



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

Classe 4^AAbar

Indirizzo Enogastronomia e Ospitalità alberghiera

Scienze motorie e sportive

Docente Battista Simone

a. s. 2025/2026

Codice Unità Didattiche

Ore

1° e 2° Quadrimestre

D	Unità di apprendimento “Benessere, salute, sicurezza e prevenzione”	8
1-T-Pro	Dal riscaldamento alla pratica sportiva, principi fondamentali ed applicazione	
2-T-Pro	Approfondimento teorico: il sistema muscolo scheletrico	
E	Unità di apprendimento “Percezione di sé, capacità motorie”	14
E1	Capacità coordinative	
1-T-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-T-Pro	Potenziare le capacità condizionali	
2-T-Pro	Allenare la forza	
3-T-Pro	Allenamento a circuito a corpo libero	
4-T-Pro	Test: autovalutazione ed auto somministrazione	
F	Unità di apprendimento “Il gioco, lo sport, le regole, il fair play”	
F1	Pallamano	8
1-T-Pro	Fondamentali difensivi: concetti di difesa a uomo e difesa a zona	
2-T-Pro	Fondamentali offensivi: zone di attacco	
F2	Pallavolo	12
1-T-Pro	Servizio: i tipi di battuta; fondamentali	
2-T-Pro	Tattica di gioco	
F3	Altri sport	12
1-T-Pro	Tennis: dai fondamentali alla partita	
2-T-Pro	Badminton: dai fondamentali alla partita	
3-T-Pro	Atletica leggera	
F4	Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta	12



1-T-Pro	Scelta dell'attività	
2-T-Pro	Scansione operativa dell'attività	
3-T-Pro	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.