

RELAZIONE FINALE E PROGRAMMA DIDATTICO SVOLTO

ANNO SCOLASTICO 2024/25

CLASSE 2^o1 LICEO SCIENTIFICO

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

DOCENTE: COLLU ANDREA

FINALITÀ DELL'AZIONE DIDATTICA PERSEGUITA

Saper valutare il proprio stato di efficienza fisica e saperlo mantenere e migliorare; saper valutare le proprie qualità motorie, sapersi relazionare nel gruppo; saper realizzare una comunicazione efficace utilizzando linguaggio verbale e non verbale; saper praticare attività sportive e saper accedere alle capacità di problem solving; possedere informazioni fondamentali sulla tutela della salute, prevenzione e trattamento degli infortuni.

PROFILO DELLA CLASSE

Gli alunni, anche nella considerazione che lo scrivente ha preso servizio alla fine di marzo, con attività programmate e vacanze che hanno ulteriormente ridotto il numero di lezioni, si sono mostrati sempre motivati e disponibili al dialogo educativo, hanno seguito proficuamente il percorso formativo partecipando e rispondendo alle sollecitazioni didattiche – educative in modo apprezzabile, con conseguente miglioramento degli aspetti relazionali relativi al saper comunicare e interagire. I rapporti con l'insegnante sono sempre stati rispettosi nei ruoli, collaborativi e basati sulla stima reciproca. Alcuni alunni praticano attività sportive a livello agonistico e insieme ad altri studenti hanno rappresentato la scuola in diverse manifestazioni sportive (campionati studenteschi in diverse fasi e altre manifestazioni sportive).

OBIETTIVI DIDATTICI E COMPETENZE RAGGIUNTI

Il piano di proposte motorie e teoriche finalizzato all'acquisizione di una piena consapevolezza della propria corporeità, rispondente ai bisogni e alle esigenze individuali e del gruppo, per il recupero di attività semplici e un affinamento di abilità acquisite, ha consentito agli allievi di partecipare alle attività proposte.

In diversa misura gli alunni hanno raggiunto gli obiettivi prefissati: la rielaborazione degli schemi motori, il consolidamento del carattere, lo sviluppo della socialità e del senso civico, la conoscenza e la pratica di attività sportive e la conoscenza delle norme fondamentali sulla tutela della salute e prevenzione degli infortuni; conoscere e rispettare le principali regole dei giochi sportivi, saper eseguire i giochi proposti con buona padronanza dei fondamentali, saper perseguire l'obiettivo tattico del gioco, l'appropriazione di capacità organizzative nel gruppo, e di capacità operativa, rappresentano le competenze acquisite.

In alcuni casi le competenze teoriche hanno compensato le minori competenze motorie e viceversa, così che la classe, nel complesso, abbia ottenuto un rendimento più che soddisfacente.

AZIONE DIDATTICO - EDUCATIVA ATTUATA: METODI STRUMENTI E SPAZI, ATTIVITÀ EXTRACURRICOLARI

Le attività pratiche si sono svolte con l'utilizzo delle attrezzature presenti a scuola e in palestra e per gli approfondimenti teorici si sono utilizzati prevalentemente appunti forniti dall'insegnante e ricerche eseguite dagli alunni stessi.

VERIFICHE

La valutazione è stata attuata con prove di verifica oggettive e soggettive, con osservazioni sistematiche dei ragazzi, valutazioni pratiche, test cognitivi con domande a scelta multipla e colloqui, discussioni, ricerche anche con l'ausilio di strumenti informatici e tecnologici.

Oggetto di valutazione, è stato anche il comportamento inteso come impegno (disponibilità, metodo di lavoro) partecipazione (collaborazione con i compagni, correttezza, rispetto delle consegne) comportamento antinfortunistico (rispetto di sé, dei compagni e delle attrezzature)

RELAZIONE FINALE E PROGRAMMA DIDATTICO SVOLTO

ANNO SCOLASTICO 2024/25

CLASSE 2^oI LICEO SCIENTIFICO

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE

DOCENTE: COLLU ANDREA

PROGRAMMA DIDATTICO SVOLTO

PROGRAMMA TEORICO

1. CENNI DI ANATOMIA
 - LO SCHELETRO ASSILE
 - MUSCOLI E OSSA DEGLI ARTI
2. CENNI DI FISIOLOGIA
 - FIBRE MUSCOLARI E BIOENERGETICA MUSCOLARE
 - CENNI DI ENDOCRINOLOGIA : ORMONE INSULINA E GLUCAGONE
 - DIABETE TIPO 1 E 2
3. ALIMENTAZIONE
 - I CARBOIDRATI
4. CENNI DI STORIA DELLO SPORT
 - STORIA DI JESSIE OWENS

ATTIVITA' PRATICHE

1. ESERCIZI DI ATTIVAZIONE E RISCALDAMENTO GENERALE
 - ANDATURE
 - ESERCIZI DI MOBILIZZAZIONE ARTICOLARE
 - ESERCIZI DI COORDINAZIONE GENERALE
2. SVILUPPO CAPACITÀ CONDIZIONALI
 - ESERCITAZIONI DI POTENZIAMENTO FISILOGICO E MUSCOLARE
3. GIOCHI SPORTIVI
 - PALLAVOLO: FONDAMENTALI