



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 1B

Docente: Carla Maria Burlo

Disciplina: Scienze Motorie e Sportive

1. SITUAZIONE FINALE DELLA CLASSE:

La classe ha dimostrato fin dall'inizio buona educazione e rispetto reciproco. Il clima relazionale è positivo e ha permesso di creare un ambiente di apprendimento sereno e collaborativo.

La componente maschile pur caratterizzata da una vivacità maggiore, ha comunque dimostrato di essere in grado di controllarsi e di rispettare le regole.

Gli studenti si sono mostrati entusiasti e partecipi, mantenendo un comportamento corretto e rispettoso nei confronti della docente e dei compagni.

Gli alunni hanno risposto con curiosità e entusiasmo a tutte le proposte didattiche presentate durante l'anno e non si sono riscontrate resistenze o difficoltà nella gestione delle attività, al contrario, la classe ha mostrato capacità di adattamento e capacità di mettersi in gioco, cooperando positivamente nei giochi di squadra.

Il percorso formativo ha permesso di raggiungere gli obiettivi prefissati in sede di programmazione, nello specifico si sono rafforzate le competenze relazionali, cooperative e disciplinari.

A conclusione di questo anno scolastico posso ritenermi soddisfatta per il cammino svolto con la classe

2. ORE DI LEZIONE EFFETTUATE:

n.°53 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:

4. PROGRAMMA SVOLTO

SVILUPPO DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE

Potenziamento delle Capacità Condizionali:

- Resistenza (Endurance e Fartlek): corsa indoor e outdoor con incremento graduale del tempo di corsa.

Test dei 6 Minuti

- Velocità, rapidità: esercizi specifici per lo sviluppo della velocità degli spostamenti e dei cambi di direzione.

- Forza: esercizi per incrementare la forza generale attraverso esercizi svolti singolarmente, a coppie, a circuito e a carico naturale.

Test lancio della palla medica

- Flessibilità: esercizi di stretching a corpo libero svolti singolarmente e a coppie per l'incremento della mobilità dell'articolazione coxo-femorale, scapolo-omerale e del rachide con esercizi presi dallo yoga e dal pilates.

Sviluppo delle capacità Coordinative necessarie per potenziare le basi per apprendere e controllare e organizzare i movimenti.

Im questo anno scolastico mi sono concentrata su:

- Miglioramento dell'equilibrio statico: esercizi svolti su appoggio monopodalico e su superfici di ampiezze diverse.

- Adattamento e trasformazione del movimento: camminata, salti e lanci e loro variazioni, marcia lenta e veloce su avampiedi e sui talloni, corsa lenta e veloce a ginocchia alte, calciata dietro, corsa saltellata con

movimenti delle braccia, salti e lanci ad altezze e distanze variate sviluppo della lateralità, percorsi misti, spostamenti in modi e tempi diversi da quelli abituali, esercitazioni con i palloni.

- Miglioramento della capacità di reazione: esercizi specifici.

Esercizi di rilassamento con FOCUS sulla respirazione diaframmatica.

GIOCHI:

- Giochi presportivi: quattro basi, tutti contro tutti, salto della funicella a gruppi

- Giochi Sportivi:

Pallavolo: tecnica del palleggio, palleggio rovesciato, bagher e battuta di sicurezza.

Test Battuta di Sicurezza

Prime partite con regole facilitate

-Pallacanestro: tecnica dello spostamento con palleggio, palleggio con cambio di direzione tiri a canestro da differenti distanze e posizioni.

Test Tiro Libero

Partite tre contro tre con regole facilitate (Minibasket)

-Calcio. Passaggi, tiri piazzati Partite

-Tennis tavolo

TEORIA: linguaggio specifico Paralimpiadi

6. OSSERVAZIONI SUL NUMERO, TIPOLOGIA E FREQUENZA DELLE VERIFICHE

Numero verifiche

Trimestre: 4 - Pentamestre:5 - Totali:9

Tipologia delle verifiche:

Test Motori, osservazioni sistematiche da parte della docente, capacità collaborative, verifica scritta e approfondimenti

Frequenza delle verifiche: mensili

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		

Torino,8 giugno 2026

Il Docente Carla Maria Burlo