

# 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 curricolo 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.

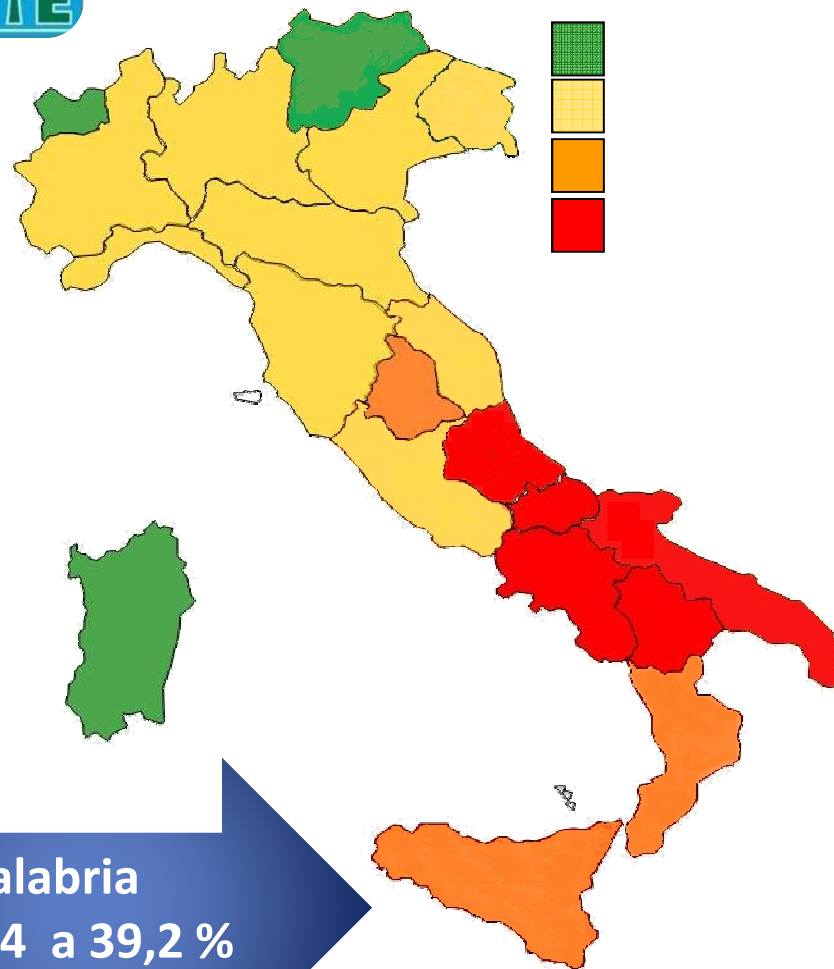
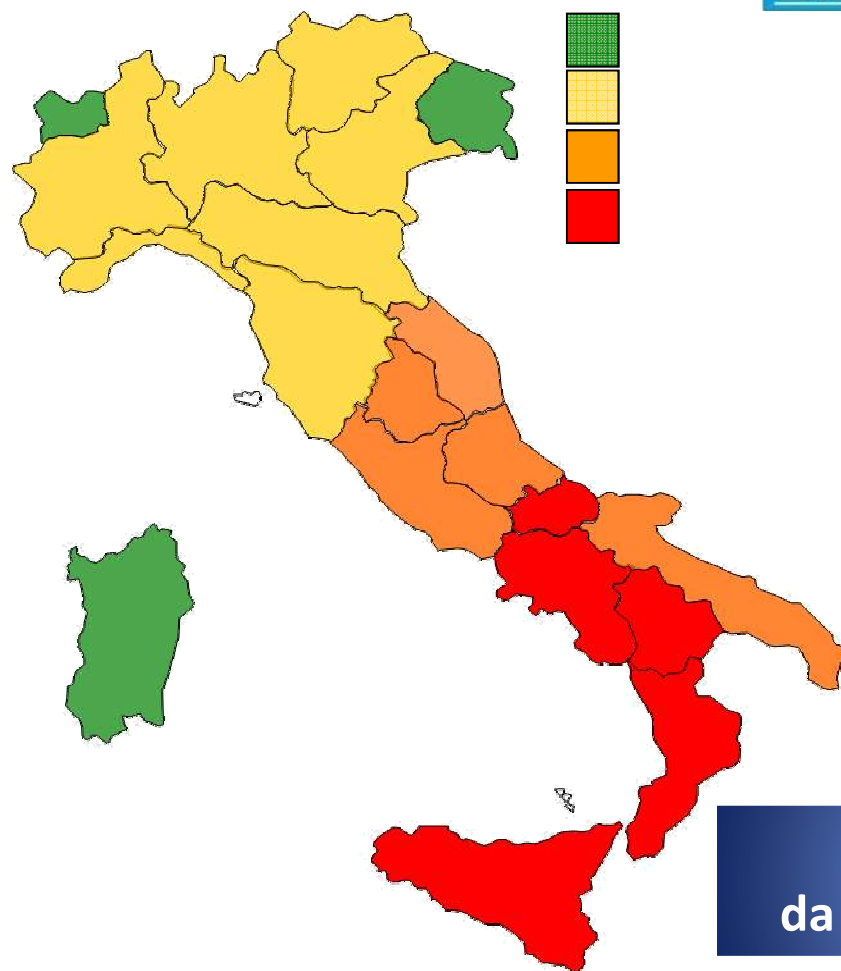
Il percorso progettuale **"Una Regione in Movimento"** ricerca la **continuità** nella pratica delle attività motorie scolastiche affinché gli effetti positivi abbiano ricaduta sia sul piano educativo che su quello della promozione della salute, dell'efficienza fisica, della motivazione intrinseca al 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

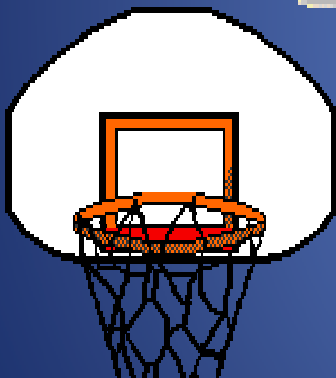
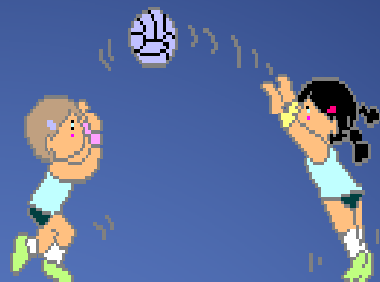


I Risultati  
dell'indagine 2012



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 Minivolley**

### **SCOPO DEL GIOCO**

Ogni squadra deve cercare di far cadere il pallone a terra nel campo avversario.

### **SISTEMA di GIOCO**

I giocatori 1, 2, 3 sono in campo e giocano, il 4° e l'eventuale 5°, 6° e 7° sono solo momentaneamente fuori campo e non giocano. Al cambio palla ed alla conseguente rotazione al servizio, il giocatore 3 esce dal campo ed il giocatore 4° giocatore si reca al servizio e partecipa al gioco.

E così si continua in modo che ad ogni rotazione ci sia un giocatore che esce dal campo ed uno che partecipa al gioco.

La rotazione avviene quando la squadra "in ricezione" fa punto.

## LA RETE

Può essere costruita in vari modi, utilizzando una vecchia rete da pallavolo. La rete può essere sostituita anche da uno spago, da un filo, da un elastico. Con i bambini la rete deve essere abbastanza alta, in modo tale che il passaggio del pallone sia lento; questo permette loro di avere più tempo per vedere la traiettoria del pallone e per spostarsi in anticipo per respingerlo.

## CARATTERISTICHE E REGOLE di GIOCO

Dimensione del campo di gioco 9 mt. X 4.5 mt. Altezza della rete da 1,80 mt a 2,00 mt.

Giocatori in campo 3 con obbligo di rotazione al servizio. Ogni squadra deve essere composta da un minimo di 3 giocatori ad un massimo di 7. Le squadre possono essere maschili, femminili o miste. Un giocatore non può far parte di 2 squadre. Le partite avranno la durata di 1 set ai 15 punti. Per vincere un set sono necessari almeno due punti di scarto. Si gioca con la formula del Rally Point System ( RPS), che assegna un punto per ogni azione di gioco.

La battuta deve essere effettuata in palleggio da dentro il campo abbastanza vicino alla rete.

La battuta perché sia valida, deve essere facile da ricevere; il punto diretto in battuta non è valido. Durante il gioco sono obbligatori almeno due tocchi per squadra. Dopo un massimo di tre tocchi la palla deve nuovamente essere rimandata nell'altro campo al di sopra della rete.



## Arbitraggio

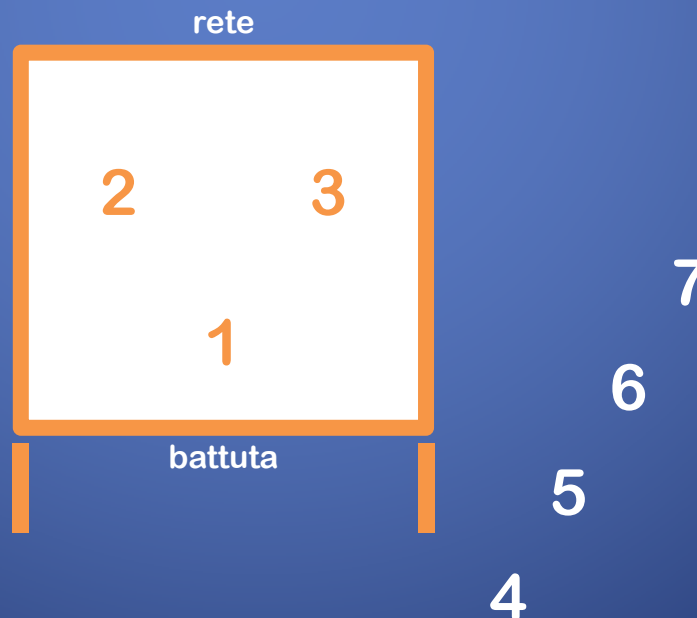
L'arbitro fischia l'inizio del gioco e le interruzioni conseguenti al mancato rispetto delle seguenti regole:

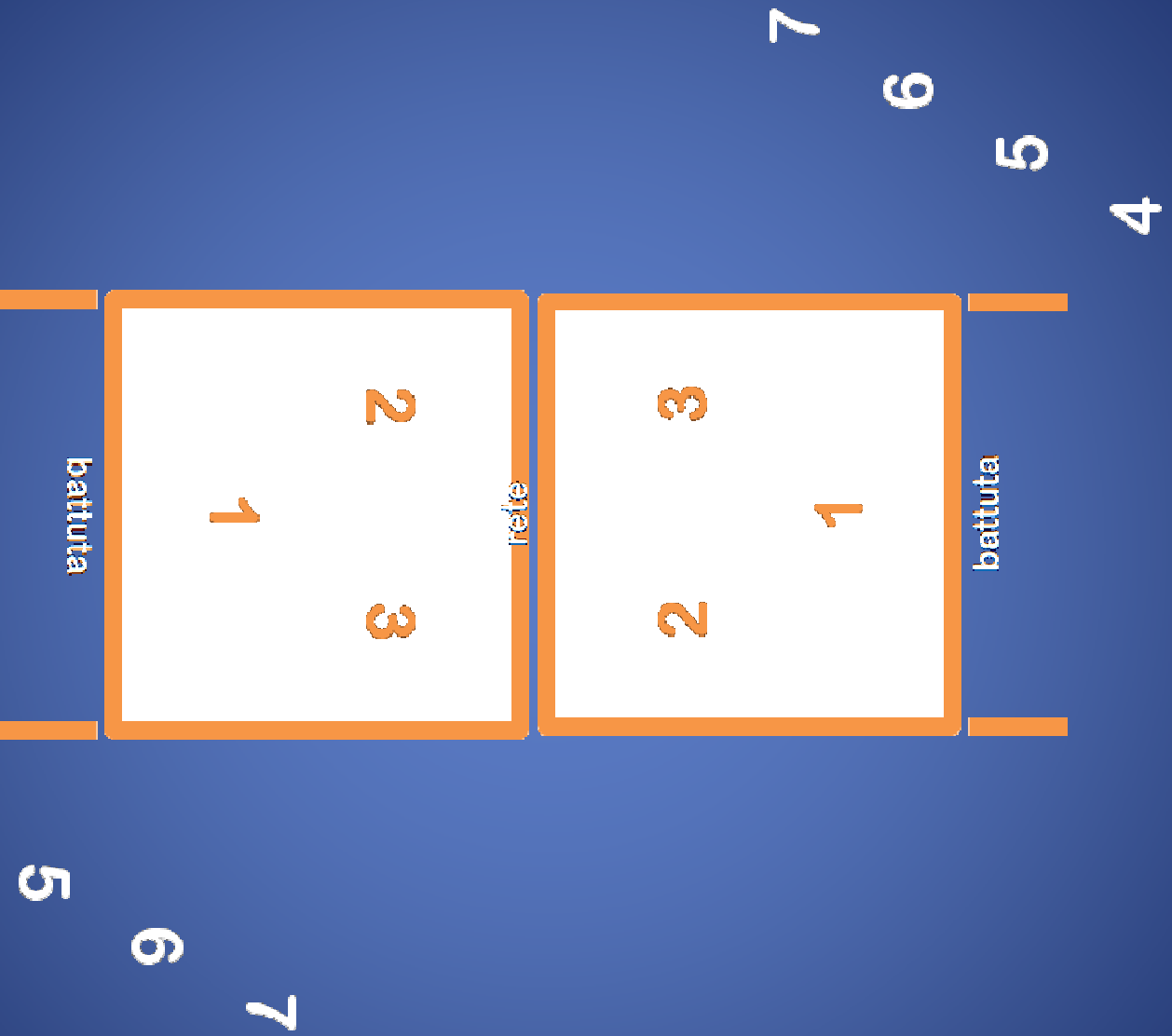
- il giocatore tocca il bordo superiore della rete o oltrepassa completamente la linea centrale del campo (sotto rete);
- la squadra rinvia direttamente il pallone nell'altro campo senza effettuare almeno i due tocchi;
- il giocatore tocca due volte consecutive la palla;
- il giocatore ferma la palla nelle mani;
- la palla è dentro o fuori;
- i quattro tocchi di palla da parte della stessa squadra;
- il mancato rispetto della regola della rotazione (sistema di gioco).

**N.B.**

Visto il numero elevato di giocatori per squadra si rende necessario adottare questa regola:

Il punteggio di ogni set è fissato a quindici ed ogni giocatore non può effettuare più di 2 battute consecutive. Quindi dopo le due battute consecutive, si effettua comunque il cambio-palla (non comporta punto per l'avversario) in modo da permettere a più giocatori di entrare in campo. In questo modo in una partita, anche se finisce 15-0, oltre ai 3 ragazzi in campo schierati dall'inizio, si verificheranno almeno altri tre cambi.





# SCUOLA PRIMARIA Quinta classe Grupa classe

