



ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE "Gae Aulenti"

I.I.S. "Vaglio Rubens"
Biella

I.P.S.S.A.R. "Zegna"
Mosso - Cavaglià - Biella

I.P.S.I.A. "Galileo Ferraris"
Biella

Allegato A1

a.s 2019/2020

Docente : ZOTTI FILIPPO Materia: SCIENZE MOTORIE

Classe :5^a sez: F/CU indirizzo: ENOGASTRONOMIA TRIENNIO

1. Programma svolto

MOVIMENTO E CORPO:

Mobilizzazione e allungamento a corpo libero e con piccoli attrezzi. Esercitazioni di velocità. Esercitazioni di equilibrio statico, dinamico e in volo Esercitazioni di potenziamento muscolare a carico naturale Esercitazioni di coordinazione neuro muscolare Pre-acrobatica Esercitazioni con funicella Circuiti di potenziamento Miglioramento delle proprie capacità coordinative e condizionali

Linguaggio tecnico di base Saper confrontare i risultati ottenuti con le tabelle di riferimento Apparato locomotore Colonna vertebrale Le leve del corpo umano

GIOCO E SPORT: Pallapugno leggera

Pallavolo Pallacanestro

Con DaD: Coordinazione oculo manuale

Il Doping Progettazione di un allenamento personale

2. Metodi e mezzi del percorso formativo della disciplina

Si è privilegiata una modalità di lezione frontale, con attività pratica e spiegazione "on the job". Per la parte teorica sono state fornite fotocopie durante la DaD, con disponibilità a rispondere ad eventuali dubbi o parti poco chiare.

3. Spazi e tempi

In alcuni argomenti ho predisposto attività di gruppo, esercizi pratici della classe, ma anche ricerche dell'argomento assegnato. Le attività si sono basate sulle potenzialità motorie, come momento di consapevolezza degli studenti, anche attraverso uno scambio continuo studente – studente e studente – docente. Tra le varie attività ho utilizzato anche video sportivi per incentivare lo studio e l'incontro nella classe virtuale, avere un feedback negli incontri. A tal fine il percorso ha tenuto conto dei dispositivi in possesso degli alunni per facilitare l'accesso, la condivisione della struttura, degli obiettivi e dei tempi nelle attività affrontate.



ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE "Gae Aulenti"

I.I.S. "Vaglio Rubens"
Biella

I.P.S.S.A.R. "Zegna"
Mosso - Cavaglià - Biella

I.P.S.I.A. "Galileo Ferraris"
Biella

4. Criteri e strumenti di valutazione

Per la valutazione, effettuata alla fine di ogni attività pratica o unità di apprendimento, ho utilizzato ricerche e brevi interrogazioni. Per i colloqui ho utilizzato una griglia di valutazione strutturata in base a livelli e descrittori. Il percorso effettuato ha tenuto conto dei progressi di ogni allievo, delle competenze e delle abilità conseguite rispetto ai livelli di partenza. Il recupero degli insufficienti è stato effettuato in itinere. Con la DaD si è tenuto conto anche del rispetto delle consegne, della tempestività, della rielaborazione dei contenuti e della creatività dei prodotti realizzati.

5. Obiettivi raggiunti dalla classe rispetto al livello di conoscenza della disciplina, rispetto al livello di capacità organizzativa, espositiva, tecnico-professionale.

I risultati ottenuti sono stati direttamente proporzionali alle capacità e all'impegno dimostrati, per cui una buona parte ha conseguito esito positivo sia nella parte pratica che teorica. I criteri di valutazione sono stati comuni al dipartimento di SCIENZE MOTORIE.



ISTITUTO di ISTRUZIONE SUPERIORE
"Gae Aulenti"

I.I.S. "Vaglio Rubens"
Biella

I.P.S.S.A.R. "Zegna"
Mosso - Cavaglià - Biella

I.P.S.I.A. "Galileo Ferraris"
Biella

TIPOLOGIE DI VERIFICHE

Strumento	ITA	STO	MAT	IN G	FRA	ALI	EGA	SAL /RIC	CUC /T.C OM	SC. MOT
Verifiche orali										X
Tema o problema										
Prove strutturate										X
Prove semistrutturate										
Relazione										
Esercizi										X
Casi pratici										

docente
Filippo Zotti

Firma autografa sostituita a mezzo stampa dell'articolo 3,
comma 2, del D.lgs n. 39 del 1993

Il Dirigente Scolastico
Cesare Molinari