



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

Classe 4[^] Beno Indirizzo
Enogastronomia e Ospitalità
alberghiera
Scienze motorie e sportive
Docente Zerbin Fabio
a. s. 2023/2024

Codice Unità Didattiche

Ore

1° e 2° Quadrimestre

D	Unità di apprendimento “Benessere, salute, sicurezza e prevenzione”	8
1-S-pro	La corretta alimentazione: i principi del mangiar sano	
2-S-pro	Alimentazione e sport: i bisogni energetici e nutrizionali degli sportivi	
E	Unità di apprendimento “Percezione di sé, capacità motorie”	14
E1	Capacità coordinative	
1-S-pro	Migliorare le capacità coordinative di base e affinarle attraverso l'impiego di piccoli e grandi attrezzi per l'utilizzo di atteggiamenti non usuali del corpo e dello spazio	
E2	Capacità condizionali	
1-S-pro	Potenziare le capacità condizionali Allenare la forza Allenamento a circuito a corpo libero Tests	
F	Unità di apprendimento “Il gioco, lo sport, le regole, il fair play”	
F1	Pallacanestro	9
1-2-S-pro	Fondamentali difensivi: concetti di difesa a uomo e difesa a zona	
F2	Pallavolo	9
1-2-S-pro	Servizio: i tipi di battuta Tattica di gioco	
F3	Altri sport	9
1-2-S-pro	Tennis Badminton Atletica leggera	
F4	Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta	8
1-S-pro	Scelta dell'attività	
2-S-pro	Scansione operativa	
3-S-pro	dell'attività	
4-S-pro	Conduzione e realizzazione	



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.*