

# LICEO CORSO - CORREGGIO

## DIPARTIMENTO DI SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Questa ricostruzione dei nuclei fondanti è coerente con le Indicazioni Nazionali per i Licei (DM 211/2010). I nuclei non sono esplicitati formalmente nel documento, ma derivano dai risultati di apprendimento e dalle aree del sapere motorio presenti nel testo ministeriale.

### **1. Il corpo e il movimento**

- Conoscenza del corpo, postura e schema corporeo
- Controllo motorio e consapevolezza delle azioni
- Elementi di biomeccanica di base

### **2. Capacità motorie e prestantive**

- Capacità coordinative (equilibrio, ritmo, orientamento, differenziazione)
- Capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare)
- Autovalutazione della propria condizione fisica

### **3. Tecniche e tattiche degli sport individuali e di squadra**

- Gesti tecnici fondamentali
- Principi di tattica e strategia
- Regolamenti e applicazione in contesto di gioco

### **4. Educazione alla salute e stili di vita**

- Relazione tra attività fisica e benessere
- Comportamenti salutari e prevenzione
- Educazione alimentare

### **5. Sicurezza, prevenzione e primo soccorso**

- Utilizzo corretto di spazi e attrezzature
- Norme di sicurezza in palestra
- Principi di primo soccorso

## **6. Comunicazione motoria ed espressione corporea**

- Uso del corpo come mezzo espressivo
- Attività ritmiche ed expressive
- Coreografie e cooperazione

## **7. La percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed expressive.**

- Il limite nello sport
- Il successo: la vittoria e la sconfitta (John Wooden)
- Storie di sport (Visione del Film Mc Farlandd)
- Lettura Open di Andrè Agassi

## Tabella – Nuclei Fondanti, Obiettivi e Competenze

Nucleo Fondante	Obiettivi Derivati	Competenze Attese
1. Il corpo e il movimento	Conoscenza del corpo, postura e schema corporeo Controllo motorio e consapevolezza delle azioni Elementi di biomeccanica di base	Saper eseguire, comprendere e applicare conoscenze e abilità relative al nucleo.
2. Capacità motorie e prestative	Capacità coordinative (equilibrio, ritmo, orientamento, differenziazione) Capacità condizionali (forza, resistenza, velocità, mobilità articolare) Autovalutazione della propria condizione fisica	Saper eseguire, comprendere e applicare conoscenze e abilità relative al nucleo.
3. Tecniche e tattiche degli sport individuali e di squadra	Gesti tecnici fondamentali Principi di tattica e strategia Regolamenti e applicazione in contesto di gioco	Saper eseguire, comprendere e applicare conoscenze e abilità relative al nucleo.
4. Educazione alla salute e stili di vita	Relazione tra attività fisica e benessere Comportamenti salutari e prevenzione Educazione alimentare	Saper eseguire, comprendere e applicare conoscenze e abilità relative al nucleo.
5. Sicurezza, prevenzione e primo soccorso	Utilizzo corretto di spazi e attrezzature Norme di sicurezza in palestra Principi di primo soccorso	Saper eseguire, comprendere e applicare conoscenze e abilità relative al nucleo.
6. Comunicazione motoria ed espressione corporea	Uso del corpo come mezzo espressivo Attività ritmiche ed espressive Coreografie e cooperazione	Saper eseguire, comprendere e applicare conoscenze e abilità relative al nucleo.