PIANO di LAVORO del Docente
Per le classi degli indirizzi TECNICI(D.P.R.88/2010)

Classe^1Atu Indirizzo:Tecnico Turistico
Disciplina : Scienze Motorie e Sportive
Docente: Battista Simone
a. s. 2024/2025

Codice	UnitàDidattica	Ore
	1° Quadrimestre	
A 1- P Tec Tur	*Conosco la scuola, compagni, insegnanti ed ambienti.*	*1*
A2 - P Tec Tur	*Principi generali,norme di comportamento e modalità di prevenzione degli infortuni e della sicurezza in ambiente in palestra*	*2*
A3PTecTur	*Principi igienici di base:abbigliamento,igiene personale,norme igieniche*	*2*
A4QTecTur	*IMC indice di massa corporea e suo monitoraggio*	*2*
A 7 P Tec Tur	*Educazione stradale: i diritti ed i doveri del pedone in ambito urbano*	*3*
B P TecTur	*Testsmotoricapacitàcoordinative(B1.3)econdizionali(B2.3):forza(B2.3), resistenza (B2.8).* *Preatletismo di base(B2.12), corpo libero(B1.7), allungamento muscolare(B2.7),mobilizzazione(B2.7),spalliera(B1.16).Marathontraining (B2.8). test di Cooper(B.11). Presa delle pulsazioni a riposo dopo lo sforzo(B210)* *Approfondimenti teorici collegati alle capacità condizionali e coordinative:* - *Organizzazione del corpo umano* - *Il sistema muscolare* - *Calcolo intensità dello sforzo nell'allenamento continuativo*	*10*
C 5 da 1 a 5 P TecTur	*Attività presportive*	*4*
C1 da 1 a 10PTecTur	*Pallacanestro*	*10*
ABCTecTur	*Ricerche scritte assegnate dall'insegnante su sport vari(anche alunni esonerati)*	
	2° Quadrimestre	

BPTecTur	*Testsmotoricapacitàcoordinative(B1.3)econdizionali(B2.3):forza(B2.3), resistenza (B2.8).* *Preatletismo di base(B2.12), corpo libero(B1.7), allungamento muscolare(B2.7),mobilizzazione(B2.7),spalliera(B1.16).Marathontraining B2.8.testdiCooperB.11. Presa delle pulsazioni a riposo dopo lo sforzo(B210).Funicella: B2.13* *- Approfondimenti teorici collegati alle capacità condizionali e coordinative:* *- Calcolo IMC* *- Lo stretching* *- Il sistema scheletrico*	*8*
C2 da 1 a 9	*Pallavolo*	*12*
PTecTur		
C 6P Tec Tur	*Atletica. (C6.3)*	*7*
A B C	*Ricerche scritte assegnate dall'insegnante su sport vari(anche alunni esonerati)*	

Verifiche previste nell'anno

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

UnitàdiApprendimentomultidisciplinari(Educazionecivica,altreUdAmultidisciplinari…)

Totale ore di lezione del corso 66

Cremona, Ottobre2024 *Il Docente Battista Simone*

***Nota**: Il piano annuale per classe - disciplina è un preventivo che evidenzia le **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**. Il codice e il titolo delle Unità didattiche fanno riferimento alla progettazione per disciplina (Piano standard di disciplina) depositata pressol'Istituto dal Coordinatore di disciplina. Questa scheda va caricata on line sul sito dell'Istituto e va presentata alla classe come parte integrantedel Contratto formativo.*