

UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE per la CALABRIA



UFFICIO di COORDINAMENTO
per l'EDUCAZIONE MOTORIA,
FISICA e SPORTIVA

U.S.R. CALABRIA

Coordinamento Educazione motoria, fisica e sportiva Settore Educazione alla Salute



Il percorso progettuale **"Una Regione in Movimento"** propone suggerimenti metodologico-didattici finalizzati al raggiungimento dei traguardi per lo sviluppo di competenze previsti dalle Indicazioni nazionali per il curriculum della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione al termine della scuola primaria, a supporto dei docenti nella declinazione dei contenuti e delle competenze attraverso quattro obiettivi di apprendimento che rappresentano i nuclei fondanti dell'educazione fisica ed hanno potere strutturante e generativo di conoscenze:

- ✓ il corpo e la sua relazione con lo spazio ed il tempo;
- ✓ il linguaggio del corpo come modalità espressivo-comunicativa;
- ✓ il gioco, lo sport, le regole ed il fair play;
- ✓ salute e benessere, prevenzione e sicurezza.

U.S.R. CALABRIA

Coordinamento Educazione Motoria, Fisica e Sportiva

Settore Educazione alla Salute

Finalità ed obiettivi



- 😊 contribuire ad innalzare gli standard di apprendimento degli alunni;
- 😊 potenziare la **quantità** e la **qualità** di movimento dai 5 agli 11 anni come prerequisito per affrontare le attività sportive nella scuola secondaria;
- 😊 rendere facili le scelte salutari;
- 😊 rendere attivo fin dalla scuola dell'infanzia lo stile di vita da conservare per tutta la vita con futuri vantaggi in termini di benessere e di economia.

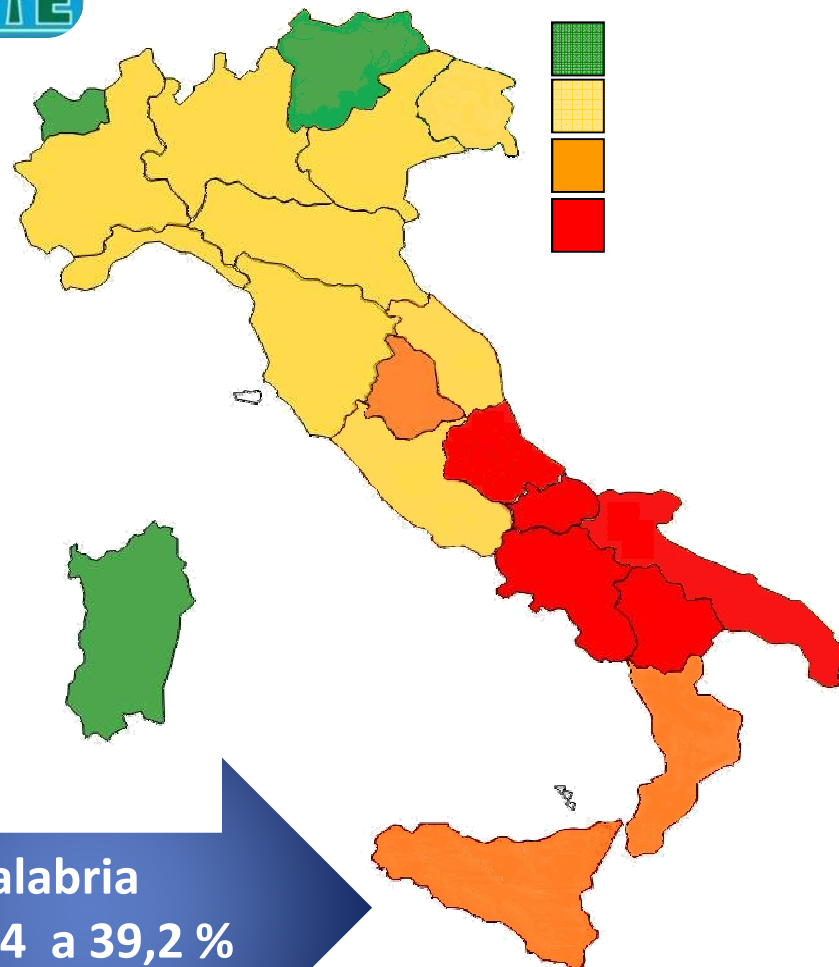
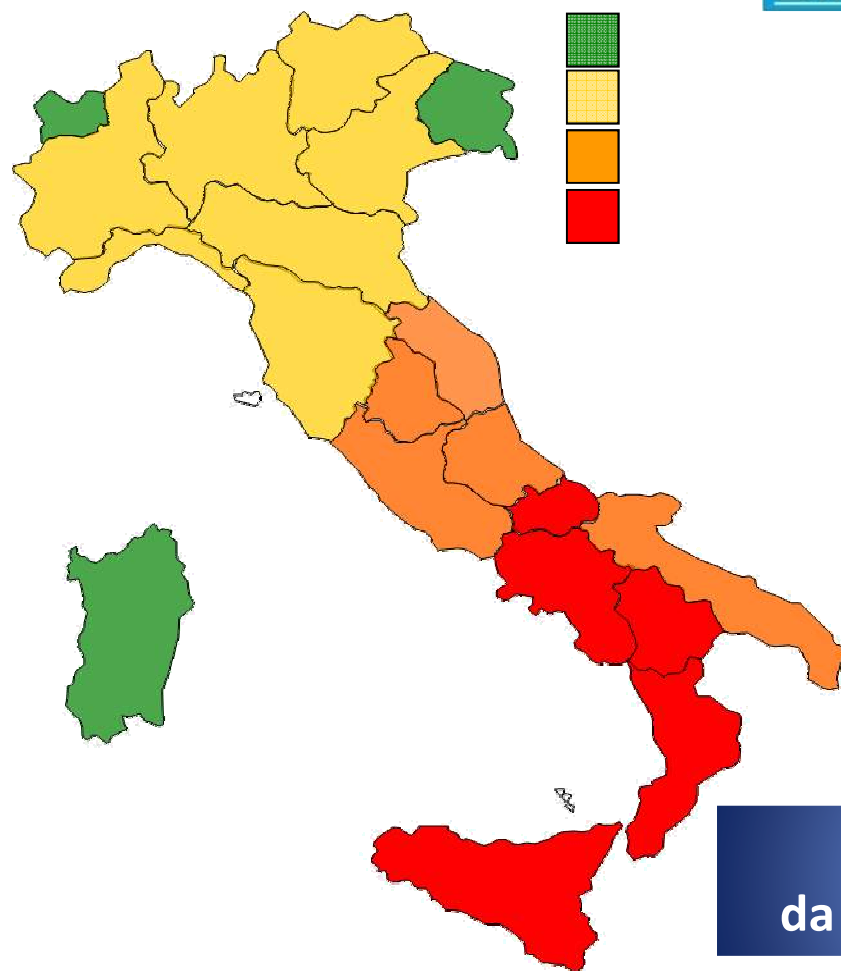
Il percorso progettuale **"Una Regione in Movimento"** ricerca la **continuità** nella pratica delle attività motorie scolastiche affinché gli effetti positivi abbiano ricaduta sia sul piano educativo che su quello della promozione della salute, dell'efficienza fisica, della motivazione intrinseca al movimento e della stima di sé contribuendo a sviluppare le competenze motorie in età evolutiva e ad acquisire stili di vita attivi.

Sovrappeso e obesità per regione bambini di 8-9 anni

I Risultati
dell'indagine 2010

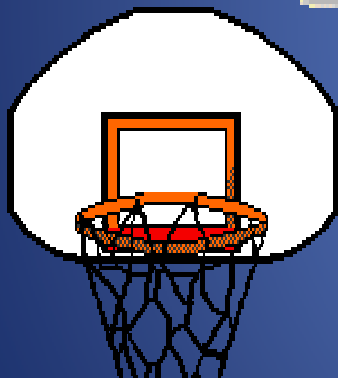
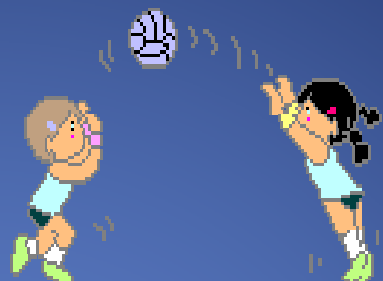


I Risultati
dell'indagine 2012



Calabria
da 41,4 a 39,2 %

SCUOLA
PRIMARIA
Quinta classe



GIOCO SPORT

Minibasket e Minivolley

I fondamentali di pallacanestro e pallavolo per imparare a collaborare, difendere ed attaccare. Gli sport di squadra come contributo alla promozione della cultura della legalità attraverso la pratica del rispetto dell'altro, delle regole e del fair play.



Gioco sport Easybasket

E' una proposta semplificata e destrutturata del Minibasket, rivolta ai bambini di quinta classe con l'obiettivo educativo e didattico di ricercare, attraverso i processi di apprendimento che avviano al gioco di squadra:

- la comprensione, il rispetto e l'importanza delle regole,
- la collaborazione e le strategie per il raggiungimento di un fine comune.

Esercizi-gioco con la palla sono indispensabili per far apprendere e combinare i fondamentali del Minibasket – palleggio, tiro, passaggio e difesa – dalla forma più semplice a quella più complessa in base alle capacità degli alunni.

La confidenza con la palla determina il successo nelle situazioni di gioco e sostiene gli apprendimenti motori in modo divertente.

Palleggio: non si può camminare né correre con la palla in mano; la palla deve rimbalzare a terra; si può palleggiare con 2 mani contemporaneamente, sospendere il palleggio e poi riprendere a palleggiare.

Tiro: è necessario tirare per mandare la palla nel canestro; se si fa canestro si guadagnano 3 punti, se la palla tocca il ferro si guadagna 1 punto.

Passaggio: non si può giocare da soli contro gli avversari, ma bisogna collaborare con i compagni di squadra, passandosi la palla;

Combinare i tre fondamentali (palleggio, tiro, passaggio) in situazioni differenti e in ordini diversi (passaggio, palleggio, tiro);

Difesa : imparare a difendere per far segnare pochi canestri agli avversari; se si commette un fallo (colpire, tirare, spingere) 1 punto e possesso di palla per una rimessa in gioco da parte del giocatore che ha subito la situazione irregolare.

Promuovere situazioni di gioco individuali (1 vs 1), passando poi a situazioni di sovrannumero o sottonumero (1 vs 2 → 2 vs 1 → 2 vs 3 → 3 vs 2) per arrivare ad effettuare minipartite di 3 vs 3 insegnando il regolamento mentre si sta giocando (falli, fuori, rimessa laterale, contesa, ecc.)

Organizzazione della lezione		Obiettivo di apprendimento
		Palleggio e tiro
Fase di Attivazione circa 10'	Giochi semplici di preparazione e avviamento alla fase centrale	<i>Ball Handling</i> da fermo e con spostamento: muovendosi liberamente per il campo, eseguire, al comando, esercizi di sensibilizzazione con palloni di diversa dimensione; ricercare spazi liberi nel campo.
Fase Centrale 15'-20'	Fase mirata al conseguimento dell'obiettivo della lezione	1)Tre file con pallone di fronte al canestro: in palleggio tirare, chi prende per primo il pallone decide a quale canestro attaccare, l'altro è difensore.
Fase Finale 15'-20'	Fase mirata alla verifica del lavoro svolto attraverso il gioco. La fase finale termina con un esercizio "defaticante"	2 vs 2 → 3 vs 3 → 4 vs 4 piccola gara di tiro

Organizzazione della lezione		Obiettivo di apprendimento
		Passaggio
Fase di Attivazione circa 10'	Giochi semplici di preparazione e avviamento alla fase centrale	1) Muoversi per il campo senza palla occupando lo spazio libero: inserire il passaggio di uno/due/tre o più palloni a seconda delle capacità degli alunni 2) A coppie. A palleggia liberamente per il campo e B lo segue: al segnale passaggio e scambio di ruoli.
Fase Centrale 15'-20'	Fase mirata al conseguimento dell'obiettivo della lezione	1) Due file disposte l'una di fronte all'altra con un pallone: passare la palla al compagno che si trova di fronte e cambiare fila. → Effettuare 20 passaggi nel minor tempo possibile. 2) Gara passaggio, palleggio e rimpiazzo: prima liberi e poi con indicazione della mano da utilizzare
Fase Finale 15'-20'	Fase mirata alla verifica del lavoro svolto attraverso il gioco. La fase finale termina con un esercizio "defaticante"	Giochi in superiorità numerica con uso del passaggio: 2 vs 1 → 3vs 2 piccola gara di tiro

Organizzazione della lezione		Obiettivo di apprendimento
		Giocare easy
Fase di Attivazione circa 10'	Giochi semplici di preparazione e avviamento alla fase centrale	1) Muoversi per il campo senza palla occupando lo spazio libero, scegliere chi decide quando fermarsi e chi decide quando ripartire. Bisogna fermarsi ad almeno 5 passi da ogni altro giocatore. Variante: con il pallone in palleggio. 2) Muoversi per il campo in palleggio, al segnale dell'insegnante scambiare la palla con un compagno senza smettere di palleggiare.
Fase Centrale 15'-20'	Fase mirata al conseguimento dell'obiettivo della lezione	1) Bambini divisi in 2 squadre in fila negli angoli di fondocampo; i primi delle file, senza palla, al segnale dell'insegnante partono e girano dietro un cono posizionato alcuni metri avanti, ricevono la palla del primo compagno della fila e tirano a canestro, il primo che realizza fa 1 punto per la propria squadra. Variante con il «potere» per una delle due squadre che decide quando partire. 2) Bambini divisi in 4 squadre ai 4 angoli del campo; l'insegnante lancia la palla verso una delle squadre e 3 giocatori partono per segnare verso il canestro opposto mentre 3 giocatori entrano in campo per difendere il canestro. 1 punto se la palla tocca il canestro, 3 punti se entra dentro. Ritorno dietro le proprie file.
Fase Finale 15'-20'	Fase mirata alla verifica del lavoro svolto attraverso il gioco. La fase finale termina con un esercizio "defaticante"	Giochi in superiorità numerica con uso del passaggio: 2 vs 1 → 3vs 2 piccola gara di tiro

SCUOLA PRIMARIA Quinta classe

