

OBIETTIVI RAGGIUNTI

Gli obiettivi prefissati sono stati raggiunti in maniera soddisfacente, anche se diversificata, da tutti gli studenti della classe.

Il programma preventivato è stato portato a termine.

La maggior parte degli studenti si è impegnata partecipando in modo propositivo e dimostrando maturità e interesse alla disciplina.

COMPETENZE

Gli alunni, a livello diversificato, sono in grado di:

- utilizzare la terminologia di base specifica della disciplina.
- ascoltare, comprendere, rielaborare e saper applicare indicazioni tecnico – teoriche al fine di saper gestire autonomamente alcuni momenti delle attività pratiche, in gruppo e individualmente.
- analizzare, capire, descrivere, spiegare i contenuti proposti e utilizzarli in modo costruttivo rielaborandoli e conferendo a tali contenuti un significato personale.
- osservare e percepire il proprio corpo, la postura, le sue funzioni fisiologiche, le sue potenzialità (punti di forza e criticità).
- riflettere sulla propria cultura motoria e sportiva, utilizzando l'esperienza pratica e le conoscenze teoriche per acquisire una maggior consapevolezza di sé ed una miglior resa motoria globale.
- saper mettere in pratica elementari principi di teoria e metodologia dell'allenamento psico-fisico.
- conoscere ed applicare semplici norme di educazione alimentare.
- valutare con spirito critico e personale l'importanza del corpo nella comunicazione interpersonale.
- realizzare schemi motori complessi utili ad affrontare attività motorie sportive.

CONTENUTI DISCIPLINARI

- Attività pratiche a carico naturale.
- Attività di allungamento e stretching.
- Attività per migliorare la capacità di resistenza utilizzando modalità di allenamento diversificate.
- Informazioni elementari sulla teoria del movimento e sulle metodologie dell'allenamento.
- Elementi di posturale e presa di coscienza corporea di atteggiamenti scorretti adottati nella quotidianità.
- Visione del docufilm "Rising phoenix" e relativo approfondimento sulla tematica dei Giochi paralimpici e dello sport inclusivo.
- La Comunicazione Non Verbale in una cornice sistemico-relazionale, secondo la Scuola di Palo Alto e i cinque assiomi della Comunicazione.
- Attività sportive: atletica leggera: corsa di resistenza e 1000 metri; pallavolo.
- Attività ai grandi attrezzi: il quadro Svedese.

CONTRIBUTI AL FOCUS SULL'ORIENTAMENTO

Il percorso di espressività corporea e comunicazione non verbale, ha rappresentato un'occasione per sperimentare quanto, nella comunicazione efficace tra gli individui, la costruzione dei significati contenga una responsabilità personale nel creare sintonia tra i contenuti e le modalità attraverso le quali veicolarli. Scoprire che il corpo partecipa attivamente nel creare un clima di armonia e cooperazione negli ambienti che si frequentano, ha stimolato negli studenti la riflessione su quanto una partecipazione consapevole, con una postura di presenza costante a se stessi, sia determinante, arrivando a constatare che la chiave della comunicazione efficace parte prima di tutto dall'ascolto e dal successivo riconoscimento delle personali risposte psico-fisiche e motorie, per poi aprirsi all'ascolto e al riconoscimento delle risposte dell'altro.

CONTRIBUTI AL FOCUS SU EDUCAZIONE CIVICA

È stata affrontata la tematica della disabilità, attraverso lo studio della nascita delle Paralimpiadi e l'approfondimento delle storie di vita di alcuni atleti paralimpici e come gli stessi affrontano e vivono la loro disabilità, con l'intento di sensibilizzare gli studenti alle differenze anche in ambito sportivo. Attraverso riflessioni di classe e in piccoli gruppi, si è chiesto un approfondimento, individuale e in modalità di cooperative learning, dal quale sono emerse considerazioni e prerequisiti fondamentali per un agire civile, consapevole e responsabile nella quotidianità, stimolando una riflessione critica in merito all'inclusività. Gli studenti, a livelli diversi, hanno imparato ad accogliere le diversità dell'altro come occasioni per rivisitare le proprie credenze e aprire lo sguardo sul significato del limite: non esclusivamente come giustificazione, ma anche come possibilità di crescita ed espansione personale.

METODI E STRUMENTI

Metodi e strumenti sono stati adeguati agli spazi di lavoro disponibili (palestra o aula) e agli ambienti esterni (parco).

Metodi:

- metodologia laboratoriale: i contenuti sono stati proposti prevalentemente in modalità pratica di lavoro e sperimentazione.
- metodo deduttivo: dal gesto globale al movimento analitico, al gesto sportivo.
- cooperative learning: dal lavoro individuale al lavoro a coppie, in gruppo, di squadra.

Strumenti:

attrezzi disponibili nelle palestre (palle di diverse tipologie, grandi attrezzi, etc.), sussidi multimediali per la visione di film, video, files inviati agli studenti o prodotti da questi ultimi ai fini della trasmissione o della rielaborazione dei contenuti e della valutazione.

MODALITA' DI VERIFICA

Sono state effettuate non meno di due valutazioni per ciascun periodo valutativo. Gli alunni sono stati valutati tramite: test pratici, presentazioni multimediali, approfondimenti scritti, verifiche orali e colloqui.

CRITERI DI VALUTAZIONE

La valutazione conclusiva è stata sintesi del profitto ottenuto nelle prove svolte. Anche la partecipazione, l'impegno mostrato per le attività proposte, l'evoluzione del rendimento e l'iniziativa personale hanno contribuito ad una completa sintesi valutativa.

La griglia di valutazione adottata è quella concordata a livello di dipartimento di materia (vedi PTOF).

Busto Arsizio, 15 maggio 2024

L'insegnante

Elisabetta Vassallo

I rappresentanti degli studenti