

ISTITUTO ISTRUZIONE SUPERIORE
“ G. CIGNA – G. BARUFFI- F. GARELLI “
Mondovì
PROGRAMMAZIONE INDIVIDUALE
Anno Scolastico 2025–2026

INDIRIZZO	MANUTENZIONE ED ASSISTENZA TECNICA
CLASSE	4A 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 Illinois Agility Test Salto della funicella Lancio della palla medica Salto in lungo da fermo
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	
-----------------	---	--

PRIMO SOCCORSO	Riconoscere le emergenze, saper valutare i parametri vitali di base, attivazione dei soccorsi, supporto delle funzioni vitali(BLS) sapendo eseguire manovre di rianimazione cardiopolmonari, gestione delle ostruzioni delle vie aeree superiori , soft skills.	Esercitazione pratica con volontario della CRI Test teorico scritto.
BADMINTON	Fondamentali del gioco in singolo Fondamentali del gioco in doppio	
PING PONG Controllo della pallina con la racchetta, tecnica dei colpi, strategia di gioco e gestione mentale	Controllo e sensibilità, tecnica dei colpi, padroneggiare i fondamentali. Arbitraggio.	

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 _____