



PIANO di LAVORO del Docente
per le classi degli indirizzi Professionali Nuovo Ordinamento
(D.Lvo 61/2017)

Classe 3^{Ae} Indirizzo
Enogastronomico
Scienze motorie e sportive
Docente Zerbin Fabio
a. s. 2023/2024

Codice Unità Didattiche

Ore

1° Quadrimestre

A	Unità di apprendimento “Benessere, salute, sicurezza, prevenzione”	8
1-T-Pro	Il concetto di salute dinamica e principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di salute Educazione posturale in specifiche attività fisiche Prevenire gli infortuni Nozioni base di primo soccorso	
2-T-Pro		
3-T-Pro		
4-T-Pro		
B	Unità di apprendimento “Percezione di sé capacità motorie”	
B1	Sviluppo capacità coordinative	10
1-T-Pro	Migliorare le capacità coordinative di base affinandole tramite l'utilizzo di piccoli e grandi attrezzi per utilizzare atteggiamenti non usuali del corpo nello spazio e nel tempo Saltare la corda nel modo corretto a ritmi variati	
2-T-Pro		
B2	Sviluppo capacità condizionali	10
3-T-Pro	I principi dell'allenamento Sviluppo delle capacità condizionali utilizzando percorsi polivalenti, circuiti, staffette e Test Preatletica: serie di andature propedeutiche alle diverse specialità	
4-T-Pro		

2° Quadrimestre

C	Unità di apprendimento “Lo sport, le regole e il fair play”	
C1	Pallacanestro	10
1-T-Pro	Le principali regole del Basket Tecnica del palleggio, passaggio, entrata in terzo tempo, tiro piazzato Tecnica di gioco: fondamentali e fasi	
2-T-Pro		
3-T-Pro		
C2	Pallavolo	8
1-T-Pro	Pallavolo: regole generali e principali infrazioni Tecnica del palleggio Tecnica del bagher per una precisa ricezione	
2-T-Pro		
3-T-Pro		
C3	Pallamano	6
1-T-Pro	Handball: regole e ruoli Gesti tecnici: passaggio, ricezione, tiro	
2-T-Pro		
C4	Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta	6
1-T-Pro	Scelta dell'attività Scansione operativa dell'attività Tecniche di conduzione e realizzazione	
3-T-Pro		
4-T-Pro		

Verifiche previste nell'anno

<i>n°</i>	<i>Scritte – per una stima di ore</i>	<i>//</i>
<i>n°</i>	<i>Orali – per una stima di ore</i>	<i>2</i>
<i>n°</i>	<i>Altra tipologia – per una stima di ore</i>	<i>6</i>

**Unità di
Apprendimento
multidisciplinari
(Educazione civica,
altre UdA
multidisciplinari...)**

	//
	//
	//

Totale ore di lezione del corso 66 |

Cremona, 28 Ottobre 2023

Il Docente Zerbin Fabio

*Nota: Il piano annuale per classe - disciplina è un preventivo che evidenzia le **Unità di Apprendimento con le rispettive Unità didattiche** che si intendono sviluppare e il **tempo impiegato**, il **numero di verifiche** che si intendono effettuare e la stima **totale delle ore del corso** che corrisponde al **monte ore curricolare della disciplina**. Le Unità di Apprendimento, il codice e il titolo delle Unità didattiche fanno riferimento alla progettazione per disciplina (Piano standard di disciplina) depositata presso l'Istituto dal Coordinatore di disciplina. Questa scheda va caricata on line sul sito dell'Istituto e va presentata alla classe come parte integrante del Contratto formativo.*