

ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE
 “ G. CIGNA – G. BARUFFI – F. GARELLI”

Mondovì

PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE

Anno Scolastico 2025–2026

INDIRIZZO	MANUTENZIONE ED ASSISTENZA TECNICA
CLASSE	5B MAT
MATERIA	Scienze Motorie e Sportive
DOCENTE	Vento Claudia

COMPETENZA	ARGOMENTI	VALUTAZIONI
Saper riconoscere dimostrare e proporre esercizi che coinvolgano le capacità motorie	Capacità condizionali: Forza Destrezza Resistenza Velocità	Percorsi a tempo Salto della funicella Lancio della palla medica Salto in lungo da fermo 30m Velocità
Giochi sportivi con la palla Comprendere e mettere in atto gli aspetti cognitivi, partecipativi, relazionali, sociali, tecnici, tattici, del fair play e del rispetto delle regole.	La pallavolo: - regolamento tecnico, - tecnica e didattica della battuta di sicurezza - tecnica del bagher e del palleggio Calcio gioco di squadra 5 contro 5 arbitraggio	Valutazione pratica sui fondamentali. Valutazione teorica sul regolamento.

Modulo Atletica	- andature preatletiche di base - corsa skip - corsa calciata - corsa balzata - passo-stacco - corsa laterale incrociata avanti e indietro	
-----------------	---	--

BADMINTON	Fondamentali del gioco in singolo Fondamentali del gioco in doppio	
-----------	---	--

Il docente ha tenuto in considerazione:

- A) Miglioramento delle conoscenze, competenze e capacità rispetto a quelle di partenza.
- B) Impegno e motivazione alla materia
- C) Rendimento oggettivo in termine di conoscenza e abilità accertate
- D) autocontrollo, rispetto delle regole e dell'ambiente.

DATA _____

FIRMA DEI RAPPRESENTATI DI CLASSE _____

FIRMA DEL DOCENTE _____