

1.1 Istituto comprensivo “ G. Marconi” Scuole: Scuola Secondaria I grado Classi/ Sez. Tutte

P 0207 Denominazione dell'attività: Centro Sportivo Scolastico / Gruppo Sportivo di Pallamano / Badminton / Palla Tamburello / Basket / Nuoto M/F con la possibilità di sviluppare anche altre discipline sportive (Atletica leggera – Pallavolo ed altre discipline che potranno essere prese in considerazione a seconda della richiesta e delle ore a disposizione)

1.2 Docente responsabile : Sergio Silvestri

1.3 Obiettivi:

PALLAMANO

- Sviluppo delle capacità coordinative specifiche e loro perfezionamento
- Sviluppo e perfezionamento dei fondamentali tecnici specifici: **palleggio** (basso-medio-alto); **tiro** da fermo in appoggio-in movimento-in elevazione-in tuffo; **passaggio e ricezione** nelle diverse varianti (arresto e cambio di direzione, dall'alto, dal basso, sottomano, con rimbalzo..) **tiro** con l'utilizzo delle diverse tecniche specifiche, 3° tempo
- Sapere utilizzare i diversi fondamentali nelle diverse situazioni di gioco
- Organizzazione delle situazioni di gioco in attacco (contropiede, incrocio, attacco organizzato) ed in difesa (difesa a zona o a uomo)
- Conoscenza delle principali regole

ATLETICA LEGGERA

- Pratica delle diverse discipline dell'atletica leggera (velocità-corsa ad ostacoli e staffetta, salto in alto, salto in lungo, lancio del vortex e del peso, corsa di mezzo fondo)
- Perfezionamento e consolidamento delle tecniche specifiche

BADMINTON

- Sviluppo delle capacità coordinative specifiche e loro perfezionamento
- Conoscenza delle principali regole
- Giochi ludici specifici
- Conoscenza, sviluppo e perfezionamento dei fondamentali tecnici specifici

PALLA-TAMBURELLO

- Utilizzazione dell'attrezzo sportivo tamburello con finalità ludiche, giochi propedeutici e di abilità con l'attrezzo
- Consolidamento dell'uso dell'arto dominante e dell'affermazione della lateralità
- Conoscenza pratica dei fondamentali individuali e di squadra, esercitazioni specifiche a coppie o piccolo gruppo
- Conoscenza dei regolamenti del gioco e applicazione pratica, partite
- Sviluppo di un sano spirito agonistico

PALLAVOLO

- sensibilizzazione, conoscenza e manipolazione della palla
- conoscere i diversi fondamentali, come si eseguono ed il loro utilizzo
- eseguire in modo abbastanza corretto e con crescente sicurezza i fondamentali del palleggio, del bagher e della battuta
- sapere utilizzare i fondamentali nelle diverse situazioni di gioco
- sapere intercettare e passare la palla il più preciso possibile al compagno
- sapere difendere il proprio spazio
- conoscere alcune delle regole principali
- avere la capacità di gestire gli spazi nel gioco 1/1, 2/2, 3/3, 4/4 e 6/6
- acquisire il concetto di rotazione

- saper comunicare-interagire con il mio/miei compagni
- sapere utilizzare una semplice griglia di valutazione/osservazione

BASKET

- Dal gioco dei passaggi al 5/5
- Conoscenza, sviluppo e perfezionamento dei fondamentali tecnici: tiro, passaggio, palleggio, partenze in palleggio, spostamenti difensivi, entrata in 3° tempo
- Es. di sensibilizzazione (Ball handling)
- Dal gioco 5/5 spontaneo all'1/1-2/2-3/3 per tornare al 5/5 arricchito
- Dai e vai; dai e segui
- Contropiede
- Sviluppo dei fondamentali di squadra, tipi di difesa e loro applicazioni nel gioco

FRISBEE

- Sensibilizzazione del polso
- Conoscenza e pratica nei diversi tipi di lancio
- Sviluppo dei fondamentali di gioco
- Saper marcare ed intercettare
- Conoscenza regole di gioco

NUOTO

- Approccio alla pratica natatoria con istruttore presso la piscina comunale di Castelfranco (corso a numero chiuso ad iscrizione ed a pagamento di una quota)

Classe/ i Destinatari

Studenti maschi e femmine delle classi prime, seconde e terze della Scuola Media. L'attività sarà, se le iscrizioni lo consentiranno, prevalentemente suddivisa in: 1 ora per le il gruppo delle classi prime ed 1 ora per le classi seconde/terze; un'ulteriore divisione, in particolar modo per le classi 2°/3°, potrà essere preso in considerazione in relazione al numero di adesioni. Gli sport potranno essere integrati, durante l'anno, da altri a seconda della richiesta e della disponibilità di materiale ed attrezzatura specifica. Si potranno utilizzare o integrare, in alcuni sport, materiali ed attrezzature personali a disposizione dei docenti, per integrare e potenziare la proposta formativa. Potrà essere prevista la partecipazione ai Giochi Sportivi Studenteschi in alcune discipline (palla tamburello, frisbee, basket), oltre all'eventuale organizzazione di partite amichevoli con altre scuole limitrofe in orario pomeridiano o in occasione della Festa della Scuola di fine anno o altri eventi particolari. Verranno organizzate dei Tornei tra le classi: Palla tra due fuochi classi prime; Basket classi seconde/terze maschi e pallavolo classi seconde/terze femmine.

Metodologie prevalenti

Si usano in prevalenza i metodi deduttivi, in particolare il metodo prescrittivo-direttivo ed il metodo misto. Si usa la scoperta guidata e la risoluzione dei problemi nelle esercitazioni di sensibilizzazione e manipolazione con la palla; il metodo situazionale e la risoluzione di problemi nello sviluppo del gioco: dal1/1 passivo e semi attivo alle situazioni facilitate di soprannumero.

Il gioco, in forma sempre più arricchito, e l'aspetto ludico sono sempre presenti nelle lezioni. Gli apprendimenti degli alunni avvengono principalmente per imitazione e per prove ed errore in modo tale che tutti gli alunni siano in grado di elaborare tecniche e strategie di gioco, analizzando tutti gli elementi essenziali di base, già acquisiti e presenti nel loro bagaglio motorio

Contenuti specifici

Si utilizzano esercitazioni individuali, a coppie, a piccoli gruppi, a gruppi a rotazione ed a squadre competitive. Si svilupperanno dei contenuti adeguati agli obiettivi perseguiti: sviluppo delle capacità coordinative, sviluppo degli schemi motori di base (correre, saltare, rotolare, prendere e lanciare, prendere e respingere...). Si cercherà, nello sviluppo dei fondamentali e del gioco, una progressione graduale delle difficoltà, in considerazione anche dell'età degli alunni.

Si utilizzano esercizi analitici per le prove dell'atletica leggera e per l'acquisizione di alcuni fondamentali tecnici degli sport proposti.

Prodotti / Risultati attesi

- Miglioramento delle capacità coordinative di base e speciali
- Sviluppo delle abilità motorie
- Miglioramento e maggior padronanza dei fondamentali tecnici specifici delle discipline affrontate
- Acquisizione e miglioramento dell'organizzazione di gioco
- Sviluppo della collaborazione e dello spirito di squadra
- Autocontrollo rispetto delle regole e maturazione del comportamento socio-affettivo-relazionale
- Rispetto del compagno e dell'avversario
- Sviluppo di una corretta e consapevole cultura motoria e sportiva

Sicurezza e standardizzazione nell'esecuzione del gesto tecnico o nella riproduzione di una sequenza tecnica specifica richiesta (atletica leggera e giochi sportivi).

1.4 Durata

Indicativamente da inizio Novembre a Maggio

Eventuale partecipazione ai giochi sportivi studenteschi o a manifestazioni similari

1.5 Risorse umane

Insegnanti di Scienze Motorie
Prof. Silvestri Sergio, Cetrano
Sonia, Trebbi Federica e Albertini
Chiara

1.6 Beni e servizi

Palestra Piazzale Gramsci e campo da calcio esterno; campo di atletica leggera "Ferrarini" Attrezzatura specifica per gli sport affrontati (Palloni; bastoni, , palline, casacche; cinesini, cerchi e materassi grandi; piccoli e grandi attrezzi dell'atletica leggera e di altri sport