



**Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze**

PROGRAMMA SVOLTO

A.S 2025/2026

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE SPORTIVE

DOCENTE: DANIELE CACCIATORE

INDIRIZZO: Musicale

CLASSE 5

SEZ: B

Impegno didattico

- Ore settimanali: 2
- Ore didattiche effettivamente svolte 37 (al 15/05/2026) + 5 (ed. civica)

Unità didattiche svolte:

Scienze Motorie Sportive

17/10/25: I plank, cosa sono ed a cosa servono: spiegazione ed esecuzione. Il pallone come attrezzo per la coordinazione e la tonificazione: esempi e pratica mutuata dal basket.





Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze

24/10/2025: Fondamentali di pallavolo. Minipartite di pallavolo con regole adattate.

31/10/2025: Pallavolo con regole adattate. Ping-pong e calcio-balilla.

07/11/2025: Attività sportive a rotazione (basket, pallavolo, calcetto) prima da soli poi con altra classe.

14/11/2025: Esercitazioni oculo-manuali nello spazio e nel tempo con pallone da basket a terzetti. Ping-pong e calcio-balilla.

21/11/2025: Valutazioni pallavolo.

28/11/2025: Progressione basket dal 3c0 tutto campo al 3c3 in continuità att+dif passando dalla riduzione dei passaggi, il 2c1 tutto campo, 3c3c3 e 4c4c4.

05/12/2025: Progressione basket su palleggio e passaggio e valutazione su gioco 6c6 con regole adattate.

12/12/2025: Basket: il 3° tempo. Spiegazione ed esecuzione con progressione didattica fino all'inserimento del difensore in corsa. Ping-pong e calcio balilla.

19/12/2025: Verifiche pratiche. Ping-pong e calcio-balilla in sala.

09/01/2026: Calcio-balilla e ping-pong in saletta. Basket: il riscaldamento prepartita. Spiegazione ed esecuzione pratica. Valutazioni pratiche.

16/01/2026: Pallavolo, calcetto e ping-pong e calcio-balilla a rotazione con altra classe.





Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze

23/01/2026: Minipartite a basket. Minipartite a pallavolo.

30/01/2026: Preparazione al torneo di pallavolo. Esercitazione-partita con regole adattate.

06/02/2026: Preparazione torneo di pallavolo: 3 set a 25 punti con regole adattate su battuta e tocchi in attacco. Introduzione al muro in difesa. Tennis-tavolo e calcio-balilla in saletta.

06/03/2026: Lezione svolta dal supplente. Attività non segnata sul registro.

27/03/2026: Torneo scolastico di pallavolo.

10/04/2026: Badminton: caratteristiche principali del gioco e degli attrezzi. Il palleggio individuale ed a coppie. Badminton: palleggio a squadre con la rete. Poi a gara. Gico 1c1 e 2c2 ingrandendo il campo. Poi 6c6 con regole adattate.

17/04/2026: Verifiche Badminton.

15/05/2026: Il Frisbee: caratteristiche dell'attrezzo ed i tipi di lanci. Esercitazioni a coppie e gare a squadre.

Educazione Civica

06/03/2026: "Carte Resistenti" con prof.ssa M.Rook (compresenza Zordanazzo).

17/04/2026: La donazione del sangue col prof. M. Ballerini.





Istituto di Istruzione Superiore
Alberti - Dante
Firenze

24/04/2026: Visita all'Istituto Storico della Resistenza (compresenza Zordanazzo).

Il seguente programma è stato visionato ed accettato dagli studenti.

Firenze, 15/05/2026

Docente

Daniele Cacciatore

