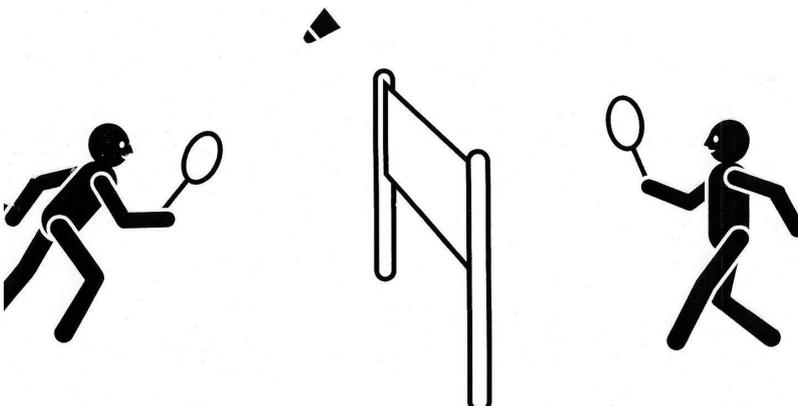


# PROGETTO GIOCO SPORT



# PROGETTO GIOCO SPORT

Il Progetto di seguito presentato sviluppa gli obiettivi di attività motorie e sportive previste per i 5 anni della Scuola Primaria, utilizzando la didattica del **Laboratorio**, intesa come metodo di lavoro in grado di favorire il percorso di maturazione e di formazione degli alunni attraverso il loro coinvolgimento partecipato e diretto.

Si tratta di una didattica “**attiva**”, per mezzo della quale il **bambino** interagisce con ciò che lo circonda e con gli altri, caratterizzandosi come **protagonista del proprio percorso di apprendimento**, costruito nel tempo insieme ai compagni e agli insegnanti.

Il Laboratorio di attività motorie e sportive si configura perciò come un **ambiente operativo e cooperativo**, nel quale si creano le condizioni affinché ogni alunno sviluppi consapevolmente:

- una giusta maturazione sul piano psicomotorio;
- un rapporto orientato nello spazio e nel tempo;
- il rispetto dei tempi e dei ritmi propri e altrui;
- il rispetto delle regole.

## IL LABORATORIO E IL GIOCO

Questo Progetto fonda i suoi presupposti sulla *valorizzazione del gioco*, inteso come *risorsa* importante per favorire la *motivazione negli alunni*.

Nel contesto ludico le attività motorie vengono finalizzate e perdono il carattere di semplice esecutività: il gioco *cattura l'interesse* dei bambini, *stimola la partecipazione*, attiva e creativa, favorendo *l'acquisizione di abilità e di competenze, secondo i ritmi di ciascuno*.

Nell'impostazione dei giochi di tipo motorio, infatti, non vengono mai trascurati gli *obiettivi disciplinari* previsti nel *piano di studi* elaborato dai docenti, e ogni attività ludica è progettata per lo sviluppo di precise abilità motorie di base.

Nel gioco, inoltre, l'esercizio motorio perde il suo carattere di “prestazione”, sollecitando la *partecipazione* anche degli *alunni meno dotati e più timorosi*. Si tratta di una partecipazione che avviene “con il corpo e con la mente”, nella quale la componente fisica si somma alle capacità intellettive e creative, nonché alla dimensione affettiva, per cui l'apporto differente e differenziato di ciascuno risulta unico e fondamentale.

L'attività progettata e proposta dall'esperto, infatti, è solo una componente dell'intera Unità di Apprendimento: il *coinvolgimento degli alunni nella preparazione del gioco*, e poi la loro *fantasia*, nel proporre *varianti* e novità, quindi la loro *capacità di riflessione*, fanno sì che l'attività motoria si sposti *in classe* e si colleghi alle altre esperienze educative e disciplinari in un *percorso di apprendimento unitario*, ampio e partecipato.

## **Cos'è il progetto di Gioco Sport?**

E' un progetto che intende far sperimentare la maggior parte delle discipline sportive proponendole attraverso una modalità didattica e metodologica che non sia di tipo tecnico, ma *ludico-ricreativa* poiché è giocando che si educano *gli schemi motori, gli schemi posturali, le capacità motorie, le abilità generali e specifiche* e viene sviluppato il senso della *socievolezza, dell'autocontrollo e della misurazione delle proprie capacità*.

Questo progetto è stato pensato tenendo conto dei *bisogni formativi degli alunni* e della necessità dei docenti di offrire un *percorso d'apprendimento finalizzato e praticabile*, fondato dal punto di vista *disciplinare* e nello stesso tempo capace di offrire spunti e agganci di tipo *interdisciplinare*, nel contesto di *percorsi di studio personalizzati*.

I metodi d'insegnamento utilizzati, ovvero i modi di organizzare e di attuare le complesse procedure d'insegnamento-apprendimento, in base ai diversi contesti sono i seguenti:

### **Metodi deduttivi centrati sull'insegnante:**

- Metodo prescrittivo-direttivo;
- Metodo misto;
- Metodo dell'assegnazione dei compiti

### **Metodi induttivi centrati sull'allievo:**

- Metodo della risoluzione dei problemi;
- Metodo della scoperta guidata;
- Metodo della libera esplorazione

## **“LABORATORIO...DI CARTA!”**

Numerose attività didattiche si prestano molto bene per “cominciare” o “terminare” in palestra, per i molteplici *agganci interdisciplinari* che offrono.

Al tempo stesso, svariate attività motorie sollecitano la curiosità dei bambini o la loro voglia di confrontarsi.

Le attività di “Laboratorio...di carta!” hanno lo scopo di non lasciar sfuggire queste preziose occasioni, *per continuare in classe*, attraverso esercizi e momenti di discussione, *ciò che ha avuto inizio durante l'attività motoria*.

Si tratta di un numero misurato di proposte, per evitare il rischio che l'attività “su carta” prevalga sul gesto motorio: ciò non toglie che l'insegnante possa elaborarne altre, magari più mirate a soddisfare le esigenze del proprio gruppo di alunni.



## L'ATTIVITA' MOTORIA IN CLASSE I

<b>OBIETTIVI SPECIFICI D'APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-riconoscere e denominare le varie parti del corpo</li> <li>-riconoscere, differenziare, ricordare, verbalizzare differenti percezioni sensoriali (visive, uditive, tattili, cinestesiche)</li> <li>-coordinare e collegare in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, correre, saltare, lanciare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, ...)</li> <li>-collocarsi in posizioni diverse, in rapporto ad altro e/o ad oggetti</li> <li>-muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali</li> </ul> </li> <li>• Partecipare alla attività di gioco e di sport, rispettandone le regole:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole</li> </ul> </li> </ul>
<b>Obiettivo primario</b>	<b>Obiettivi specifici</b>
PRIMA FASE: conoscenza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Osservazione del livello generale del gruppo e delle sue dinamiche</li> <li>• Conoscere i compagni</li> </ul>
SECONDA FASE: acquisizione della capacità di relazionarsi con il proprio corpo e con gli altri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Costruzione dello schema corporeo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-riconoscere e denominare le varie parti del corpo</li> <li>-Conoscere la differenza tra corpo fermo e in movimento</li> <li>-Muovere le varie parti del corpo</li> </ul> </li> <li>• Sviluppo delle funzioni visive, uditive e tattili:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-riconoscere, differenziare, ricordare, verbalizzare differenti percezioni sensoriali (visive, uditive, tattili, cinestesiche)</li> </ul> </li> <li>• Saper collaborare</li> <li>• Relazionarsi con gli oggetti</li> </ul>
TERZA FASE: coordinazione segmentaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordinazione oculo-manuale e oculo-podale:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-coordinare movimenti fini del corpo, della mano e dei piedi con precisione e velocità</li> <li>-organizzare lo spazio fisico e grafico in funzione della scrittura</li> </ul> </li> <li>• Coordinazione generale               <ul style="list-style-type: none"> <li>-camminare, correre, saltare, lanciare, strisciare, rotolare, arrampicarsi, ...</li> </ul> </li> </ul>
QUARTA FASE: sviluppo della struttura spazio-temporale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientamento del corpo</li> <li>• Orientamento del corpo rispetto agli altri oggetti (destra, sinistra, sopra, sotto, ecc)</li> <li>• Sapersi muovere occupando lo spazio</li> <li>• Concetto di contemporaneità e successione</li> <li>• Il ritmo</li> </ul>
VALUTAZIONI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valutazione individuale dell'apprendimento</li> </ul>
SALUTO FINALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi che hanno riscosso più successo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-partecipare ai giochi proposti durante il progetto cercando di rispettare le regole e le indicazioni</li> </ul> </li> </ul>

## L'ATTIVITA' MOTORIA IN CLASSE II

<b>OBIETTIVI SPECIFICI D'APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-muoversi con scioltezza, destrezza, ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo e in movimento)</li> <li>-utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi codificati e non, nelle attività ludiche</li> <li>-valutare le traiettorie, le distanze, i ritmi esecutivi delle azioni motorie</li> </ul> </li> <li>• Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-variare gli schemi motori in funzione dei parametri di spazio, tempo, equilibri</li> <li>-utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo</li> <li>-utilizzare consapevolmente la proprie capacità motorie e modularne l'intensità dei carichi, valutando anche la capacità degli altri</li> </ul> </li> </ul> <p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri spazi e attrezzature</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-cooperare all'interno di un gruppo</li> <li>-interagire positivamente con gli altri, valorizzando la diversità</li> <li>-partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole</li> </ul>
<b>Obiettivo primario</b>	<b>Obiettivi specifici</b>
PRIMA FASE: conoscenza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approccio iniziale di osservazione del livello generale del gruppo e delle sue dinamiche</li> </ul>
SECONDA FASE: insegnamento di uno o più giochi-sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gli sport insegnati verranno scelti in accordo con l'insegnante e l'esperto sulla base di quelli proposti (vedi schede descrittive dei giochi-sport)</li> </ul>
VALUTAZIONI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valutazione individuale dell'apprendimento</li> </ul>
SALUTO FINALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi-sport che hanno riscosso più successo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-partecipare ai giochi proposti durante il progetto cercando di rispettare le regole e le indicazioni</li> </ul> </li> </ul>

## L'ATTIVITA' MOTORIA IN CLASSE III

<b>OBIETTIVI SPECIFICI D'APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-muoversi con scioltezza, destrezza, ritmo (palleggiare, lanciare, ricevere da fermo e in movimento)</li> <li>-utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi codificati e non, nelle attività ludiche</li> <li>-valutare le traiettorie, le distanze, i ritmi esecutivi delle azioni motorie</li> </ul> </li> <li>• Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-variare gli schemi motori in funzione dei parametri di spazio, tempo, equilibri</li> <li>-utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo</li> <li>-utilizzare consapevolmente la proprie capacità motorie e modularne l'intensità dei carichi, valutando anche la capacità degli altri.</li> </ul> </li> </ul> <p>Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per gli altri spazi e attrezzature</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-cooperare all'interno di un gruppo</li> <li>-interagire positivamente con gli altri, valorizzando la diversità</li> <li>-partecipare al gioco collettivo, rispettando indicazioni e regole</li> </ul>
<b>Obiettivo primario</b>	<b>Obiettivi specifici</b>
PRIMA FASE: conoscenza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approccio iniziale di osservazione del livello generale del gruppo e delle sue dinamiche</li> </ul>
SECONDA FASE: insegnamento di uno o più giochi-sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gli sport insegnati verranno scelti in accordo con l'insegnante e l'esperto sulla base di quelli proposti (vedi schede descrittive dei giochi-sport)</li> </ul>
VALUTAZIONI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valutazione individuale dell'apprendimento</li> </ul>
SALUTO FINALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giochi-sport che hanno riscosso più successo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-partecipare ai giochi proposti durante il progetto cercando di rispettare le regole e le indicazioni</li> </ul> </li> </ul>

## L'ATTIVITA' MOTORIA IN CLASSE IV

<b>OBIETTIVI SPECIFICI D'APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>-consolidare schemi motori e posturali</li> <li>-affinare la capacità di coordinazione</li> <li>-iniziare ad individuare le relazioni tra le principali funzioni fisiologiche e l'esercizio fisico</li> <li>-rendersi conto della necessità di modulare lo sforzo in base all'esercizio richiesto</li> <li>-eseguire le attività proposte per sperimentare e migliorare la proprie capacità</li> <li>-eseguire semplici composizioni motorie</li> </ul> </li> <li>• <i>Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>-rispettare le regole dei giochi sportivi praticati</li> <li>-svolgere un ruolo attivo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra</li> <li>-cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in competizioni con i compagni</li> </ul> </li> </ul>
<b>Obiettivo primario</b>	<b>Obiettivi specifici</b>
PRIMA FASE: conoscenza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Approccio iniziale di osservazione del livello generale del gruppo e delle sue dinamiche</i></li> </ul>
SECONDA FASE: insegnamento di uno o più giochi-sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Gli sport insegnati verranno scelti in concomitanza dall'insegnante e dall'esperto sulla base di quelli proposti (vedi schede descrittive dei giochi-sport):</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>-svolgere un ruolo attivo nelle attività di gioco-sport</li> <li>-sviluppare comportamenti relazionali positivi di collaborazione, rispetto e valorizzazione degli altri</li> </ul> </li> </ul>
VALUTAZIONI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Valutazione individuale dell'apprendimento</i></li> </ul>
SALUTO FINALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mini-torneo interno di uno o più giochi-sport proposti nel corso del progetto</i></li> </ul>

## L'ATTIVITA' MOTORIA IN CLASSE V

<b>OBIETTIVI SPECIFICI D'APPRENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padroneggiare abilità motorie di base in situazioni diverse:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-utilizzare schemi motori e posturali</li> <li>-eseguire movimenti coordinati adattandoli a situazioni esecutive</li> <li>-modulare i carichi sulla base di variazioni fisiologiche dovute all'esercizio</li> <li>-eseguire le attività proposte per sperimentare e migliorare le proprie capacità utilizzando diverse tecniche</li> </ul> </li> <li>• Partecipare alle attività di gioco e di sport, rispettandone le regole:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-rispettare e conoscere le regole dei giochi sportivi praticati</li> <li>-svolgere un ruolo attivo significativo nelle attività di gioco-sport individuale e di squadra</li> <li>-cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in competizioni con i compagni</li> </ul> </li> </ul>
<b>Obiettivo primario</b>	<b>Obiettivi specifici</b>
PRIMA FASE: conoscenza	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Approccio iniziale di osservazione del livello generale del gruppo e delle sue dinamiche</li> </ul>
SECONDA FASE: insegnamento di uno o più giochi-sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gli sport insegnati verranno scelti in accordo con l'insegnante e l'esperto sulla base di quelli proposti (vedi schede descrittive dei giochi-sport):               <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, con i compagni</li> </ul> </li> </ul>
VALUTAZIONI	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valutazione individuale dell'apprendimento</li> </ul>
SALUTO FINALE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini-torneo interno di uno o più giochi-sport proposti nel corso del progetto</li> </ul>

# MINIBASKET

Il Minibasket è un gioco-sport ispirato alla pallacanestro.

Lo scopo di ogni squadra è di lanciare la palla nel canestro avversario e di impedire alla squadra avversaria di impossessarsi della palla o di realizzare un canestro, rispettando le regole del gioco.

Un incontro di Minibasket si disputa tra due squadre composte da 5 giocatori ciascuna.

Date le finalità educative del gioco, tutti i giocatori, di ciascuna squadra debbono obbligatoriamente prendervi parte.

Il Minibasket è uno sport completo, un gioco di movimento e tutti i giocatori devono partecipare attivamente.

I fondamentali tecnici individuali sono il palleggio, il passaggio e il tiro.



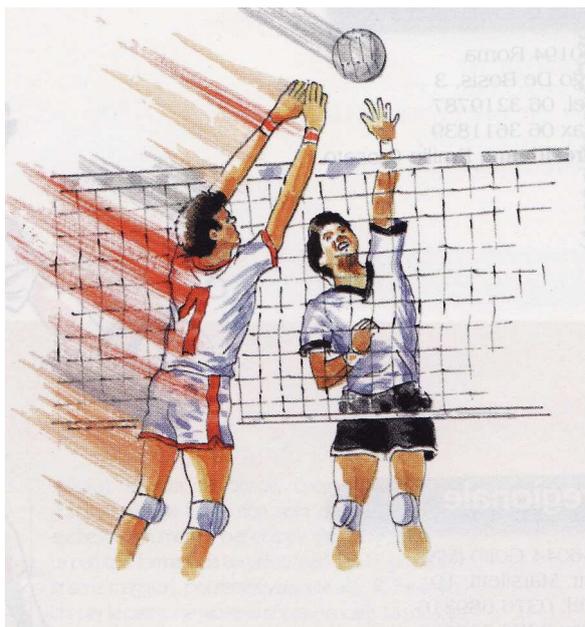
CLASSI CONSIGLIATE: II, III, IV e V.

# MINIVOLLEY

Il Minivolley non è la pallavolo in piccolo ma la pallavolo dei piccoli.

Ciò che lo mantiene legato alla pallavolo e ne fa il suo gioco-sport, è il fatto di utilizzare il medesimo attrezzo (palla) e di mantenerne invariati gli obiettivi: difendere il proprio campo ed attaccare il campo avversario, dovendo superare una rete.

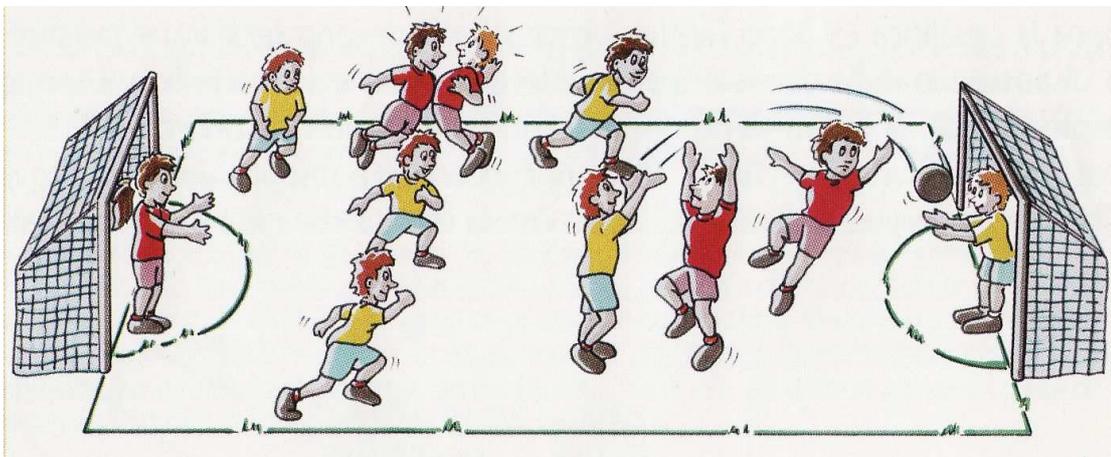
Si gioca 6 contro 6 e i fondamentali tecnici individuali sono il palleggio, il bagher e la battuta dal basso.



CLASSI CONSIGLIATE: II e III (sotto forma di Palla Rilanciata); IV e V.

# PALLAMANO

E' un gioco-sport salutare, dove sono importanti la velocità, l'energia e la resistenza. Come tutti i giochi di squadra, aiuta i ragazzi a socializzare tra di loro, a rispettarsi e ad avere fiducia dei compagni di squadra e delle proprie capacità. Nella Pallamano si affrontano 2 squadre composte da 7 giocatori ciascuna. E' una sorta di mix tra Minibasket, per il palleggio e passaggio, e Calcio, poiché l'obbiettivo del gioco è fare goal all'interno di una porta difesa da un portiere. I giocatori possono lanciare o afferrare la palla con tutto il corpo, tranne che con i piedi. Non possono trattenere la palla per più di 3 secondi e possono fare al massimo 3 passi con la palla in mano.



CLASSI CONSIGLIATE: III, IV e V.

# DODGEBALL

E' un gioco-sport molto semplice, ancora non molto praticato in Italia, è esploso grazie ad un film comico negli U.S.A. (Palle al Balzo – Dodgeball).

Si può giocare con squadre miste, non è un gioco di contatto...insomma è adatto a tutti.

Si gioca con 6 palle da mini-volley e si affrontano 6 giocatori per squadra.

Due squadre schierate nella propria metà campo si sfidano lanciandosi le 6 palle.

Chi è colpito è eliminato e si deve sedere in panchina.

Chi prende la palla al volo non solo elimina il giocatore avversario che ha lanciato ma salva un giocatore eliminato della sua squadra.

Vince la squadra che elimina tutti i giocatori avversari o che rimane con più giocatori alla fine della partita.



CLASSI CONSIGLIATE: II, III, IV e V

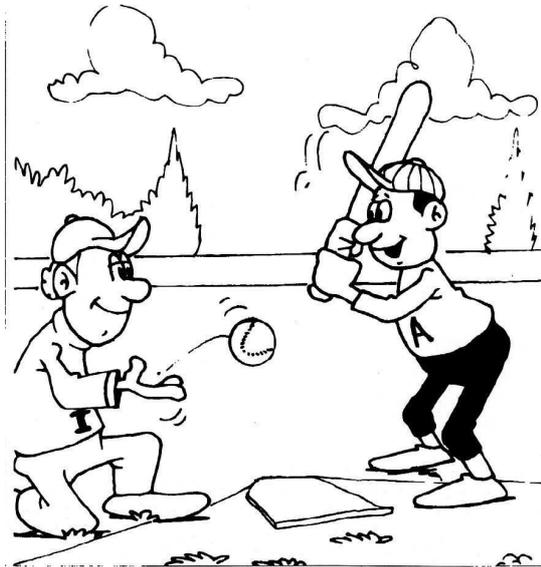
# SOFTBALL

Il Softball è la variante athleticamente meno impegnativa del Baseball, che si differenzia dallo stesso per il materiale delle mazze, la pallina, dimensioni del campo e alcuni regolamenti adattati appositamente per gli alunni delle scuole primarie e per gli spazi a disposizione nelle palestre scolastiche.

In questo gioco-sport sono molto importanti la battuta, il lancio e la presa, oltre che uno spiccato senso dello spazio e del tempo e una gran capacità d'anticipo.

Per l'attacco, lo scopo è di realizzare più punti dell'avversario, battendo la palla e correndo tra le basi.

Per la difesa lo scopo è di evitare che l'attacco realizzi i punti prendendo la palla che ha battuto l'attacco ed effettuando le eliminazioni, nei diversi modi che verranno presentati.



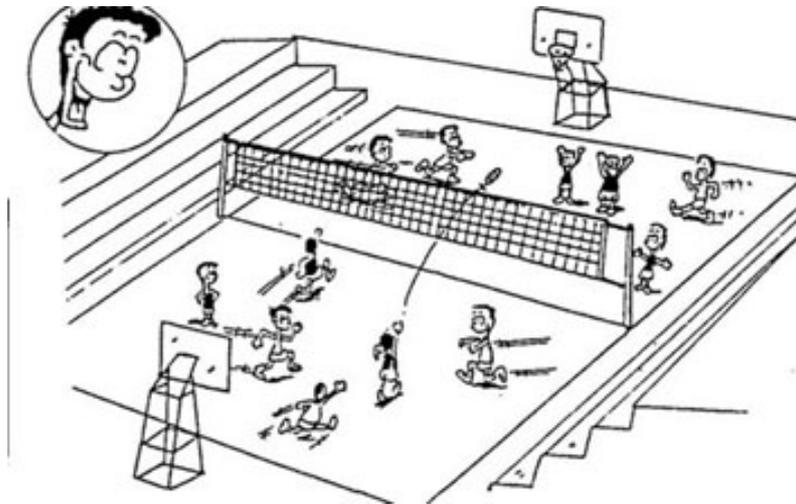
CLASSI CONSIGLIATE: II, III, IV e V

# MADBALL

Il Madball è uno sport scolastico recentissimo, nato a Firenze alla fine del 1997, ma che sta trovando nella scuola una giusta ed apprezzata collocazione, soprattutto per i suoi contenuti innovativi ed educativi oltre che per il suo aspetto multidisciplinare.

Infatti si gioca 6 contro 6, in un campo da basket, con la rete da pallavolo tirata, i 2 canestri e una palla da rugby.

Insomma una sorta di mix tra alcuni principi della pallavolo, del basket e del rugby.



CLASSI CONSIGLIATE: IV e V.

# BADMINTON

Il Badminton, conosciuto anche come gioco del Volano, ha radici antichissime ed è stato il primo sport di racchetta.

Si differenzia infatti dal Tennis per diversi aspetti, tra cui il peso e la dimensione della racchetta, la pallina da colpire, oltre che le dimensioni del campo e gli svariati colpi che si possono effettuare.

Tra i giochi-sport proposti, è sicuramente quello che richiede maggiori abilità specifiche.

La progressione didattica permetterà loro di imparare i diversi colpi in modo da prepararli per le 2 modalità di partita: singola e doppia, organizzando inoltre mini-tornei a cui possono partecipare tutti.



CLASSI CONSIGLIATE: V

# HITBALL

Questa nuova disciplina sportiva è nata nelle scuole torinesi e poi si è diffusa in altre province e regioni italiane.

Sport a composizione libera, senza distinzione di genere maschile e femminile, deve il suo successo alla spettacolarità e alla velocità del gioco.

Il campo da gioco è costituito dal pavimento, dal soffitto e anche dalle pareti della palestra. Le pareti di fondo, delimitate dalla traversa alta 2 m formano la porta.

Le squadre sono divise dalla linea di metà campo che nessun giocatore può superare. In ciascuna metà campo di individuano una zona di difesa, d'attacco e franca.

Le 2 squadre composte da 6 giocatori devono segnare più Hits degli avversari.

Questi Hits vanno segnati utilizzando le apposite protezioni (bracciali) e, quindi, con gli arti superiori. In fase di parata, passaggio o muro si può usare qualsiasi parte del corpo, perché la palla non venga trattenuta o colpita due volte di seguito.

Entro 5" il pallone deve essere inviato nel campo avversario.



CLASSI CONSIGLIATE: IV e V

# ULTIMATE

L'Ultimate è un gioco-sport che si basa sull'utilizzo di un attrezzo tanto comune quanto difficile da lanciare, il *frisbee*.

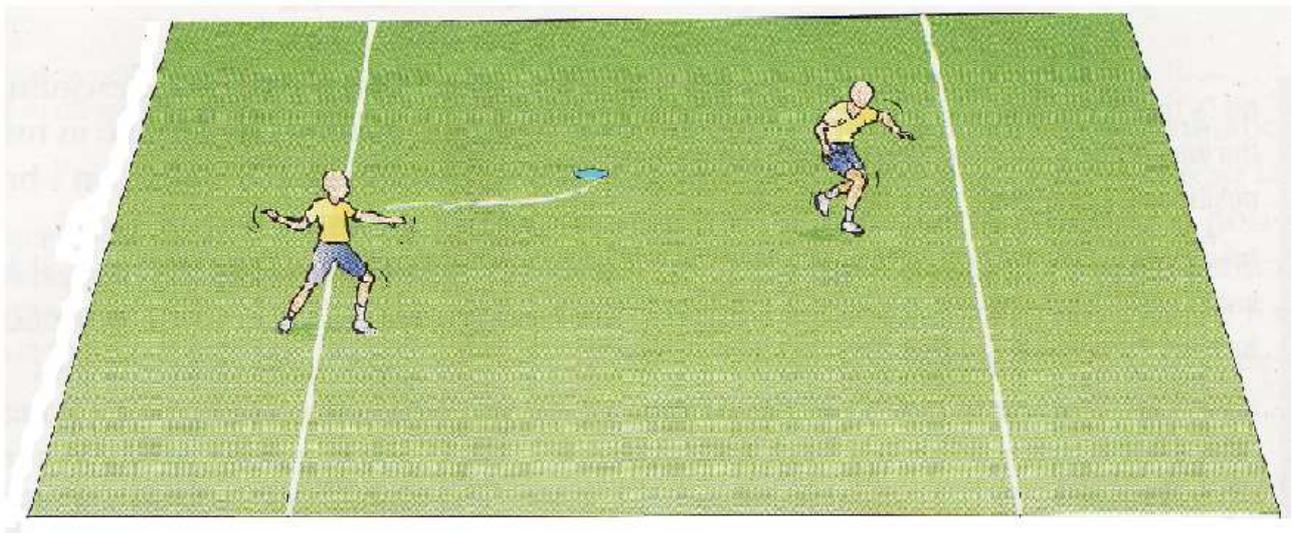
Due squadre di 7 giocatori ciascuna si schierano in un campo delle dimensioni almeno di un campo da basket. Oltre la linea di fondocampo comincia la end zone o zona di goal, profonda qualche metro.

I giocatori della squadra in attacco devono avanzare passandosi il frisbee fino a completare un passaggio nella end zone. Ogni volta che il frisbee cade a terra il suo possesso passa alla squadra avversaria.

I difensori devono cercare di intercettare i passaggi.

Non si può correre con il disco in mano.

I fondamentali tecnici individuali di questo gioco-sport sono: il lancio e la presa del frisbee.



CLASSI CONSIGLIATE: IV e V

# MINI OLIMPIADI ATLETICA LEGGERA

Prendendo spunto dalle principali discipline di atletica delle Olimpiadi, vengono proposte le principali gare di salto, corsa e lancio possibili in base allo spazio e agli attrezzi a disposizione.

In particolare:

- per i salti: salto in lungo e salto in alto
- per la corsa: gara di velocità, gara di resistenza, gara ad ostacoli
- per i lanci: lancio del peso, lancio del disco, lancio del vortex

Ogni alunno quindi avrà modo di confrontarsi in diverse discipline e non solo in quella in cui è più portato.

Queste prove vengono proposte premiando non solo i primi posizionati ma tutti, proprio per incoraggiare tutti alla partecipazione e allo stesso tempo arricchire il proprio bagaglio motorio perfezionando gli schemi motori di base.



CLASSI CONSIGLIATE: III, IV e V

# UNIHOKEY



L'Unihockey è un gioco-sport nato negli Stati Uniti e in Canada e ormai in diffusione in Europa, soprattutto nei Paesi Scandinavi.

Si gioca 6 contro 6, di cui 5 con la mazza e 1 portiere senza, a difesa di una porticina, posizionato in ginocchio.

L'obiettivo del gioco è quello di fare più goal nella porta degli avversari.

E' uno sport caratterizzato da una incredibile dinamicità, poiché non ci sono i "fuori" e i rischi sono ridotti visto che è VIETATO alzare la mazza sopra all'altezza delle ginocchia.

I fondamentali tecnici sono: passaggio, dribbling in corsa e tiro in porta.

Comporta un'elevata coordinazione oculo-manuale e per questo è consigliato solo per le classi alte come IV e V.

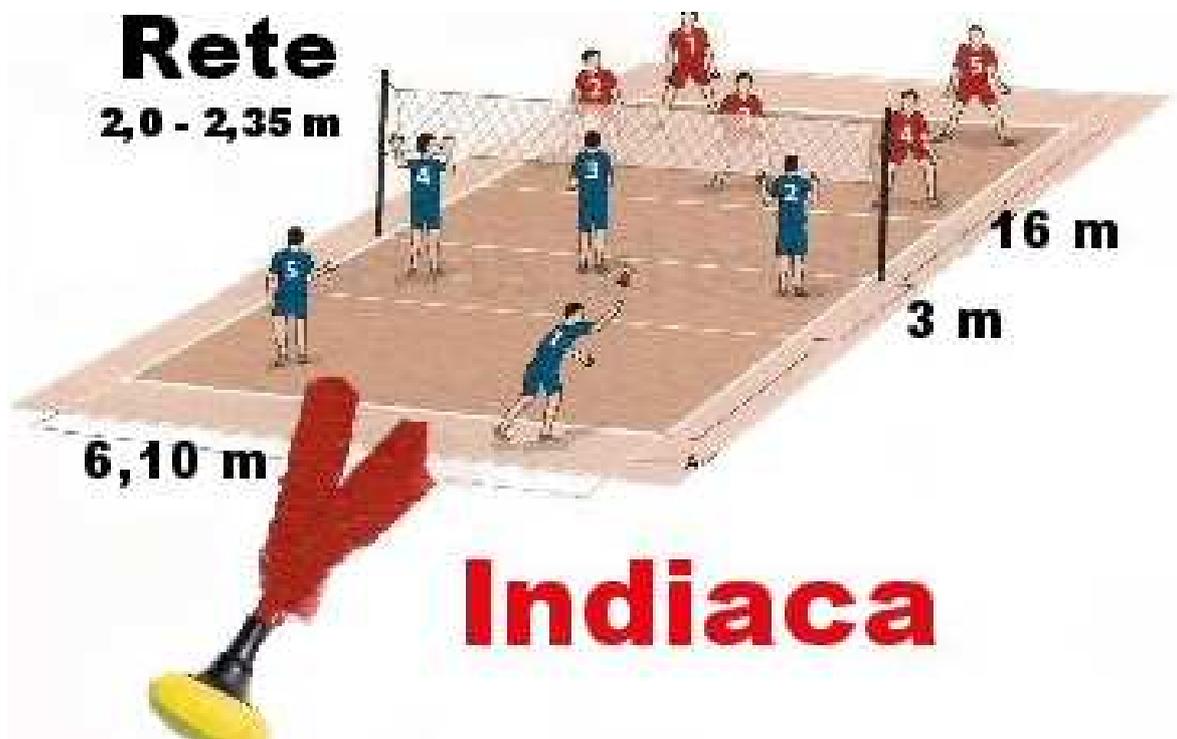


CLASSI CONSIGLIATE: IV e V



# INDIACA

Indiaca è un sport di origini brasiliane importato in Europa da un insegnante tedesco. E' uno sport poco diffuso ma molto coinvolgente e richiede ottime capacità coordinative e viene giocato da 2 squadre da 5 giocatori su un campo separato da una rete. Viene utilizzato un volano speciale chiamato "indiaca". L'obiettivo di ogni squadra è giocare l'indiaca seguendo le regole oltrepassando la rete e farlo cadere all'interno del campo della squadra avversaria ed evitare di farlo cadere nel proprio. Ogni squadra può toccare per un massimo di 3 volte l'indiaca per mandarlo nel campo avversario. Insomma ricorda per molti aspetti la Pallavolo ma giocata con un attrezzo diverso.



CLASSI CONSIGLIATE: V

## BABY DANCE / ZUMBATOMIC

new

La Baby Dance è molto gradita dai bambini di tutte le età, dai 3 ai 12 anni. Gli incontri sono strutturati sotto forma di gioco e permetterà ai bambini di avvicinarsi alla danza, imparando divertendosi attraverso semplici balletti, una corretta postura, una maggiore elasticità, ma soprattutto saranno stimolati, con questo tipo di approccio propedeutico alla danza, i loro sensi e il ritmo musicale.



*Zumbatomic* Chi ha detto che soltanto noi grandi ci possiamo allenare divertendoci? La Zumba ha tante varianti tra le quali la *Zumbatomic*, pensata appositamente per i bambini dai 4 ai 12 anni.

La *Zumbatomic* consiste in corsi che diventano vere e proprie feste fitness con movimenti altamente energizzanti, con esercizi coreografati adatti proprio per i bambini, sulle note di tanti generi musicali da loro amati, come l'hip hop, il reggaeton, la cumbia e tanti altri.

Inoltre aumenta concentrazione e fiducia in sé stessi, migliorando il metabolismo e accrescendo la coordinazione.

Un'esperienza in più per condividere dei momenti di puro divertimento assieme ai compagni.

CLASSI CONSIGLIATE: I, II, III, IV e V

# RITMO E DANZA



Incontri finalizzati allo studio creativo del ritmo inteso come scandire del tempo, musica ed azione. il lavoro verrà effettuato in più fasi, inizialmente quella conoscitiva della musica intesa come note, e come stili e ritmi musicali diversi; si chiederà agli allievi di riconoscerli, interpretarli e creare ogni volta situazioni diverse ispirandosi al ritmo in cui sono stati portati. Ci sarà la possibilità di "fare" del ritmo utilizzando qualsiasi cosa possa suonare, anche con piccoli strumenti rudimentali costruiti artigianalmente.

Non occorre per forza sapere ballare per interpretare la musica, occorre semplicemente conoscere il proprio corpo e farlo diventare musicale anche semplicemente muovendosi nello spazio. Questo laboratorio sviluppa coordinazione, abilità creative e sensibilità musicale. E' adatto ad ogni livello scolastico poichè può essere ben adattato e su richiesta coordinato con il programma didattico in corso.

Un momento per vivere insieme il movimento, la musica, la danza e conoscersi in un modo diverso dal solito.

Un approccio creativo che nutre la fantasia, educa l'esplorazione delle proprie capacità espressive e l'orientamento nel tempo e nello spazio.

Movimenti semplici e accessibili a tutti.



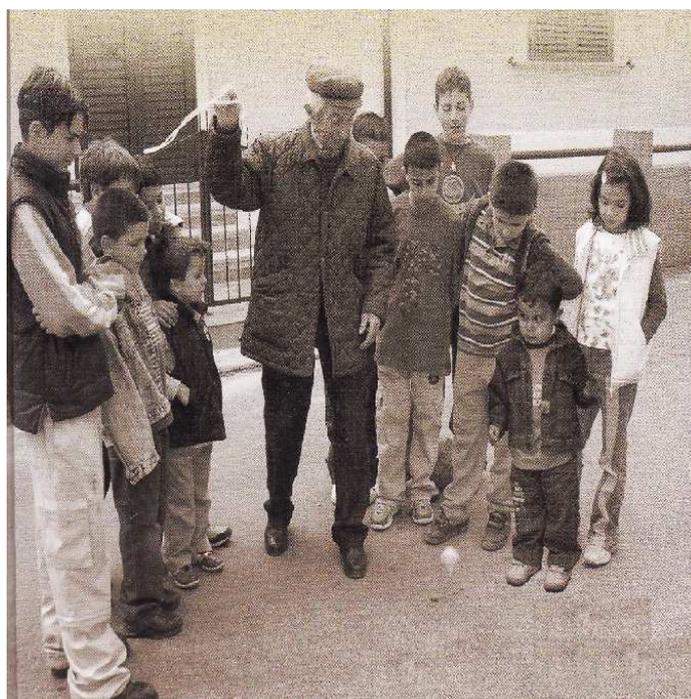
CLASSI CONSIGLIATE: I, II, III, IV e V

# GIOCHI TRADIZIONALI E POPOLARI

Il gioco popolare o tradizionale è un gioco strutturato individuale o di squadra, appartenente al patrimonio culturale e tradizionale di una popolazione in una determinata epoca storica e tramandato di generazione in generazione. Se però non si conoscono non possono essere praticati e quindi tramandati, rischiando di cadere nel dimenticatoio.

Sono giochi che si svolgevano prevalentemente all'aria aperta, sfruttando l'ambiente esterno e con materiali facilmente reperibili in natura.

In base allo spazio e al materiale disponibile si possono quindi riprendere giochi come: le bocce, campana, mosca-cieca, corsa con i sacchi, tiro alla fune, l'aquilone, ecc..



CLASSI CONSIGLIATE: I, II, III, IV e V