

Premessa al programma di educazione fisica della classe 5 E

anno scolastico 2013/14

Prof. Carla Perselli

- **Finalità didattiche**

Potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità e coordinazione)

Miglioramento della tecnica sportiva specifica

Conoscenza dei principali giochi di squadra e relativa tecnica e tattica

Acquisizione di una terminologia specifica

- **Finalità educative**

Acquisizione di un corretto atteggiamento sportivo

Coscienza delle proprie capacità e limiti, miglioramento dell' autostima

Trasferimento nella realtà quotidiana della consuetudine all'attività motoria e alla pratica sportiva come stile di vita

Miglioramento della propria salute intesa come benessere psicofisico

- **Breve analisi e giudizio della classe**

La classe 5 E, nella quale insegno da 5 anni, è composta da 13 ragazzi e 5 ragazze, alcuni dei quali si sono aggiunti, nel corso degli anni, alla classe originale.

Pur essendoci stata sempre disponibilità e collaborazione verso le proposte motorie, è mancata la formazione e consolidazione di un vero gruppo classe affiatato.

In questo anno scolastico, l'interesse dimostrato è stato discontinuo per le numerose assenze, che hanno anche penalizzato alcuni studenti.

Un gruppo di allievi ha evidenziato ottime capacità e competenze sportivo-motorie. nonché assiduo impegno.

In alcune lezioni gli studenti hanno scelto delle discipline sportive da proporre, in forma di lezione-tirocinio,

ai propri compagni, permettendo così anche una positiva valutazione di ulteriori competenze.

Il giudizio medio della classe è buono.

L' insegnante
Carla Perselli

Bolzano 12/5/14

PROF.		DOCENTE DI		CLASSE	INDIRIZZO		ORE SETTIM.
Carla Perselli		Educazione Fisica		5 E	LST		2
MODULI (TITOLO)	CONTENUTI	OBIETTIVI	METODI	SPAZI E MEZZI UTILIZ.	CRITERI DI VALUTAZIONE	TEMPI	TIPOLOGIA DELLE PROVE
Preparazione atletica generale e condizionamento psicofisico	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Corsa: in palestra e all'aperto utilizzando le strutture sportive "Talvera" ❑ Stretching, andature,palestrina potenziamento ❑ Corsa di resistenza e duathlon: circuiti sulla ciclabile e passeggiate Guncina 	Miglioramento delle capacità organiche e coordinative generali, potenziamento qualità motorie di base (forza, velocità, resistenza, mobilità, coordinazione)	<ul style="list-style-type: none"> -Lezione frontale con metodo globale e analitico. -Correzioni individualizzate e generali. -Lezione con gruppi di lavoro per interesse e/o argomento, a rotazione. 	Palestra,palestrina di potenziamento, prati del Talvera, pista ciclabile, campi sportivi scolastici all'aperto, piscina scolastica.	<ul style="list-style-type: none"> ❑ 60/100 per il profitto ❑ 30/100 per la partecipazione ❑ 10/100 per l'assiduità della frequenza. <p>Valutazione del profitto,partecipazione, impegno, miglioramento, collaborazione con l'insegnante e la classe, disponibilità pratica verso le attività proposte, assiduità della frequenza.</p>	da15 a 60 min. per lezione circa	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Test d'ingresso ❑ Osservazioni dirette ❑ Prove multiple cronometrate o misurate ❑ Lezione-tirocinio tenuta dai compagni
Sport individuali	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Attrezzistica e acrobatica ❑ Pattinaggio su ghiaccio(2 lez.) ❑ Nuoto: 4 lezioni di perfezionamento nei 3 stili fondam. ❑ Atletica leggera 	Miglioramento dei gesti tecnici specifici,acquisizione di maggiore sicurezza in situazioni motorie inusuali				30/50 min. in 12 lezioni circa	
Sport di squadra	<ul style="list-style-type: none"> ❑ Basket, volley, calcio.floorball 	Perfezionamento fondamentali indiv. e di squadra, conoscenza del regolamento di gioco				30/70 min. in 10 lezioni circa	

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.