



ISTITUTO COMPRENSIVO "SAN LEONE IX"

Via San Leo - 81037 SESSA AURUNCA (CE)

Tel. 0823/937033 - Fax 0823/935040

Distretto n.19 - C.M. CEIC8AY008 - C.F. 95015570617

e-mail: ceic8ay008@istruzione.it - PEC: CEIC8AY008@pec.istruzione.it

sito web: www.icsanleone.gov.it

PROVA DI COMPETENZA

ORDINE E CLASSE SCUOLA PRIMARIA

CLASSE V S. CARLO

Profilo delle competenze

Si orienta nello spazio e nel tempo; osserva, descrive e attribuisce significato ad ambienti, fatti, fenomeni e produzioni artistiche.
Possiede un patrimonio di conoscenze e nozioni di base ed è in grado di ricercare ed organizzare nuove informazioni.

Competenza chiave

Imparare ad imparare

Plesso _____ Classe _____

Alunno/a _____

IL MOVIMENTO È IMPORTANTE

- Leggi il testo e poi rispondi alle domande.

Bambini, sgranchitevi le gambe!

Fare del movimento, per i bambini, non vuol dire soltanto fare sport. Muoversi significa giocare, correre, passeggiare, andare in bici all'aria aperta; ma significa anche andare a scuola a piedi, fare le scale invece di prendere l'ascensore, aiutare i genitori a portare la spesa, portare a spasso il cane... Sono tutte attività che devono diventare abitudini quotidiane. Il movimento è infatti molto importante: serve a **mantenersi in forma**, cioè a stare in buona salute.

Partecipare a giochi e ad altre attività fisiche, sia a scuola che durante il tempo libero, è importante per **mantenere nella norma il peso corporeo**, per un sano sviluppo delle ossa e dei muscoli, per far funzionare bene il cuore e i polmoni. E poi non dimentichiamo che l'attività motoria insieme con i compagni è piacevole e divertente e aiuta perciò ad avere buonumore.

Purtroppo sono molti i bambini che non fanno abbastanza movimento o attività fisica e sportiva, e passano tanto tempo davanti alla tv, al tablet o al computer. A questi bambini diciamo: alzatevi dal divano, basta con la pigrizia! Camminate, correte, pedalate, giocate all'aperto... Soltanto così potrete crescere sani.

– Nel testo vengono usate due espressioni: *mantenersi in forma* e *mantenere nella norma il peso corporeo*. Prova a spiegare con parole tue che cosa vogliono dire.

– Se i bambini non fanno una vita fisicamente attiva rischiano di avere delle malattie. Quali parti del corpo sono messe in pericolo dalla mancanza di movimento?

– Che cosa ha voluto dire l'autore del testo con le espressioni: *sgranchitevi le gambe* e *basta con la pigrizia*? L'autore vuole convincere chi legge che...

BASTA CON LA PIGRIZIA!

- Completa.

I nostri cinque consigli per mantenersi in forma

1. Ricorda che il movimento è importante per

2. Cerca di non stare sempre in posizione seduta perché

3. Muoversi non vuol dire soltanto fare sport ma vuol dire

4. Se possibile, vai a scuola

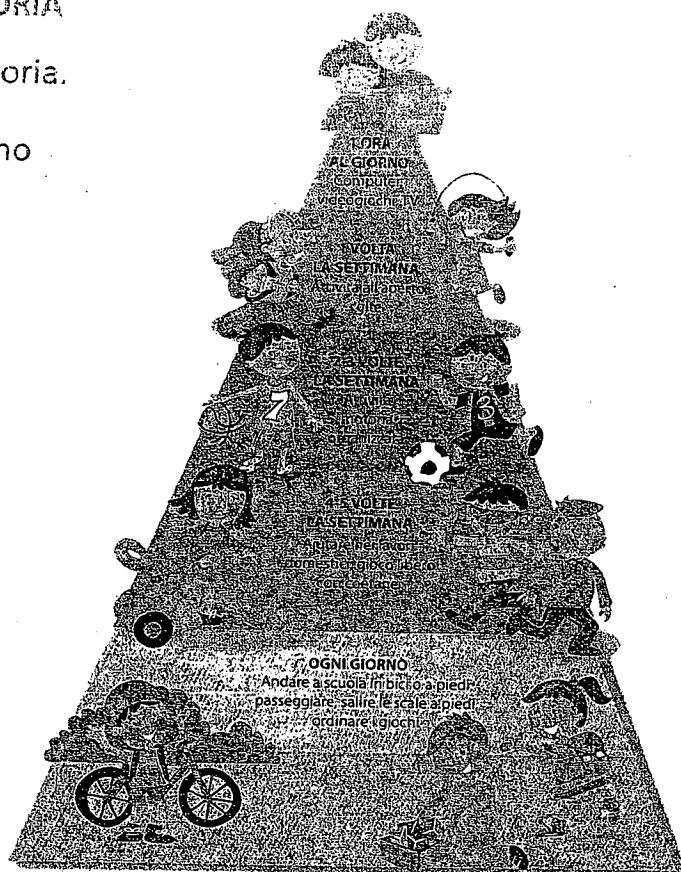
evita di usare , cerca di

5. Ricorda che movimento vuol dire anche divertimento! Se stai con gli amici



LA PIRAMIDE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA

- Osserva la piramide dell'attività motoria. In una discussione guidata condividi le risposte alle domande che ti verranno poste dall'insegnante.



LE INFORMAZIONI DALLA PIRAMIDE

- Dopo aver osservato la piramide dell'attività motoria e averne discusso con i tuoi compagni, completa il testo.

La piramide dell'attività motoria visualizza la quantità di tempo da dedicare ogni giorno a varie attività, per esempio: le attività che è bene fare (quando?)

sono andare a scuola in bici o a piedi, passeggiare, salire le scale a piedi, ordinare i giochi;

le attività da fare quattro o cinque volte la settimana sono



l'attività da fare due o tre volte la settimana è

le gite o attività all'aperto

la settimana;

usare il computer, fare videogiochi e guardare la tv

INDAGINE SUI BAMBINI ITALIANI

- Leggi la tabella. Poi rispondi sottolineando la frase in corsivo giusta.

COME VANNO A SCUOLA I BAMBINI ITALIANI	TOTALE
Mi accompagnano in auto	59 %
A piedi o in bicicletta	28 %
Scuolabus	10 %

Un'indagine del 2014 ci dice che per i bambini italiani di terza classe primaria:

- ☐ a) andare a scuola accompagnati in auto è *il modo più usato / il modo meno usato*.
- ☐ b) andare a scuola con lo scuolabus è *il modo più usato / il modo meno usato*.
- ☐ c) la percentuale dei bambini che vanno a scuola a piedi o in bicicletta è *più alta / più bassa* della percentuale di quelli che prendono lo scuolabus.

- Osserva il grafico e poi rispondi.

– Questo grafico dà informazioni su quante

– I numeri scritti alla base delle colonne si riferiscono

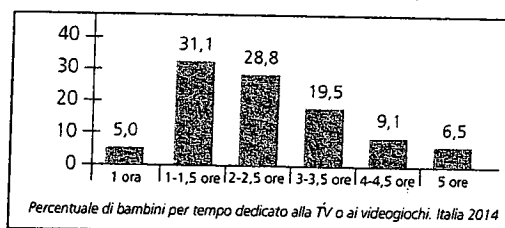
– La percentuale dei bambini è scritta sull'asse

– Qual è la percentuale di bambini che trascorre circa 2 ore e mezzo al giorno davanti alla tv o ai videogiochi? (scrivi orizzontale o verticale)

– La percentuale più alta di bambini quanto tempo sta davanti alla tv o ai videogiochi?

– Alcuni bambini stanno davanti alla tv o ai videogiochi anche 5 ore. Quanti bambini sono su 100?

– Scrivi nella riga qui sotto il nome dell'istituto che ha fatto l'indagine tra i bambini italiani di terza primaria ...



(fonte: OKkio alla salute, risultati 2014, Istituto superiore di Sanità)

IL DÉPLIANT INFORMATIVO/1

- Completa il dépliant informativo.

L'ATTIVITÀ FISICA DEI BAMBINI PER MANTENERSI SANI E CRESCERE BENE

- In classe ci siamo occupati del seguente problema:

- E abbiamo fatto così:

- Ho capito che i bambini devono:

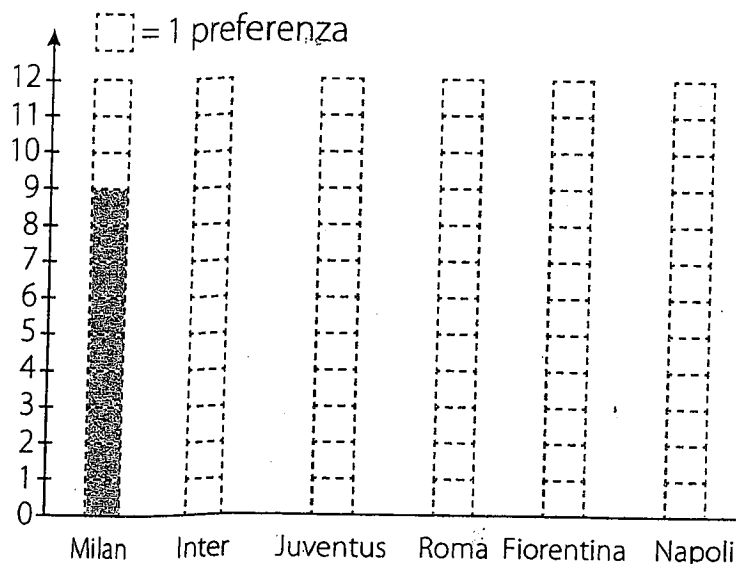
- Queste cose devono essere fatte perché:

- Per le attività da fare a scuola io propongo di:

LA SQUADRA DI CALCIO PREFERITA

1. Osserva la tabella che riporta i risultati dell'indagine "squadra di calcio preferita" proposta ai ragazzi di una palestra. Poi completa l'ortogramma e l'ideogramma.

SQUADRA	FREQUENZA
Milan	9
Inter	10
Juventus	12
Roma	6
Fiorentina	8
Napoli	4



⚽ = 1 preferenza

MILAN	⚽
INTER	
JUVENTUS	
ROMA	
FIorentina	
NAPOLI	

2. Rispondi alle domande.

Di quanti ragazzi è composta la popolazione?

Qual è la moda?

3. Ordina le squadre in base alla frequenza.

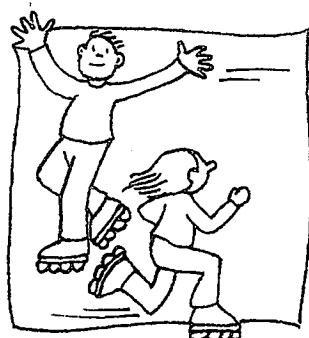
PRIMA	SECONDA	TERZA	QUARTA	QUINTA	SESTA
.....					

Registrare i dati raccolti in un'indagine, leggerli e individuare la moda.

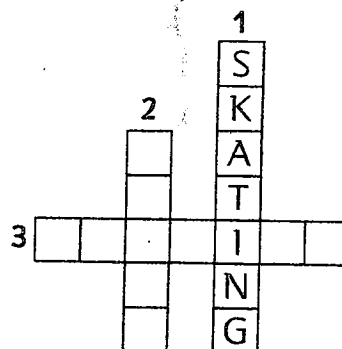
1

Complete the puzzle.

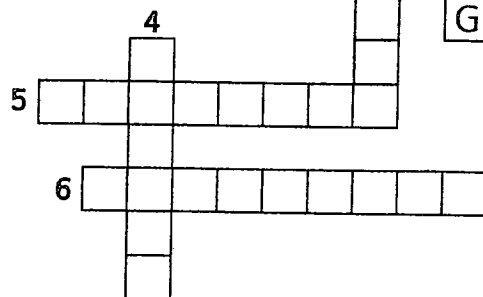
Osserva i disegni e completa le parole crociate.



1.



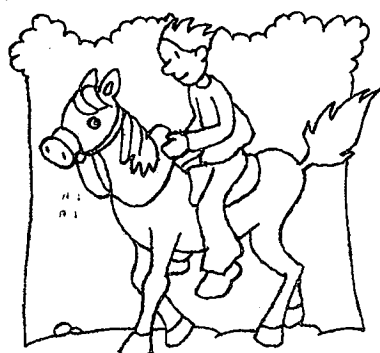
3.



2.



5.



4.



6.

9 Leggi e segna con un ✓ le attività che ti piacciono e con una ✗ quelle che non ti piacciono. Scrivi delle frasi secondo l'esempio.



- ☐ sing
- ☐ draw
- ☐ ski
- ☐ cook
- ☐ play the piano

- ☐ dance
- ☐ use a computer
- ☐ swim
- ☐ play football
- ☐ study Maths



a I like singing.

f I don't like playing football.

b

g

c

h

d

i

e

j

10 Completa la frase con i nomi di tre materie che ti piacciono.

I like studying and

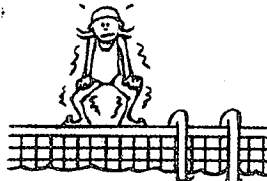
11 Osserva i disegni e completa le frasi con **likes** oppure **doesn't like**.



a John
playing tennis.



b Sally
cooking.



c Kim
swimming.



d Bill
dancing.

AUTOVALUTAZIONE

1. C'è stata qualche attività particolarmente interessante? Quale? Perché?

.....

.....

2. Qualche attività è stata noiosa? Quale? Perché?

.....

.....

3. Qual è stata la cosa più facile per te? Perché?

.....

.....

4. Qual è stata la cosa più difficile per te? Perché?

.....

.....

5. Hai imparato qualcosa che non sapevi e che adesso ti sembra importante? Quale?

.....

.....



SO ACCETTARE
LE DECISIONI
DEL GRUPPO.

SONO BRAVO
AD AIUTARE
GLI ALTRI.