



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

**Classe 3BS Indirizzo SOCIO SANITARIO**  
**Disciplina SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**  
**Docente Margariti Matteo**  
**a.s. 2022/2023**

Codice Unità Didattiche Ore *1° e 2° Quadrimestre*

	<b>Unità di apprendimento A “SALUTE,BENESSERE,SICUREZZA E PREVENZIONE”</b>	
A1-T-PRO-SOC A2-T-PRO-SOC A3-T-PRO-SOC A4-T-PRO-SOC	Il concetto di salute dinamica e principi fondamentali per il mantenimento di un buono stato di salute Educazione posturale in specifiche attività fisiche e lavorative Nozioni di sicurezza e di prevenzione dagli infortuni Approfondimenti teorici nuova normativa protocollo Covid – 19 Nozioni base di Primo Soccorso	10
	<b>Unità di apprendimento B “PERCEZIONE DI SE’, CAPACITA’ MOTORIE”</b>	
B1.1-T-PRO-SOC B1.2-T-PRO-S OC B1.3-T-PRO-S OC B2.2-T-PRO-SO C B2.3-T-PRO-SO C B2.4-T-PRO-SO C B2.5-T-PRO-SO C B2.7-T-PRO-SO C B2.8-T-PRO-SO C	<b>1.Potenziamento delle capacità coordinative</b> Come migliorare le capacità coordinative di base e affinarle tramite: piccoli e grandi attrezzi per utilizzare atteggiamenti non usuali del corpo nello spazio e nel tempo Pre-acrobatica al suolo : le principali difficoltà tecniche di base, atteggiamenti non usuali del corpo nello spazio, ruota, verticale Funicella : andature tecniche di base associate a ritmi variati e ad elementi di creatività motoria  <b>2. Potenziamento delle capacità condizionali</b> I principi dell’allenamento L’allenamento delle capacità condizionali La forza Percorsi polivalenti, circuiti, staffette. I Test Preatletica: Mobilità Stretching.	24

B2.9-T-PRO-SO C B2.10-T-PRO-SO C		
	<b>Unità di apprendimento“ IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY”</b>	
C1-T-PRO-SOC C2-T-PRO-SOC C3-T-PRO-SOC C4-T-PRO-SOC C5-T-PRO-SOC C6-T-PRO-SOC C7-T-PRO-SOC C8-T-PRO-SOC	Pallacanestro. Pallavolo Pallamano. Pallatamburello. Tennis. Atletica leggera. Badminton Calcio.	24

MO.09.02-Rev.05-Classi Professionali Nuovo Ordinamento (D.Lvo 61/2017)



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA  
**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE STATALE**  
**LUIGI EINAUDI** - Via Leonida Bissolati, 96 - 26100 CREMONA  
 Cod. Mec. CRIS00600T - Cod.Fiscale 80003440197 - Tel. 0372 458053/54 - Fax 0372 23238  
 Web: www.einaudicremona.edu.it - e-mail: info@einaudicremona.it - cris00600t@pec.istruzione.it



***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 26 Ottobre 2022 Il Docente **Margariti Matteo**

***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.*