

PROGETTO SCUOLA PRIMARIA CLASSI 5°

I bambini di questa fascia d'età hanno già acquisito diverse competenze motorie di base e sono in grado di affrontare abilità motorie più specifiche, a completamento del principio di multidisciplinarietà che sta alla base del programma. Per arricchire dunque il bagaglio motorio degli alunni, le lezioni dell'ultimo anno prevedono l'approccio a più discipline sportive.

OBIETTIVI

1. Perfezionamento delle capacità coordinative in funzione di più discipline sportive (minibasket, minivolley, minihondboll, doyg-boll...);
2. Educazione al rispetto delle fondamentali regole di aggregazione sportiva:
 - Collaborare con i propri compagni di squadra al fine di raggiungere gli obiettivi preposti;
 - Rispetto degli avversari e di chi dirige il gioco;
3. Acquisizione di semplici fondamentali del gioco del minibasket, minivolley, minihondboll;
4. Consolidamento dell'abitudine al movimento come sano stile di vita.

1° MODULO (Ottobre)

Miglioramento della lateralizzazione, giochi con il corpo, con piccoli e grandi attrezzi.

2° MODULO (Novembre)

Rapporto proprio corpo-palla, aggiustamenti posturali, educazione delle capacità coordinative, utilizzo di altri attrezzi per educare e sviluppare le capacità motorie, richiamo fondamentali precedenti e loro combinazione: palleggio e tiro, giochi individuali e collettivi.

Miglioramento della capacità di equilibrio e di coordinazione, educazione alla socializzazione;

Consolidamento degli apprendimenti precedenti, strutturazione spazio-temporale, coordinazione dinamica generale e oculo-manuale, richiamo del lavoro svolto precedentemente verifiche e apprendimento globale dei movimenti da effettuare per poter ricevere la palla, giochi individuali e collettivi;

Introduzione al gioco del doyg-boll

3° MODULO (Dicembre - Gennaio)

Miglioramento della capacità di combinare correttamente i movimenti (coordinazione degli arti superiori e degli arti inferiori) utilizzando andature coordinative, con l'ausilio della palla;

Esercizi per aumentare la capacità di mobilità articolare, aumento della capacità di resistenza e di forza.

Gioco del minihandboll, primi elementi e regole.

4° MODULO (Gennaio -Febbraio)

Miglioramento del ritmo esecutivo, delle capacità di controllo dei movimenti, della rapidità di esecuzione.

5° MODULO (Febbraio - Marzo) 2 lezioni

Educare gradualmente alla concentrazione durante l'esecuzione di un gesto motorio.

Gioco del minivolley: primi elementi e prime regole.

6° MODULO (Marzo - Aprile) 2 lezioni

Saranno dedicate alla preparazione delle attività da inserire nei GG, da concordare con le insegnanti coinvolte nel progetto