





B1-2 T	Pre acrobatica al suolo: atteggiamenti non usuali del corpo nello spazio, ruota, verticale	6
EC- PRO		
B1-3 TEC - PRO	Funicella: andature tecniche di base associate a ritmi variati e ad elementi di	6
<b>B2</b>	<b>Potenziamento delle capacità condizionali</b>	
B2-5 T – PRO	Sviluppo delle capacità condizionali con: percorsi polivalenti, circuiti, staffette	4
B2-8 T - PRO	Preatletica: serie di andature propedeutiche alle specialità dell'atletica	6

Codice **Unità di apprendimento C” Il gioco, lo sport, le regole , il fair play”**  
 U.D.

<b>C1</b>	<b>Pallacanestro</b>	
C1-2 T- PRO	Gioco con regole codificate	4
C1-3 T – PRO	Tecnica del palleggio, passaggio, entrata in terzo tempo, tiro piazzato	4
C1-4 T - PRO	Tecnica di gioco: dai e vai , dai e segui.	4
<b>C2</b>	<b>Pallavolo</b>	
C2-2 T- PRO	Pallavolo: gioco con regole codificate: falli di linea e posizione, attacco dalla seconda linea	6
C2-3 T – PRO	Tecnica del palleggio con alzata corta, lunga	4
C2-4 T – PRO	Tecnica del bagher per una precisa ricezione	4
5 T - PRO	Tecnica: il muro a uno.	4
<b>C3</b>	<b>Pallamano</b>	
C3-1 T - PRO	Gioco con regole codificate	4
C3-2 T - PRO	Tecnica del palleggio: la presa, la ricezione	2
<b>C7</b>	<b>Attività progetto-sport del territorio</b>	
C7-6 T - PRO	Parkour	6
<b>C8</b>	<b>Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta</b>	

**Codice Unità Didattiche (U.D.)**

**Unità di Apprendimento** (Intero di apprendimento centrato metodologicamente intorno a un compito o prodotto o problema, costituito da un insieme di unità didattiche che conducono all'acquisizione di competenze certificabili – **Lettera** alfabetica)

**Numero** (numero di ordine all'interno dell'Unità di Apprendimento)

**Segmento Formativo** (**B** biennio, **T** triennio)

**Indirizzo di studio** (Comune a tutti, **Professionale**: Servizi **Commerciali**, **Enogastronomia ed ospitalità alberghiera**, Servizi per la Sanità e l'Assistenza **Sociale**)

Esempio: **A2-B-Pro-Com** sta per unità 2 dell'Unità di apprendimento A del biennio del Professionale Servizi Commerciali



8-1 T – PRO	Scelta dell'attività Individuazione dei temi portanti	0.15
C8-2 T – PRO	Scansione operativa dell'attività	1
C8-3 T- PRO	Tecniche di conduzione e realizzazione	1
C8-4 T - PRO		2

Ore

Codice  
U.D.

**Unità di apprendimento D” Linguaggi del corpo, espressività ”**

<b>D2</b>	<b>Danziamo</b>	
D2-1 T - PRO	Danza popolare codificata	10
<b>D3</b>	<b>Clounerie</b>	
D3-2 T- PRO	Giocoleria	8
D3-3 T – PRO	Acrobatica: equilibri base, legamenti, capovolta avanti e indietro, verticale, ruota, capovolta a due, bruco	10
D3-4 T – PRO	Acrosport: piramidi umane a più persone	10
6 T - PRO	Gag: sberla, caduta, sollevamento-trasporto; tecniche per la costruzione	10
<b>D4</b>	<b>Laboriamo- Anim-Azione</b>	
D4-3 T - PRO	Tecniche di conduzione	8
D4-4 T - PRO	Assemblaggio e confezionamento finale	8
<b>D5</b>	<b>Laboriamo - Costruire attività per bambini 0 - 6 anni</b>	
D5-1 T- PRO	Gli schemi motori	2
D5-2 T- PRO	I principi e le fasi di apprendimento nell'età evolutiva	2
D5-3 T- PRO	I Campi di esperienza	1
D5-4 T- PRO	Come si costruiscono le attività	5
<b>D6</b>	<b>Laboriamo- Teatr-Azione sociale Narrazione</b>	
D6-7 T – PRO	Scrittura testi secondo finalità di scena	10
D6-8 T - PRO	Realizzazione quadri scenici e messa in scena	30

Classe: **QUARTA**

**Unità di apprendimento**

**Codice Unità Didattiche (U.D.)**

**Unità di Apprendimento** (Intero di apprendimento centrato metodologicamente intorno a un compito o prodotto o problema, costituito da un insieme di unità didattiche che conducono all'acquisizione di competenze certificabili – **Lettera** alfabetica)

**Numero** (numero di ordine all'interno dell'Unità di Apprendimento)

**Segmento Formativo** (**B** biennio, **T** triennio)

**Indirizzo di studio** (Comune a tutti, **Professionale**: Servizi **Commerciali**, **Enogastronomia ed ospitalità alberghiera**, Servizi per la Sanità e l'Assistenza **Sociale**)

Esempio: **A2-B-Pro-Com** sta per unità 2 dell'Unità di apprendimento A del biennio del Professionale Servizi Commerciali



U.D.

**Unità di apprendimento E” Benessere, salute sicurezza ,  
 prevenzione.”**

E-6 T- PRO	I principi generali di una corretta alimentazione	2
E-7 T - PRO	Bisogni alimentari legati all’attività fisica	2

**Unità di apprendimento F” Percezione di sé , capacità motorie”**

<b>F1</b>	<b>Potenziamento delle capacità coordinative</b>	
F1-1 T - PRO	Miglioramento delle capacità coordinative di base e loro affinamento tramite: utilizzo di piccoli e grandi attrezzi per utilizzare atteggiamenti non usuali del corpo e dello spazio	4
<b>F2</b>	<b>Potenziamento delle capacità condizionali</b>	
F2-6 T – PRO	Utilizzo del quadro svedese, della spalliera, del palco di salita, della trave per un lavoro specifico settoriale	4
F2-11 T - PRO	Step: esercizio codificato a ritmi diversificati	4

**Unità di apprendimento G” Il gioco, lo sport, le regole, il fair play”**

<b>G1</b>	<b>Pallacanestro</b>	
G1-5 T – PRO	Tecnica di difesa a uomo	4
G1-6 T - PRO	Tecnica di difesa a zona	4
<b>G2</b>	<b>Pallavolo</b>	
G2-6 T – PRO	Tecnica della battuta dall’alto	4
G2-7 T - PRO	Tattica di gioco: il palleggio	6
<b>G4</b>	<b>Pallatamburello</b>	
G4-1 T- PRO	Gioco con regole codificate	4
G4-3 T - PRO	Tecnica di palleggio	4
<b>G7</b>	<b>Attività di progetto-sport territorio</b>	
G7-4 T - PRO	Difesa personale	6
<b>G8</b>	<b>Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un’attività a scelta</b>	
G8-1 T – PRO	Scelta dell’attività	0,15
G8-2 T – PRO	Individuazione dei temi portanti	1

**Codice Unità Didattiche (U.D.)**

**Unità di Apprendimento** (Intero di apprendimento centrato metodologicamente intorno a un compito o prodotto o problema, costituito da un insieme di unità didattiche che conducono all’acquisizione di competenze certificabili – **Lettera** alfabetica)

**Numero** (numero di ordine all’interno dell’Unità di Apprendimento)

**Segmento Formativo** (**B** biennio, **T** triennio)

**Indirizzo di studio** (Comune a tutti, **Professionale**: Servizi **Commerciali**, **Enogastronomia ed ospitalità alberghiera**, Servizi per la Sanità e l’Assistenza **Sociale**)

Esempio: **A2-B-Pro-Com** sta per unità 2 dell’Unità di apprendimento A del biennio del Professionale Servizi Commerciali



G8-3 T- PRO	Scansione operativa dell'attività	1
G8-4 T - PRO	Tecniche di conduzione e realizzazione	2

Codice  
U.D.

**Unità di apprendimento H “Linguaggi del corpo, espressività”**

<b>H4</b>	<b>Laboriamo- Anim- Azione</b>	
H4-3 T – PRO	Tecniche di conduzione del gruppo	8
H4-4 T - PRO	Assemblaggio e confezionamento	8
<b>H6</b>	<b>Laboriamo – Teatr -Azione Sociale Drammaterapia</b>	
H6-5 T – PRO	Tecniche di conduzione	4
H6-4 T –	Tecniche di stimolazione	4
H6- 8 T - PRO	Realizzazione quadri scenici e messa in scena	30
<b>H7</b>	<b>Laboriamo – Teatr- azione Sociale Narrazione</b>	
H7-6 T – PRO	Scrittura di testi secondo finalità di scena	10
H7-4 T – PRO	Tecniche di conduzione	4
H7-7 T - PRO	Realizzazione di quadri scenici e messa in scena	30

Classe: **QUINTA**

Codice  
U.D.

**Unità di apprendimento**  
*Unità Didattiche*

Ore

**Unità di apprendimento I “Benessere, salute, sicurezza, prevenzione”**

I-1 T – PRO	Educazione posturale in ambiente di lavoro	2
I-2 T - PRO	Rischi infortunistici nel luogo di lavoro	2
I-4 T- PRO	I.M.C. ( Indice di massa corporea )	2

**Unità di apprendimento L” Percezione di sé, capacità motorie”**

<b>L1</b>	<b>Usò consapevole delle capacità coordinative</b>	
L1-3 T- PRO	Funicella: esercizio per lo sviluppo della creatività con produzione Individualizzata	6

**Codice Unità Didattiche (U.D.)**

**Unità di Apprendimento** (Intero di apprendimento centrato metodologicamente intorno a un compito o prodotto o problema, costituito da un insieme di unità didattiche che conducono all'acquisizione di competenze certificabili – **Lettera** alfabetica)

**Numero** (numero di ordine all'interno dell'Unità di Apprendimento)

**Segmento Formativo** (**B** biennio, **T** triennio)

**Indirizzo di studio** (Comune a tutti, **Professionale**: Servizi **Commerciali**, **Enogastronomia ed ospitalità alberghiera**, Servizi per la Sanità e l'Assistenza **Sociale**)

Esempio: **A2-B-Pro-Com** sta per unità 2 dell'Unità di apprendimento A del biennio del Professionale Servizi Commerciali



		6
L1-2 T-PRO	Preacrobatica al suolo: esercizio a corpo libero ( interpretazione ed esecuzione su traccia data )	
<b>L2</b>	<b>Uso consapevole delle capacità condizionali</b>	
L2-4 T – PRO	Stretching: utilizzo della tecnica di allungamento muscolare specifico relativo ai principali gruppi muscolari	6
L2-5 T - PRO	Tecniche di allungamento ( isometria, isotonia, Pilates )	6
L2-6 T-PRO	IRI = Indice di Ruffier	2

Codice **Unità di apprendimento M "Il gioco, lo sport, le regole, il fair play "**  
 U.D.

<b>M1</b>	<b>Pallacanestro</b>	
M1-2 T-PRO	Tecnica del palleggio, passaggio, entrata in terzo tempo, tiro piazzato	6
M1-5 T-PRO	Arbitraggio: regolamento FIP	2
<b>M2</b>	<b>Pallavolo</b>	
M2-3 T-PRO	Tattica di gioco: alzatore in zona 2	2
M2-4 T-PRO	Tecnica di schiacciata	2
M2-5 T-PRO	Arbitraggio : regolamento FIPAV	2
<b>M3</b>	<b>Tennis</b>	
M3-1 T-PRO	Tecnica di palleggio	4
M3-2 T-PRO	Il rovescio	4
M3-4 T-PRO	Il singolo	4
<b>M4</b>	<b>Pallamano</b>	
M4-2 T-PRO	Il tiro in elevazione	2
M4-3 T-PRO	Difesa a zona 6-0 5-1	2
<b>M7</b>	<b>Attività di progetto- sport del territorio</b>	
M7-10 T-PRO	Hip Hop	6
<b>M8</b>	<b>Proposta e conduzione di una seduta di lavoro su un'attività a scelta</b>	
M8-1 T-PRO	Scelta dell'attività	0.15

**Codice Unità Didattiche (U.D.)**

**Unità di Apprendimento** (Intero di apprendimento centrato metodologicamente intorno a un compito o prodotto o problema, costituito da un insieme di unità didattiche che conducono all'acquisizione di competenze certificabili – **Lettera** alfabetica)

**Numero** (numero di ordine all'interno dell'Unità di Apprendimento)

**Segmento Formativo** (**B** biennio, **T** triennio)

**Indirizzo di studio** (Comune a tutti, **Professionale**: Servizi **Commerciali**, **Enogastronomia ed ospitalità alberghiera**, Servizi per la Sanità e l'Assistenza **Sociale**)

Esempio: **A2-B-Pro-Com** sta per unità 2 dell'Unità di apprendimento A del biennio del Professionale Servizi Commerciali



M8-2 T- PRO	Individuazione dei temi portanti	1
M8-3 T- PRO	Scansione operativa dell'attività	1
M8-4 T- PRO	Tecniche di conduzione e realizzazione	2

Data ultima revisione: Settembre 2021

**Codice Unità Didattiche (U.D.)**

**Unità di Apprendimento** (Intero di apprendimento centrato metodologicamente intorno a un compito o prodotto o problema, costituito da un insieme di unità didattiche che conducono all'acquisizione di competenze certificabili – **Lettera** alfabetica)

**Numero** (numero di ordine all'interno dell'Unità di Apprendimento)

**Segmento Formativo** (**B** biennio, **T** triennio)

**Indirizzo di studio** (Comune a tutti, **Professionale**: Servizi **Commerciali**, **Enogastronomia ed ospitalità alberghiera**, Servizi per la Sanità e l'Assistenza **Sociale**)

Esempio: **A2-B-Pro-Com** sta per unità 2 dell'Unità di apprendimento A del biennio del Professionale Servizi Commerciali