

## CURRICOLO VERTICALE

### SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE - Classe QUINTA Scuola PRIMARIA

COMPETENZA CHIAVE EUROPEA: COMPETENZE DI BASE MOTORIA		
<i>Competenze</i>	<i>Abilità specifiche</i>	<i>Nuclei tematici (conoscenze)</i>
Il corpo e le funzioni senso-percettive	Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente.	<b>Nucleo 1</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Impiego delle capacità condizionali (forza, resistenza, velocità e mobilità).</li><li>▪ Giochi- sport selezionati per l'utilizzo degli schemi motori di base</li></ul>
Il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Utilizzare, coordinare e controllare gli schemi motori e posturali.</li><li>▪ Eseguire semplici composizioni e/o progressioni motorie usando ampia gamma di codici espressivi.</li><li>▪ Orientarsi nello spazio seguendo indicazioni e regole funzionali alla sicurezza anche stradale.</li><li>▪ Eseguire movimenti precisi, adattati a situazioni esecutive sempre più complesse.</li></ul>	<b>Nucleo 2</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Uso degli indicatori spaziali (dentro, fuori, sopra, sotto, davanti, dietro, destra e sinistra) comprendenti schemi motori di base e complessi.</li><li>▪ Schemi motori di base in relazione ad alcuni indicatori spazio-temporali.</li><li>▪ Giochi di simulazione.</li><li>▪ Equilibrio statico, dinamico e di volo.</li><li>▪ La capacità di anticipazione.</li><li>▪ Capacità di combinazione e accoppiamento dei movimenti.</li><li>▪ La capacità di reazione.</li><li>▪ La capacità di orientamento.</li><li>▪ Le capacità ritmiche.</li></ul>

<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo -espressiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Utilizzare in modo personale il corpo e il movimento per esprimersi, comunicare stati d'animo, emozioni e sentimenti, anche nelle forme della drammatizzazione e della danza.</li> <li>▪ Assumere e controllare in forma consapevole diversificate posture del corpo con finalità espressive.</li> </ul>	<p><b>Nucleo 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Il linguaggio dei gesti: rappresentazione con il corpo di emozioni, situazioni reali e fantastiche, aventi come protagonista il corpo e le sue parti o relative a contenuti affrontati con gli alunni anche in altri contesti disciplinari.</li> <li>▪ Semplici coreografie o sequenze di movimento.</li> </ul>
<p>Il gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra.</li> <li>▪ Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione coi compagni.</li> <li>▪ Rispettare le regole dei giochi sportivi praticati, comprendendone il valore e favorendo sentimenti di rispetto e cooperazione.</li> </ul>	<p><b>Nucleo 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Giochi- sport di gruppo e di movimento, individuali e di squadra.</li> <li>▪ Comprensione e rispetto di indicazioni e regole.</li> <li>▪ Assunzione di atteggiamenti positivi nei confronti del caposquadra, dei propri compagni, degli avversari e dell'arbitro.</li> </ul>
<p>Sicurezza e prevenzione, salute e benessere</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conoscere e utilizzare in modo corretto e appropriato gli attrezzi e gli spazi di attività.</li> <li>▪ Percepire e riconoscere "sensazioni di benessere" legate all'attività ludico-motoria.</li> <li>▪ Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere.</li> </ul>	<p><b>Nucleo 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Semplici percorsi "costruiti" dagli alunni.</li> <li>▪ Stare bene in palestra.</li> <li>▪ Norme e giochi atti a favorire la conoscenza del rapporto alimentazione e benessere.</li> <li>▪ Momenti di riflessione sulle attività svolte.</li> </ul>

## TRAGUARDI ALLA FINE DELLA SCUOLA PRIMARIA

- L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.
- Utilizza il linguaggio motorio e corporeo per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, anche attraverso la drammatizzazione e le esperienze ritmico musicali e coreutiche.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di gioco-sport anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Sperimenta, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi e trasferisce tale competenza nell'ambiente scolastico ed extrascolastico.
- Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo, a un corretto regime alimentare e alla prevenzione dell'uso di sostanze che inducono dipendenza.
- Comprende all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole e l'importanza di rispettarle.