



**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**

**a. s. 2025 – 2026**

**CLASSE 2D**

**Docente: Di Fabrizio Angela**

**Disciplina: Scienze Motorie e Sportive**

## **1. SITUAZIONE FINALE DELLA CLASSE:**

La classe, composta da 22 alunni, di cui 12 maschi e 10 femmine, ha dimostrato un buon livello di interesse per le attività affrontate.

La frequenza alle attività è stata più che buona (ad eccezione per uno studente) e il giudizio complessivo, formulato sulla base dei test effettuati e della partecipazione, è da considerarsi soddisfacente. Buono è stato il comportamento tenuto durante le lezioni, nonostante si sia manifestata qualche incomprensione tra alcuni alunni. Le competenze prefissate all'inizio dell'anno sono state acquisite.

## **2. ORE DI LEZIONE EFFETTUATE:**

n.°53 su n°66 previste

## **3. VALUTAZIONE SULLO SVOLGIMENTO DELLA PROGRAMMAZIONE:**

È stata svolta completamente

## **4. PROGRAMMA SVOLTO**

Esercizi per il miglioramento delle capacità condizionali:

- forza: esercizi di potenziamento da terra
- resistenza: corsa
- velocità: scatti di velocità con cambi di direzione
- mobilità articolare: esercizi di allungamento

Test per la valutazione delle capacità motorie:

- coordinazione: funicella e circuito di destrezza
- forza arti inferiori: Sargent test
- capacità aerobica, velocità: test navetta

Test di abilità tecnica e fondamentali sportivi:

- pallavolo: battuta dal basso

Andature dell'atletica leggera.

Giochi di movimento presportivi:

- Schiaccia 5
- Palla prigioniera

Giochi di squadra:

- Pallavolo: fondamentali individuali: palleggio, bagher, battuta dal basso e arbitraggio
- Basket a 3
- Calcio a 5
- Tennis da tavolo

Teoria :

- Sistema scheletrico
- Sistema muscolare
- Allenamento e defaticamento

## 5. ATTIVITA' INTERDISCIPLINARI SVOLTE:

Giornata Blu al Grande Lago di Avigliana

## 6. OSSERVAZIONI SUL NUMERO, TIPOLOGIA E FREQUENZA DELLE VERIFICHE

Numero verifiche

Trimestre: 2 Pentamestre: 3. Totali: 5

Tipologia delle verifiche:

Test motori e valutazioni orali per alunni con esonero.

Frequenza delle verifiche:

Mensile

TIPOLOGIE	Scelta	Eventuali note
recupero <i>in itinere</i> in ore curricolari	x	

Torino, 06/06/26

Il Docente  
Angela Di Fabrizio