



Istituto Tecnico Statale

CARLO CATTANEO

Codice meccanografico **PITD070007**

C. F. **82001200508** - Codice Univoco dell'Ufficio: **UFZ30L** Conto T. U. **314953**



RELAZIONE PER MATERIA

CLASSE 3AR Prof./Prof.ssa Giovanna Margiotta

MATERIA Scienze Motorie e Sportive

VALUTAZIONE DEI RISULTATI CONSEGUITI IN TERMINI DI CONOSCENZE E COMPETENZE, RISPETTO A QUANTO PROGRAMMATO.

Secondo la Programmazione di inizio anno scolastico, la classe ha raggiunto un risultato soddisfacente; l'acquisizione delle conoscenze e competenze risulta talvolta differenziata in base alle attitudini, impegno e interesse dei singoli alunni.

STRUMENTI E MATERIALI DIDATTICI UTILIZZATI,
OLTRE AL LIBRO DI TESTO:

Materiale informativo Materiale reperibile in rete ,articoli ,video, filmati. Materiale fornito dall'insegnante
Grandi e piccoli attrezzi in uso in palestra.

METODOLOGIE UTILIZZATE:

- Osservazione sistematica
- Esercitazioni guidate
- Lezioni frontali
- Peer education
- Problem solving
- Processi individualizzati
- Lavori di gruppo

Responsabile procedimento:
Alberta Marottoli
Segreteria Generale/Protocollo
e-mail: pitd070007@istruzione.it
tel. n.: + 39 0571418385

Via Catena,3 – 56028 San Miniato (PI)
Tel.0571 418385
e-mail: PEO pitd070007@istruzione.it
e-mail: PEC: pitd070007@pec.istruzione.it
Web: <https://www.itcattaneo.edu.it>



Codice accred.
R.T. IS0060





Istituto Tecnico Statale

CARLO CATTANEO

Codice meccanografico **PITD070007**

C. F. **82001200508** - Codice Univoco dell'Ufficio: **UFZ30L** Conto T. U. **314953**



Tipologie di verifica utilizzate:

- Test motori
- Verifiche orali
- Produzioni scritte(cartelloni,powerpoint,relazioni)

PROGRAMMA SVOLTO

UNITA' DIDATTICA DI APPRENDIMENTO (UDA)

- Conoscenza e pratica delle attività sportive

ARGOMENTI TRATTATI (riferiti alle conoscenze indicate nella programmazione iniziale)

Contenuti

- Tecnica e didattica dei seguenti giochi sportivi:
 - Fondamentali del calcetto e calcio
 - Fondamentali della pallavolo di primo e secondo livello : palleggio, bagher , battuta,schiacciata,muro
- Atletica leggera: tecnica e didattica del salto in alto, lungo e corse di velocità (staffetta e ostacoli) corsa di resistenza.
- Esercitazione sui fondamentali dei giochi di squadra.
- Tornei tra le classi in orario.
- Tennis tavolo
- Giochi motori non codificati(conoscenza pratica e teorica dei giochi)
- Conoscenze teoriche degli sport praticati

Competenze:

- utilizza i fondamentali, rispetta le regole di gioco e capisce le caratteristiche del gioco.
- Organizzazione dei giochi, rispetto delle regole, affidamento dei compiti di giuria e arbitraggio

Responsabile procedimento:
Alberta Marottoli
Segreteria Generale/Protocollo
e-mail: pitd070007@istruzione.it
tel. n.: + 39 0571418385

Via Catena,3 – 56028 San Miniato (PI)
Tel.0571 418385
e-mail: PEO pitd070007@istruzione.it
e-mail: PEC: pitd070007@pec.istruzione.it
Web: <https://www.itcattaneo.edu.it>



Codice accred.
R.T. IS0060





Istituto Tecnico Statale

CARLO CATTANEO

Codice meccanografico **PITD070007**

C. F. **82001200508** - Codice Univoco dell'Ufficio: **UFZ30L** Conto T. U. **314953**



UNITA' DIDATTICA DI APPRENDIMENTO (UDA) : Potenziamento fisiologico

ARGOMENTI TRATTATI (riferiti alle conoscenze indicate nella programmazione iniziale)

Contenuti

Potenziamento cardiocircolatorio e muscolare:

esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi, sistema simmetrico e a circuito ,.

Ex di allenamento alla forza, di tonificazione e potenziamento ,a carico naturale e con sovraccarico,ex di mobilità e allungamento, ex isotonici, isometrici stretching.

Ex di attivazione e preatletica generale(skipp , calciata, andature varie)

Produzione di circuiti .

Percorsi ginnici e circuiti a stazioni.

Test motori sulle capacità coordinative e condizionali.

Ex di Potenziamento e allungamento muscolare . Esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi.

Miglioramento delle funzioni cardiocircolatorie.

Ex di Mobilità articolare e stretching.

Tecnica e didattica dei piccoli attrezzi:la corda

Tecnica e didattica dei grandi attrezzi:la cavallina

Conoscenze teoriche: sistema muscolare

Competenze: conosce le proprie capacità di base, individua il ritmo di lavoro ed esegue le esercitazioni proposte; conosce le proprie capacità psico-fisiche, interpreta ed utilizza i test per migliorare i propri livelli iniziali.

ED CIVICA :

1) Fair play : studio , approfondimenti e messa in atto attraverso la pratica (rispettare le regole della scuola in palestra, gestire in modo consapevole le situazioni competitive con autocontrollo e rispetto dell' altro, accettare la sfida con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto del perdente.,Avere un atteggiamento inclusivo verso tutte le forme di espressione.

I 10 principi del fair play.

2) Sicurezza sul lavoro,movimentazione dei carichi. Studio della colonna vertebrale e precauzioni per una corretta postura.

Responsabile procedimento:

Alberta Marottoli

Segreteria Generale/Protocollo

e-mail: pitd070007@istruzione.it

tel. n.: + 39 0571418385

Via Catena,3 – 56028 San Miniato (PI)

Tel.0571 418385

e-mail: PEO pitd070007@istruzione.it

e-mail: PEC: pitd070007@pec.istruzione.it

Web: <https://www.itcattaneo.edu.it>



Codice accred.
R.T. IS0060



Istituto Tecnico Statale

CARLO CATTANEO

Codice meccanografico **PITD070007**

C. F. **82001200508** - Codice Univoco dell'Ufficio: **UFZ30L** Conto T. U. **314953**



UNITA' DIDATTICA DI APPRENDIMENTO (UDA) : Teoria

ARGOMENTI TRATTATI (riferiti alle conoscenze indicate nella programmazione iniziale)

I regolamenti tecnici dei giochi praticati.
Approfondimento teorico sui giochi sportivi e attività proposte.
Informazioni sull'anatomia e fisiologia del corpo umano.
Informazioni riferite al primo soccorso.
La terminologia di base
Produzione di circuiti

UNITA' DIDATTICA DI APPRENDIMENTO (UDA) : -IL BENESSERE PSICO-FISICO

ARGOMENTI TRATTATI (riferiti alle conoscenze indicate nella programmazione iniziale)

Attività di psicomotricità
Attività di acquisizione della propria corporeità
Informazioni sulla tutela della salute ,benessere,sicurezza e prevenzione attraverso il lavoro pratico.
Igiene personale. Informazione sui danni della salute.
Lavoro con utilizzo specifico e generalizzato dei segmenti corporei, controllo motorio in situazioni variate nel tempo e spazio
Ed. al ritmo
Attività con la musica
Analisi del benessere attraverso la motricità

Competenze: esegue correttamente il movimento elementare individuando il livello di difficoltà che deve affrontare. Rielabora gli apprendimenti personali acquisiti in situazioni diversificate. riproduce risposte motorie adeguate e pertinenti alle richieste e al contesto ambientale.

Altre attività/progetti che si intende segnalare:

Responsabile procedimento:
Alberta Marottoli
Segreteria Generale/Protocollo
e-mail: pitd070007@istruzione.it
tel. n.: + 39 0571418385

Via Catena,3 – 56028 San Miniato (PI)
Tel.0571 418385
e-mail: PEO pitd070007@istruzione.it
e-mail: PEC: pitd070007@pec.istruzione.it
Web: <https://www.itcattaneo.edu.it>



Codice accred.
R.T. ISO060





Istituto Tecnico Statale

CARLO CATTANEO

Codice meccanografico **PITD070007**

C. F. **82001200508** - Codice Univoco dell'Ufficio: **UFZ30L** Conto T. U. **314953**



Progetto in OUT-SCHOOL:

- attività di pattinaggio presso Casa Bonello
- attività di atletica presso gli Impianti Fontevivo.

San Miniato, 15 giugno 2022

L'INSEGNANTE

GIOVANNA MARGIOTTA

Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.L. 39/93

Responsabile procedimento:
Alberta Marottoli
Segreteria Generale/Protocollo
e-mail: pitd070007@istruzione.it
tel. n.: + 39 0571418385

Via Catena,3 – 56028 San Miniato (PI)
Tel.0571 418385
e-mail: PEO pitd070007@istruzione.it
e-mail: PEC: pitd070007@pec.istruzione.it
Web: <https://www.itcattaneo.edu.it>



Codice accred.
R.T. IS0060