***Programma di Educazione Fisica***

***Per la classe 5°B Meccanica***

***Anno scolastico 2024/2025***

**Contenuti pratici**

1. Esercizi elementari degli arti e del busto, semplici e combinati a corpo libero.
2. Esercizi di irrobustimento generale con utilizzo di piccoli e grandi attrezzi ;
3. Giochi sportivi: calcetto, pallavolo, pallacanestro, pallamano, badminton, tennis-tavolo;
4. Test di valutazione delle capacità condizionali.

**Contenuti teorici**

1. Regole dei giochi sportivi di squadra;
2. Lo sport come mezzo di inclusione sociale: nascita delle Paralimpiadi;

c) Sport adattati: sitting volley;

d) Le Olimpiadi del 1968 : proteste per i diritti civili;

e) Analisi di una disciplina sportiva: storia, fondamentali, tattica, benefici;

f) Nozioni di pronto soccorso nei traumi da sport di palestra;

**Parma 15/05/2025**

Gli studenti L’insegnante

Mirco Giordani

**ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE “L. DA VINCI” – PARMA**

Via Toscana, 10 Parma – tel.0521.271031 fax. 0521.270475

*Anno scolastico 2013/2014*

*Classe 5°B Indirizzo MECC.*

Relazione Del Docente

Insegnante : Mirco Giordani

Materia : Educazione Fisica

1. **PROGRAMMA SVOLTO (Allegato)**

**Presentazione della classe**

La classe ha sempre tenuto un comportamento corretto. L’impegno e la partecipazione, con qualche eccezione, sono sempre stati costanti. Il profitto raggiunto globalmente è buono.

**1. OBIETTIVI SPECIFICI DELLA DISCIPLINA**

* OBIETTIVI DISCIPLINARI

| **OBIETTIVO** | **RAGGIUNTO DA** | | |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Quasi tutti | La maggioranza | Alcuni |
| Tollerare un carico di lavoro per un tempo prolungato. | X |  |  |
| Compiere azioni semplici e complesse avendo controllo segmentario. | X |  |  |
| Compiere gesti complessi adeguati a diverse situazioni spazio-temporali. |  | X |  |
| Conoscenza e pratica di almeno due sport di squadra. | X |  |  |
| Conoscenza e pratica delle macchine isocinetiche della palestra di fitness. | X |  |  |

**ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE “L. DA VINCI” – PARMA**

Via Toscana, 10 Parma – tel.0521.271031 fax. 0521.270475

1. **MACROARGOMENTI (MODULI)**

| **CONTENUTI** | **Tempi di realizzazione** | **Eventuali correlazioni pluridisciplinari**  **(indicare le materie)** |
| --- | --- | --- |
| .Attività ed esercizi di forza e di resistenza. | 2 mesi |  |
| Attività ed esercizi con piccoli e grandi attrezzi. | 1 mese |  |
| Attività ed esercizi in situazioni dinamiche complesse e in volo. | 1 mese |  |
| Attività sportive di squadra. | 5 mesi |  |
|  |  |  |

Per la scansione analitica dei contenuti si rinvia al programma presentato.

**3.METODI** (indicare la frequenza di utilizzazione con scala da 1 a 5)

1. mai 2. qualche volta 3. abbastanza 4. spesso 5. quasi sempre

Lezione frontale: 5

Lavoro di gruppo: 2

Lezione svolta dagli studenti: 2

**ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE “L. DA VINCI” – PARMA**

Via Toscana, 10 Parma – tel.0521.271031 fax. 0521.270475

**4. TIPOLOGIA DELLE PROVE DI VERIFICA ATTUALE** (indicare il numero di prove effettuate durante l’anno scolastico per ogni tipologia utilizzata)

| **Tipologia** | **n. prove** |
| --- | --- |
| Test di valutazione delle capacità condizionali | 10 |

**5. PARAMETRI DI VALUTAZIONE DISCIPLINARI**

Per la valutazione delle singole prove si rimanda alla tabella delle corrispondenze presentata nel documento del Consiglio di classe.

Per quanto riguarda la valutazione finale, ogni tipologia di prova concorre come specificato nella seguente tabella

| **Tipologia** | **%** |
| --- | --- |
| Scritto |  |
| Orale | 5% |
| Pratico | 95% |
| Grafico |  |
|  | 100% |

**ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE STATALE “L. DA VINCI” – PARMA**

Via Toscana, 10 Parma – tel.0521.271031 fax. 0521.270475

**6.AZIONI DI RECUPERO EFFETTUATE DURANTE L’ANNO SCOLASTICO**

| Modalità di recupero |  |
| --- | --- |
| Corso di recupero (specificare il numero delle ore) |  |
| Sportello (specificare il numero delle ore) |  |
| Recupero in itinere o curriculare | X |
| Nessun recupero |  |

**7. EVENTUALI LAVORI DI APPROFONDIMENTO.**

| ALUNNI | ARGOMENTO |
| --- | --- |
|  |  |

**8. LIBRO DI TESTO**

**9. SUSSIDI DIDATTICI**



Data

02/05/2014

L’insegnante

Mirco Giordani