



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

Classe 3^AAbar

Indirizzo Enogastronomico e Ospitalità alberghiera

Scienze motorie e sportive

Docente Battista Simone

a. s. 2025/2026

Codice Unità Didattiche

Ore

1° Quadrimestre

A	Unità di apprendimento “Benessere, salute, sicurezza, prevenzione”	8
1-T-Pro 2-T-Pro 3-T-Pro 4-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, il riscaldamento generale e specifico	
B	Unità di apprendimento “Percezione di sé capacità motorie”	
B1	Sviluppo capacità coordinative	12
1-T-Pro 2-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 Approfondimento teorico: principi di movimento, capacità coordinative e condizionali	
B2	Sviluppo e ampliamento capacità condizionali	10
3-T-Pro 4-T-Pro	I principi dell'allenamento, a corpo libero e con sovraccarichi Sviluppo delle capacità condizionali utilizzando percorsi polivalenti, circuiti, staffette e Test Preatletica: serie di andature propedeutiche alle diverse specialità	

2° Quadrimestre

C	Unità di apprendimento “Lo sport, le regole e il fair play”	
C1	Rugby	10
1-T-Pro 2-T-Pro 3-T-Pro	Le principali regole del Rugby Tecnica del passaggio, progressioni, avanzamento Tecnica di gioco: fondamentali e fasi	
C2	Pallavolo	10



1-T-Pro 2-T-Pro 3-T-pro	Pallavolo: regole generali e principali infrazioni Tecnica del palleggio Tecnica del bagher per una precisa ricezione	
C3	Pallamano	8
1-T-Pro 2-T-Pro	Handball: regole e ruoli Gesti tecnici: passaggio, ricezione, tiro	
C4	Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta	8
1-T-Pro 3-T-Pro 4-T-Pro	Scelta dell'attività Scansione operativa dell'attività Tecniche di conduzione e realizzazione	

Verifiche previste nell'anno

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

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

//	//
//	//
//	//

Totale ore di lezione del corso 66

Cremona, 23 Ottobre 2025

Il Docente Battista Simone

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.