|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **I I S *“Ettore Majorana”***  Via A. De Gasperi, 6 - 20811 Cesano Maderno (MB) |

DOCUMENTO CLASSE 5ALG A.S.2017-18

Materia: Scienze Motorie e Sportive

Docente: prof. Pederzani Giacinta

**OBIETTIVI DISCIPLINARI**:

1. acquisizione della padronanza motoria e corporea in modo che il gesto si realizzi

economicamente con il massimo dell'utilità; utilizzare il corpo in modo corretto per favorire l’inserimento nella vita sociale.

1. potenziamento fisiologico per uno sviluppo delle qualità fisiche di base e loro

mantenimento;

1. sviluppo della socialità e del senso civico : relazionare in modo corretto, collaborare

con i compagni e con l’insegnante, partecipare interagendo col gruppo.

1. consolidamento del carattere: avere capacità di autocontrollo, consolidare la capacità

di essere autonomo e responsabile rispetto a scadenze ed adempimenti, riconoscere i propri limiti, avere capacità di critica ed autocritica.

1. acquisire un linguaggio specifico appropriato ed una comunicazione verbale adeguata.

**STRUMENTI**

* grandi e piccoli attrezzi, codificati e non codificati.
* cronometro e bindella metrica
* utilizzo del libro di testo ”Nuovo Praticamente Sport”, autori: Del Nista, Parker, Tasselli. Editore: G. D’Anna.
* fotocopie prodotte dall’insegnante sugli argomenti scelti e svolti, ad integrazione del libro di testo.
* compilazione di un quaderno di materia, su cui annotare i risultati motori individuali, la teoria spiegata, le giustifiche effettuate.

**METODOLOGIA**

La modalità di lavoro prevede lezioni frontali e partecipate; problem solving soprattutto nell’ attuare strategie adeguate nei giochi sportivi; tutoraggio tra pari, attraverso esercizi a carico naturale, esercizi con leggeri sovraccarichi, esercizi con piccoli e grandi attrezzi, esercizi individuali a coppie ed a piccoli gruppi; fasi di feedback e riflessione sul lavoro svolto.

Il metodo di lavoro è di tipo analitico, per una migliore analisi ed interiorizzazione del gesto tecnico (atletica leggera) . Nei giochi di squadra l’apprendimento è di tipo globale, con successiva analisi dei gesti tecnici.

•Si è promossa la gestione autonoma dell’attività, guidata da specifiche richieste/scadenze da conseguire in modo regolare.

°Sono state proposte durante le esercitazioni momenti di ascolto e presa di coscienza delle funzioni e delle variazioni dei sistemi cardiopolmonare e cardiovascolare attraverso i parametri di riferimento (frequenza respiratoria e frequenza cardiaca) e collegamenti con l’apparato muscolo-scheletrico.

°Sono stati eseguiti lavori tendenti a stimolare la fantasia motoria e lo spirito di collaborazione.

**VERIFICHE E VALUTAZIONI**

Per la verifica formativa in itinere sono stati utilizzati :

1. osservazione diretta dell’alunno nelle varie fasi della lezione, con annotazione di coloro che giustificano (presenti ma non fanno attività),o che sono richiamati.
2. prove motorie effettuate con le seguenti strumentazioni: bindella metrica, cronometro, i cui risultati sono stati registrati su schede predisposte.

3 osservazioni sulle esposizioni e dimostrazioni pratiche degli argomenti proposti

4 rilevazione quantitativa dell’impegno e della partecipazione in termini di tempo dedicato alle attività, segnalato e comunicato sul registro elettronico se non adeguatamente sufficiente.

La valutazione sommativa è il risultato dell’impegno rilevato durante le ore di lezione, il rispetto delle regole, delle norme igieniche personali. Importanza è data alla frequenza delle lezioni ed al livello delle abilità motorie raggiunto.

Le giustifiche ripetute, non certificate, sono valutate con insufficienza finale.

In particolare sono state effettuate:

* Prove pratiche di atletica leggera
* Fondamentali dei giochi di squadra: hit-ball, rugby educational, fourball e giochi non codificati.
* Questionario scritto: Hit-ball; forma fisica; Pronto Soccorso; staffette.