenti della classe**

- ☐ sereni e collaborativi
- ☒ corretti anche se distaccati
- ☐ non sempre collaborativi
- ☐ spesso conflittuali

5. **Rapporti con le famiglie**

- ☐ mediamente regolari
- ☒ sporadici
- ☐ in genere limitati alle udienze generali
- ☐ tendenzialmente assenti

• **ANALISI DELL'ATTIVITÀ DIDATTICA SVOLTA**

1. Competenze

a. Delle competenze individuate nel piano di lavoro, in quali non si sono raggiunti gli obiettivi programmati?

.....
.....

b. Specificare per quali motivi

.....

2. Unità di apprendimento (UdA)

Ci sono state variazioni rispetto alle UdA programmate?

☒ no

☐ sì, ma non significative

☐ sì

Se sì

a. specificare le variazioni

.....

...

.....

...

b. specificare per quali motivi

.....

...

.....

...

3. Metodologia

a. Le metodologie prevalentemente adottate con successo sono state (fino a quattro opzioni)

☒ lezione frontale

☒ lavori di gruppo

☐ discussione collettiva

☐ didattica laboratoriale

☒ percorsi individualizzati

☒ giochi di ruolo

☒ attività di *problem solving*

☐ Project Work - Creazione di un progetto lavorando in team

☐ attività con il supporto delle ICT

☐ metodologia CLIL

☐ esperienze di laboratorio

☐ ricerche individuali degli studenti con presentazione al gruppo classe

☐ drammatizzazioni

☐ altro

b. Quali sono state le attività maggiormente svolte utilizzando le ICT? (fino a quattro opzioni)

- ☒ non utilizzo regolarmente ICT
- ☐ lezione con il supporto di eBook
- ☐ lezione con il supporto di LIM
- ☐ utilizzo di internet per presentare argomenti, tematiche, video, ecc.
- ☐ utilizzo di Tablet, Ultrabooks (della scuola o degli studenti)
- ☐ produzione di documenti digitali con gli studenti (Testi, presentazioni, video, mappe cognitive, ecc.)
- ☐ predisposizione delle attività con Classe virtuale (es. Moodle)
- ☐ sperimentazione della Flipped Classroom
- ☐ utilizzo di ambienti di simulazione
- ☐ utilizzo di mailing list (con allievi)
- ☐ sperimentazione di piattaforme o strumenti social (es.: FaceBook, Twitter)
- ☐ esperienze di mobile learning (es. con SmartPhone)
- ☐ utilizzo di strumenti online per la costruzione e condivisione materiali. (es. GoogleDrive)
- ☐ altro

- **EVENTUALI PERCORSI PLURIDISCIPLINARI, ATTIVITA' PARASCOLASTICHE E AREE DI PROGETTO** (Che hanno coinvolto direttamente la disciplina)

Tipologia	Titolo	Descrizione sintetica dell'attività
Attività sportiva	<ul style="list-style-type: none"> Progetto "Memorial Teresa Grimaldi" Campo scuola di Castro Boleto di Nova Siri Marina (MT) Campo scuola di Scalea (CS) 	

Data 04/06/2019

Firma

Prof. Miceli Nestore