



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

Classe 4AS Indirizzo SOCIO SANITARIO
Disciplina SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE
Docente Cremonesi Paola
a. s.2021/2022

Codice Unità Didattiche

Ore

1° e 2° Quadrimestre

	Unità di apprendimento E: Benessere, salute, sicurezza: assunzione di responsabilità	
E1-T-PRO-SOC E2-T-PRO-SOC E3-T-PRO-SOC E4-T-PRO-SOC E6-T-PRO-SOC E7-T-PRO-SOC E8-T-PRO-SOC	Salute dinamica Educazione posturale. Nozioni di sicurezza e di prevenzione degli infortuni Approfondimenti teorici nuova normativa protocollo Covid - 19 Tecniche di assistenza I principi di una corretta alimentazione Bisogni alimentari legati all'attività fisica Rapporto tra allenamento e prestazione.	8
	Unità di apprendimento F: Percezione di sé, capacità motorie	
F1.1-T-PRO-SOC F1.2-T-PRO-SOC F1.3-T-PRO-SOC F2.2-T-PRO-SOC F2.3-T-PRO-SOC F2.4-T-PRO-SOC F2.5-T-PRO-SOC F2.7-T-PRO-SOC F2.8-T-PRO-SOC F2.9-T-PRO-SOC F2.10-T-PRO-SOC	1.Potenziamento delle capacità coordinative: Piccoli e grandi attrezzi Pre acrobatica al suolo: ruota, verticale Funicella: andature tecniche di base e elementi di creatività motoria 2.Potenziamento delle capacità condizionali I principi dell'allenamento L'allenamento delle capacità condizionali La forza Percorsi polivalenti, circuiti, staffette . I Test Preatletica mobilità Stretching.	25
	Unità di apprendimento G "Il gioco, lo sport, le regole, il fair play"	
G1-T-PRO-SOC G2-T-PRO-SOC G3-T-PRO-SOC G4-T-PRO-SOC G5-T-PRO-SOC G6-T-PRO-SOC	Pallacanestro Pallavolo Pallamano Pallatamburello Atletica leggera Badminton	25



n°	Cod. Mec. CRIS00600T - Cod. Fiscale 80093440197 - Tel. 0372 458053/54 - Fax 0372 23238 Web: www.einaudi.cremona.edu.it - E-mail: info@einaudi.cremona.it - cris00600t@pec.istruzione.it	
n°	Scritte – per una stima di ore	
n°	Orali – per una stima di ore	
n°	Altra tipologia – per una stima di ore	8

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

		//
		//
		//

Totale ore di lezione del corso 66

Cremona 08 Ottobre 2021

Il Docente **Paola Cremonesi**

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.