

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE DI BOSISIO PARINI**PIANIFICAZIONE DEL PROGETTO**

pag. 1 di 2

Denominazione del progetto	Responsabile del progetto	Anno scolastico
Gruppo Sportivo	Livio Giulia	2012-2013

Tipologia: progetto d'Istituto progetto offerto da enti/istituzioni esterne
altro (*specificare*) **_Scuola Media Statale "La Nostra Famiglia" Bosisio Parini- Terzo**

Padiglione

Gruppo di lavoro (*specificare eventuale denominazione*) **_GRUPPO SPORTIVO_**

Componente (nome e cognome)	Funzione (Docente, Genitore, Alunno, Esperto, ATA)	Competenze/mansioni
Livio Giulia	Docente	Docente di Scienze Motorie e Sportive

Finalità/obiettivi generali

- Mantenere un ritmo di corsa costante favorendo la concentrazione sul lavoro di lunga durata
- Migliorare la mobilità articolare
- Riconoscere e saper assumere le diverse posizioni corporee
- Utilizzare motorialmente semplici espressioni relative allo spazio (dentro-fuori, avanti-dietro ;fila riga, ordine sparso)
- Utilizzare praticamente nozioni relative al tempo (lento-veloce, prima-dopo-contemporaneamente)
- Migliorare la capacità di percezione dello spazio di lavoro, condividendolo con compagni, attrezzi fissi e mobili
- Migliorare l'equilibrio statico e dinamico durante l'esecuzione degli schemi motori di base
- Mantenere/migliorare/consolidare la coordinazione dinamica generale
- Mantenere/migliorare le proprie abilità di motricità globale
- Sviluppare la coordinazione oculo-manuale
- Migliorare la mira e la precisione nei lanci e tiri
- Svolgere in autonomia e mantenere / migliorare l'esecuzione degli schemi motori di base (camminare, correre, lanciare, ricevere, rotolare la palla, saltare, saltellare, scavalcare, strisciare, rotolare, muoversi in quadrupedia)
- Partecipare ai giochi ricreativi e presportivi
- Ricordare e applicare le regole dei giochi praticati
- Collaborare/rispettare i compagni e avversari durante le gare, il gioco ricreativo o presportivo
- Ricordare e rispettare le regole e le indicazioni date dall'adulto per un corretto svolgimento dell'attività motoria
- Saper utilizzare adeguatamente il materiale durante l'attività motoria e saperlo riporre al termine della stessa
- Comprendere semplici consegne e saperle portare a termine in modo autonomo/con la supervisione/aiuto dell'adulto
- Favorire l'interazione con i compagni e insegnanti
- Favorire la concentrazione durante lo svolgimento delle attività pratiche proposte
- Migliorare l'autonomia personale negli spogliatoi
- Ricordare/favorire/mantenere corrette abitudini di igiene personale

Destinatari	Il Progetto si rivolge a 13 alunni/e del terzo Padiglione facenti parte di diversi gruppi classe
--------------------	--

Periodo di svolgimento

Indicare l'inizio e la fine del progetto nel modo più preciso possibile

Il laboratorio di gruppo sportivo si svolgerà ogni martedì pomeriggio dalle 13.30 alle 16.00 presso la palestra del Quarto Padiglione de "La Nostra famiglia" e si protrarrà per tutto l'anno scolastico 2012-2013.

Obiettivi Specifici di Apprendimento/Attività

- Corsa a ritmo costante, con variazione di ritmo (lento-veloce), corsa superando ostacoli over
- Esecuzione di andature ginnico-sportive (calciata, skipp, laterale, indietro, passo saltellato, saltelli in avanzamento a piedi uniti, divarico-riunisco, su un piede, a dx e sx, lunghi e corti)
- Esercizi di mobilità articolare per arti superiori e inferiori
- Utilizzo degli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, scavalcare, saltellare, rotolare, strisciare, muoversi in quadrupedia, lanciare, ricevere) da svolgere in percorso, in circuito, con staffette, esercizi e attività-gioco con piccoli e grandi attrezzi eseguiti individualmente, a coppie o in piccoli gruppi
- Esecuzione di esercizi in equilibrio dinamico
- Attività gioco con la palla: palleggio, lancio e ricezione, rotolamenti e tiri in una direzione data
- Esercizi di mira e precisione
- Giochi ricreativi: Sparviero, Mago libero, Bandiera, Scalpo, Vuota campo, Battaglia navale, Bowling
- Giochi presportivi Ruba palla, Bandieracanestro, Fulmine, Giorno-notte, Palla goal; staffette
- Giochi sportivi: uni-ok
- Ogni due mesi circa (fine novembre , fine febbraio, fine aprile) i ragazzi del gruppo sportivo inviteranno in palestra i loro compagni ad assistere ad esercizi, percorsi e giochi preparati durante le lezioni di scienze motorie. Sarà organizzato un semplice tifo e quando possibile la merenda .
- Esercitazioni e attività gioco propedeutici all'atletica leggera (resistenza, velocità, staffetta, lancio della pallina e del vortex)
- Preparazione e partecipazione alle "Settimane dello sport"

Metodologie utilizzate ed eventuali rapporti con altre istituzioni

- La lezione inizia con una presentazione verbale dell'attività con linguaggio semplice e chiaro. Ogni proposta viene preceduta da una dimostrazione da parte dell'insegnante
- La lezione si articola in una fase di riscaldamento(corsa, andature ed esercizi di mobilità articolare),una centrale dove vengono proposti esercizi e attività relative ai fondamentali dei diversi giochi (attività, percorsi, circuiti, esercizi a coppie, piccoli gruppi o eseguite singolarmente) e una conclusiva eseguendo un gioco collettivo.
- L'attività motoria viene proposta seguendo una progressione crescente sia per la difficoltà di esecuzione che per l'intensità di carico fisico.
- Le attività proposte terranno conto delle diverse situazioni di disabilità , dei diversi tempi di attenzione e apprendimento degli alunni .I ragazzi verranno gratificati e incoraggiati.

GESTIONE DELLE RISORSE

Risorse tecniche/strumentali

Materiale e attrezzature:	Anno finanziario
Per l'attuazione di tale progetto risulterebbe utile l'acquisto di 4 palloni di gommapiuma (media misura) e 4 palloni in plastica per un totale di spesa di circa 40,00 €	2012/2013