



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

Classe 5^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

G	Unità di apprendimento "Salute, benessere, prevenzione"	6
1-T-Pro 2-T-Pro 3-T-Pro 4-T-Pro	Ginnastica posturale Educazione posturale in ambiente di lavoro Principi alimentari e sport, dall'alimentazione alla pratica sportiva. Espressività corporea, comunicazione la non verbale	
H	Unità di apprendimento "Percezione di sé e capacità motorie"	
H1	Sviluppo capacità coordinative	12
1-T-Pro 2-T-Pro 3-T-Pro 4-T-Pro	Allenamento consapevole delle capacità coordinative Stretching Saltare la corda nel modo corretto a ritmi variati Tecniche di allenamento muscolare	
H2	Sviluppo capacità condizionali	12
1-T-Pro 2-T-Pro 3-T-Pro 4-T-Pro	Allenamento consapevole per lo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali Allenamento a circuito a corpo libero Allenamento forza: effetti ed esercizi Approfondimenti teorici: principi alimentari nello sportivo	
I	Unità di apprendimento "Lo sport, le regole, il fair play"	
I1	Pallavolo	8
1-T-Pro 2-T-Pro	Gioco con regolamenti e norme ufficiali Auto arbitraggio	



I2	Pallamano	8
1-T-Pro	Gioco con regolamenti e norme ufficiali	
2-T-Pro	Auto arbitraggio	
I3	Calcio	8
1-T-Pro	Gioco con regolamenti e norme ufficiali	
2-T-Pro	Auto arbitraggio	
I4	Altri sport	12
1-2-T-Pro	Atletica leggera, Tennis, Badminton, Ultimate Frisbee, Tamburello, Pallamano	

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.