

**TRAGUARDI ATTESI IN USCITA
NUCLEI E COMPETENZE**

**IL LICEO
SCIENZE MOTORIE**

NUCLEI E COMPETENZE

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

ANNO DI CORSO: PRIMO BIENNIO; SECONDO BIENNIO; QUINTO ANNO.

NUCLEO FONDANTE	NUCLEO TEMATICO	OBIETTIVI	COMPETENZE RILEVANTI
<p>Sport di squadra e sport individuali.</p>	<p>Basket, pallavolo, calcio.</p> <p>Atletica leggera, badminton, frisbee.</p> <p>Il fair play nello sport e nei contesti sociali.</p> <p>Il linguaggio dell'arbitraggio e la conoscenza delle regole.</p>	<p>PRIMO BIENNIO: Il gioco, lo sport, le regole e il fair play. Aspetti cognitivi. Aspetti partecipativo e relazionale. Valenza sociale del fair play e rispetto regole. Conoscenza fondamentali degli sport.</p> <p>SECONDO BIENNIO: Il gioco, lo sport, le regole e il fair play. Aspetti cognitivi. Aspetti partecipativo e relazionale. Valenza sociale del fair play e rispetto regole. Conoscenza fondamentali degli sport. Partecipare in forma propositiva. Adattare il gioco in base ai ruoli.</p> <p>QUINTO ANNO: Il gioco, lo sport, le regole e il fair play. Aspetti cognitivi. Aspetti partecipativo e relazionale. Valenza sociale del fair play e rispetto regole. Conoscenza fondamentali degli sport. Partecipare in forma propositiva. Adattare il gioco in base ai ruoli. Conoscere strategie tattiche di base. Approfondire gli aspetti sociali dello sport di massa.</p>	<p>Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare.</p> <p>Competenza multilinguistica.</p> <p>Competenza sociale e civica in materia di cittadinanza.</p> <p>Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.</p>

<p>Movimento: potenziamento e consolidamento delle qualità motorie, coordinative e condizionali fondamentali. Il movimento e il ritmo. Il linguaggio del corpo.</p>	<p>Il potenziamento muscolare. Il miglioramento delle qualità condizionali. La percezione di sé. La coordinazione e l'equilibrio. La percezione spazio-temporale, la coordinazione intersegmentaria. Il linguaggio del corpo come modalità comunicativa ed espressiva.</p>	<p>PRIMO BIENNIO: Il corpo e la sua conoscenza. La coordinazione e l'adattamento allo spazio ed al tempo. L'attività in ambiente naturale. Il corpo e la componente emozionale, comunicativa, la dimensione del ritmo.</p> <p>SECONDO BIENNIO: Il corpo e la sua conoscenza. La coordinazione e l'adattamento allo spazio ed al tempo. L'attività in ambiente naturale. Il corpo e la componente emozionale, comunicativa, la dimensione del ritmo. Conoscere i codici della comunicazione corporea. Saper dare significato al movimento (semantica). Realizzare sequenze ritmiche ed espressive. Conoscenza delle tecniche e metodologie di base dell'allenamento.</p> <p>QUINTO ANNO: Il corpo e la sua conoscenza. La coordinazione e l'adattamento allo spazio ed al tempo. L'attività in ambiente naturale. Il corpo e la componente emozionale, comunicativa, la dimensione del ritmo. Conoscere i codici della comunicazione corporea. Saper dare significato al movimento (semantica). Realizzare sequenze ritmiche ed espressive. Padroneggiare gli aspetti comunicativi culturali e relazionali dell'espressività corporea. Conoscenza delle tecniche e metodologie di base dell'allenamento. Ideare e realizzare sequenze ritmiche espressive complesse e individuali.</p>	<p>Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare. Competenza matematica e competenza di base in scienze e tecnologie. Competenza multilinguistica.</p>
<p>Sicurezza e tutela della salute</p>	<p>La prevenzione degli infortuni nello sport. La sicurezza nell'utilizzo degli spazi della palestra. Le prime misure di pronto</p>	<p>PRIMO BIENNIO: I principi igienici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e l'efficienza fisica. I principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti. La conoscenza e l'applicazione degli elementi di base negli interventi di primo soccorso. La conoscenza della dislocazione del defibrillatore</p>	<p>Competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare. Competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali. Competenza sociale e civica in materia di cittadinanza.</p>

	<p>SOCCORSO. L'uso del defibrillatore.</p>	<p>nell'Istituto e la capacità di utilizzo basilare con l'ausilio dell'operatore del 112.</p> <p>SECONDO BIENNIO: I principi igienici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e l'efficienza fisica. I principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti. La conoscenza e l'applicazione. degli elementi di base negli interventi di primo soccorso. La conoscenza della dislocazione del defibrillatore nell'Istituto e la capacità di utilizzo basilare con l'ausilio dell'operatore del 112.</p> <p>QUINTO ANNO: I principi igienici essenziali che favoriscono il mantenimento dello stato di salute e l'efficienza fisica. I principi fondamentali di prevenzione e attuazione della sicurezza personale in palestra e negli spazi aperti. La conoscenza e l'applicazione. degli elementi di base negli interventi di primo soccorso. La conoscenza della dislocazione del defibrillatore nell'Istituto e la capacità di utilizzo basilare con l'ausilio dell'operatore del 112. Conoscenza approfondita degli aspetti sulla prevenzione e sicurezza, in relazione alle situazioni sportive ed ambientali.</p>	
--	---	---	--

Si ricorda che le competenze riconosciute dall'Unione Europea e recepite dalle istituzioni italiane sono le seguenti:

competenza alfabetica funzionale, competenza multilinguistica, competenza matematica e competenza in scienze, tecnologie e ingegneria, competenza digitale, competenza personale, sociale e capacità di imparare a imparare, competenza in materia di cittadinanza, competenza imprenditoriale, competenza in materia di consapevolezza ed espressione culturali.