



LICEO SCIENTIFICO STATALE "Alessandro Volta"

Via Juvarra n. 14 10122 TORINO - Tel. 011.54.41.26

E-mail: tops020006@pec.istruzione.it - tops020006@istruzione.it

Sito web: liceovolta.eu - C.F. 80091160012 - C. M. TOPS020006



**RELAZIONE FINALE
E INDICAZIONI PER IL LAVORO ESTIVO**

a. s. 2025 – 2026

CLASSE 2 CS

Docente: Balzano Luigia

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

1. SITUAZIONE FINALE DELLA CLASSE:

Il percorso didattico della classe ha registrato un progresso graduale ma significativo. Dopo una fase iniziale di adattamento, gli studenti hanno maturato una maggiore consapevolezza delle proprie potenzialità fisiche, migliorando l'esecuzione dei gesti tecnici e la resistenza organica. Dal punto di vista disciplinare, sebbene permangano isolate vivacità, il clima relazionale è risultato costruttivo, permettendo lo svolgimento regolare delle attività programmate.

2. ORE DI LEZIONE EFFETTUATE:

n.°20 su n°66 previste

3. VALUTAZIONE SULLO SVOLGIMENTO DELLA PROGRAMMAZIONE:

a. È stata svolta: ☒ completamente ☐ parzialmente

b. Gli eventuali aggiustamenti sono stati motivati da:

- ☐ mancanza di tempo
- ☐ attività interdisciplinari
- ☐ scelte culturali particolari
- ☐ altro

Eventuali osservazioni: Nessuna.

4. PROGRAMMA SVOLTO

Sviluppo delle capacità fisiologiche e motorie:

Capacità Condizionali (Resistenza, Forza; Velocità e Mobilità Articolare);

Capacità Coordinative (Coordinazione Oculo-manuale e Oculo-podale, Equilibrio e Orientamento

Spazio-Temporale, Ritmo e Adattamento);

Fondamentali individuali e regolamenti di giochi sportivi:

Hitball

Ping Pong

Pallavolo

Basket

5. ATTIVITA' INTERDISCIPLINARI SVOLTE

Nessuna.

6. OSSERVAZIONI SUL NUMERO, TIPOLOGIA E FREQUENZA DELLE VERIFICHE

Numero verifiche

Trimestre: 2 Pentamestre: 3 Totali: 5

Tipologia delle verifiche:

Test Motori sulle Capacità Condizionali e Coordinative e sui fondamentali della Pallavolo e del Basket,

Interrogazioni Orali su argomenti teorici

Frequenza delle verifiche:

2 Valutazioni nel Trimestre e 3 nel Pentamestre.

7. ATTIVITA' DI RECUPERO EFFETTUATE NEL CORSO DELL'ANNO SCOLASTICO

(AGGIUNTIVE ALLA SETTIMANA PREVISTA DALL'ISTITUTO NEL MESE DI GENNAIO)

TIPOLOGIE	Scelta	Eventuali note
recupero <i>in itinere</i> in ore curricolari	X	
assegnazione compiti individualizzati		

potenziamento 15 ore	
Altro	

8. INDICAZIONI PER IL LAVORO ESTIVO

INDICAZIONI PER IL LAVORO ESTIVO ALLIEVI AMMESSI ALLA CLASSE SUCCESSIVA

Considerato il miglioramento della partecipazione registrato durante l'anno, si consiglia agli studenti di mantenere l'efficienza fisica attraverso la continuità.

- Obiettivo: Praticare almeno 150 minuti di attività moderata a settimana (linee guida OMS).
- Consiglio: Alternare attività aerobica (corsa, nuoto, ciclismo, camminata veloce) a sessioni di stretching e mobilità articolare per mantenere la flessibilità acquisita.
- Sfida opzionale: Sperimentare una disciplina sportiva mai praticata prima (es. trekking, padel, arrampicata) per ampliare il proprio bagaglio motorio.

INDICAZIONI PER IL LAVORO ESTIVO ALLIEVI CON GIUDIZIO SOSPESO e/o eventuale VOTO DI CONSIGLIO

Si richiede la compilazione di un Diario di Allenamento che documenti lo svolgimento di:

- Circuit Training: Almeno 3 sessioni settimanali di esercizi a carico naturale (minimo 30 minuti) per il miglioramento del tono muscolare e della coordinazione.
- Attività Aerobica: Almeno 30 minuti di corsa o camminata veloce per il mantenimento della capacità di resistenza.

Torino, 08/06/2026

Il Docente
Balzano Luigia