



PIANO di LAVORO del Docente
per le classi degli indirizzi Tecnici e Professionali Vecchio Ordinamento (DPR 87/2010)

Classe 3Btg Indirizzo Grafico
Disciplina Scienze Motorie e sportive
Docente Alessandra Marcotti
a. s. 2021/2022

Codice Unità Didattiche

Ore

1° e 2° Quadrimestre

	BENESSERE, SALUTE, SICUREZZA, PREVENZIONE	
Titolo Codice A	Assunzione di norme comportamentali	6
A 1S-TEC A-2-S--TEC A-5-S- -TEC	Il concetto di salute dinamica e principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di salute Educazione posturale in specifiche attività fisiche e lavorative Nozioni base di primo soccorso Approfondimenti teorici nuovo protocollo Covid 19	
	PERCEZIONE DI SÉ, CAPACITÀ MOTORIE	
Titolo Codice B1	Potenziamento delle capacità coordinative	10
B1-1S— TEC B1-3-S-TEC	Miglioramento delle capacità coordinative di base e loro affinamento tramite: utilizzo di piccoli e grandi attrezzi per utilizzare atteggiamenti non usuali del corpo e dello spazio Funicella: andature tecniche di base associate a ritmi variati e ad elementi di creatività motoria	
Titolo Codice B2	Potenziamento delle capacità condizionali	10
B2-5-S-TEC B2-8-S-TEC	Sviluppo delle capacità condizionali con: percorsi polivalenti, circuiti, staffette Preatletica: serie di andature propedeutiche alle specialità dell'atletica	
	IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY	
Titolo Codice C1	Pallacanestro	12
C1-2-S-TEC C1-3S-TEC C1-4 S-TEC	Gioco con regole codificate Tecnica del palleggio, passaggio, entrata in terzo tempo, tiro piazzato 3-Tecnica di gioco: dai e vai , dai e segui.	
Titolo Codice C2	Pallavolo	10
C2-2-S-- TEC C2-3S--TEC C2-4-S-TEC C2-5-S-TEC	Pallavolo: gioco con regole codificate: falli di linea e posizione, attacco dalla seconda linea Tecnica del palleggio con alzata corta, lunga Tecnica del bagher per una precisa ricezione Tecnica: il muro a uno.	
Titolo Codice C3	Pallamano	4
C3-1-S-TEC C3-2-S-TEC	1-Gioco con regole codificate.. 2-Tecnica del palleggio : la presa, la ricezione	
Titolo Codice C8	Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta	6
C8-1-S-TEC	Scelta dell'attività	



C8-2-S-TEC C8-3-S - TEC C8-4-S-TEC	Individuazione dei temi portanti Scansione operativa dell'attività Tecniche di conduzione e realizzazione	
	Alunni esonerati: ricerche scritte e/o tesine. Arbitraggio e collaborazione nella conduzione della lezione	

Verifiche previste nell'anno

n°	Scritte – per una stima di ore	2
n°	Orali – per una stima di ore	2
n°	Altra tipologia – per una stima di ore	4

Unità di Apprendimento Multidisciplinari

	//	
	//	

Totale ore di lezione del corso 66

Cremona, Ottobre 2021

Il Docente Alessandra Marcotti

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.