



Repubblica Italiana  
Trento

Provincia Autonoma di



## **ISTITUTO COMPRENSIVO MORI**

**SCUOLE PRIMARIE MORI E RONZO-CHIENIS - SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO MORI**

*Via Giovanni XXIII, n. 64 – 38065 Mori (TN) Tel 0464/918669 – C.F. 94024510227*

e-mail: [segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it](mailto:segr.ic.mori@scuole.provincia.tn.it)

[www.icmori.it](http://www.icmori.it)

# SCUOLA PRIMARIA – MORI

CLASSI QUINTE

DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Anno scolastico 2024 - 2025

**Competenza 1 – Essere consapevoli del proprio processo di crescita e sviluppo; riconoscere le attività volte al miglioramento delle proprie capacità fisiche.**

<i>Abilità</i>	<i>Conoscenze</i>
<p>L'alunno è in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• riconoscere e dominare le varie parti del corpo.</li> <li>• Rappresentare graficamente il corpo, fermo e in movimento.</li> <li>• Eseguire con disinvolta piccoli compiti motori.</li> <li>• Riconoscere il rapporto tra sviluppo delle capacità motorie e attività ludico-motorie.</li> </ul>	<p>L'alunno conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nozioni che riguardano la crescita personale (maturazione fisica e sviluppo capacità motorie).</li> <li>• Le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione alle attività fisiche.</li> </ul>

**Competenza 2 – Destreggiare nella motricità finalizzata dimostrando:**

- **di coordinare azioni, schemi motori, gesti tecnici con buon controllo;**
- **di utilizzare gli attrezzi ginnici in maniera appropriata;**
- **di utilizzare conoscenze e abilità per risolvere situazioni-problema di natura motoria.**

<i>Abilità</i>	<i>Conoscenze</i>
<p>L'alunno è in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• padroneggiare gli schemi motori di base.</li> <li>• Coordinare i movimenti naturali anche integrati tra loro (correre, lanciare, saltare, danzare, ecc.).</li> <li>• Utilizzare in maniera appropriata gli attrezzi ginnici.</li> <li>• Inventare movimenti con piccoli attrezzi.</li> <li>• Progettare e comporre percorsi.</li> <li>• Adattare gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali.</li> </ul>	<p>L'alunno conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gli schemi motori di base.</li> <li>• Nozioni riguardanti le potenzialità del corpo in movimento, in rapporto a parametri spaziali e temporali.</li> <li>• Piccoli e grandi attrezzi presenti in palestra e loro funzioni.</li> </ul>

**Competenza 3 – Partecipare a giochi di movimento, giochi tradizionali, giochi sportivi di squadra, rispettando le regole, imparando a gestire con equilibrio sia la sconfitta che la vittoria. Gestire i diversi ruoli assunti nel gruppo e i momenti di conflittualità nel rispetto di compagni e avversari.**

<i>Abilità</i>	<i>Conoscenze</i>
<p>L'alunno è in grado di:</p>	<p>L'alunno conosce:</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• partecipare con interesse ai diversi tipi di gioco.</li> <li>• Partecipare in modo collaborativo e giusto spirito agonistico alle attività proposte.</li> <li>• Controllare e gestire le proprie emozioni nelle situazioni competitive e di confronto.</li> <li>• Rispettare le regole dei giochi organizzati e delle attività sportive.</li> <li>• Accettare e rispettare le diversità (debolezze ed eccellenze) nelle prestazioni sportive e compagni.</li> <li>• Attribuire il giusto peso a vittorie e sconfitte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• caratteristiche e funzioni di giochi, sport e movimenti finalizzati.</li> <li>• Le regole dei giochi praticati e i conseguenti comportamenti corretti.</li> <li>• Concetti di: lealtà, rispetto, partecipazione, collaborazione, cooperazione.</li> <li>• Le relazioni: da solo/a, coppia, gruppo, squadra.</li> </ul>
---	---

<b>Competenza 4 – Controllare il movimento e utilizzarlo anche per rappresentare e comunicare stati d’animo.</b>	
<i>Abilità</i>	<i>Conoscenze</i>
<p>L’alunno è in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• utilizzare gestualità mimica ed espressiva adeguate a diversi contesti comunicativi.</li> <li>• Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche.</li> <li>• Utilizzare modalità espressive efficaci anche attraverso forme di drammatizzazione.</li> <li>• Realizzare sequenze corrette di movimento in corrispondenza di strutture ritmiche.</li> </ul>	<p>L’alunno conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi del linguaggio del corpo e del linguaggio dei gesti.</li> <li>• Il rapporto tra parola, corpo, musica arte, ecc.</li> </ul>

<b>Competenza 5 – Assumere comportamenti rispettosi della salute e della sicurezza, proprie ed altrui.</b>	
<i>Abilità</i>	<i>Conoscenze</i>
<p>L’alunno è in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• adottare accorgimenti idonei e prevenire infortuni durante l’attività motoria e sportiva.</li> <li>• Adottare comportamenti corretti per</li> </ul>	<p>L’alunno conosce:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• i rischi e i pericoli connessi all’attività motoria e comportamenti corretti per evitarli.</li> <li>• Il concetto di sicurezza e di integrità</li> </ul>

<p>salvaguardare la propria e altrui integrità fisica.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico.</li></ul>	<p>fisica.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Il concetto di salute.</li></ul>
--	---