



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

Classe 4CE Indirizzo Enogastronomia

Disciplina Scienze Motorie

Docente: Gatti Daniela

a. s. 2021/22

Codice

Unità Didattica

Ore

1° 2° Quadrimestre

E-T-PRO	E: Benessere, salute, sicurezza: assunzione di responsabilità 1. Salute dinamica 2. Educazione posturale. 3. Nozioni di sicurezza e di prevenzione degli infortuni 4. Tecniche di assistenza 6. I principi di una corretta alimentazione 7. Bisogni alimentari legati all'attività fisica 8. Rapporto tra allenamento e prestazione.	8
F-T-PRO	F: Percezione di sé, capacità motorie 1. Potenziamento delle capacità coordinative: 1. Piccoli e grandi attrezzi 2. Pre acrobatica al suolo: ruota, verticale 3. Funicella: andature tecniche di base e elementi di creatività motoria 2. Potenziamento delle capacità condizionali 2. I principi dell'allenamento 3. L'allenamento delle capacità condizionali 4. La forza 5. percorsi polivalenti, circuiti, staffette .7. I Test 8. Preatletica: 9. mobilità 10. Stretching.	16
G-T-PRO	G: Il gioco, lo sport, le regole, il fair play 1. Pallacanestro. 2. Pallavolo. 3. Pallamano. 4. Pallatamburello. 5. Atletica leggera	18
H-T-PRO	H: Linguaggi del corpo, espressività.	16

Verifiche previste nell'anno

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, 31 OTTOBRE 2021

Il Docente GATTI DANIELA

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.