

Appunti relativi al

CORSO DI INFORMAZIONE per Docenti della Scuola Primaria

“ La palla nelle lezioni di Corpo Movimento Sport”

Prof.sse Mirella RONCO e Loretta FABIANI, settore scolastico dello Sport del CONI, 27 gennaio 2010

1. IO GIOCO E MI MUOVO **IN UNO SPAZIO**
2. IO GIOCO E MI MUOVO **IN UN CERTO MOMENTO**
3. IO GIOCO E MI MUOVO **USANDO UNA PALLA**
4. IO GIOCO E MI MUOVO E **RISPETTO LE REGOLE**
5. IO GIOCO E MI MUOVO **CON QUALCUN ALTRO**
6. IO GIOCO E MI MUOVO **PER QUALCUN ALTRO**
7. IO GIOCO E MI MUOVO **CON TUTTI**

1. SPAZIO

- tipo di spazio (orizzontale, verticale, tridimensionale)
- lateralità
- orientamento
- controllo

2. TEMPO

- coordinazione
- durata
- contemporaneità, successione, alternanza
- adeguamento a segnali (visivi, sonori, codificati)
- ritmo

3. OGGETTO PALLA

- quanti e quali tipi di palla
- usare la palla in forma libera o codificata
- utilizzare gli schemi motori di base in progressione di difficoltà
- controllare l'attrezzo
- mettere in gioco equilibri statici e dinamici
- associare il movimento ad uno stimolo visivo o ad un segnale acustico
- esercitare le capacità coordinative

4. REGOLE

- riflettere sul proprio comportamento
 - Capisco quando è il momento di agire?
 - So svolgere il mio ruolo?
 - Rispetto il ruolo degli altri?
 - Come sto in mezzo agli altri?
 - Accetto l'autorità esterna?
 - So accettare di non essere sempre dalla parte dei vincitori?
 - Mi autocontrollo?

5. COLLABORAZIONE

6.

- adeguarsi al movimento dell'altro
- agire non in parallelo, ma insieme
- aspettare
- lavorare in funzione dell'altro

7. GIOCO DI SQUADRA

- tenere sotto controllo lo spazio di gioco
- lavorare in modo finalizzato
- rispettare il turno
- elaborare strategie
- ricercare l'anticipazione
- scegliere tra diverse soluzioni
- condividere gli obiettivi con altri
- comprendere gli effetti delle proprie azioni
- avere motivazioni comuni
- apprezzare l'intervento del compagno

SUGGERIMENTI METODOLOGICI

- Sviluppare il dominio dell'attrezzo in spazi piccoli
- Delimitare il posto e usare riferimenti
- Adattare esercizi e giochi per prevenire i disagi
- Associare al comando uno stimolo visivo per favorire l'astrazione
- Abbinare variazioni di movimenti a segnali acustici quando il gruppo è distratto o rumoroso
- Variare lo spazio (restringere o allargare il campo)
- Utilizzare varianti all'interno dello stesso gioco per esercitare altri schemi motori di base
- Privilegiare i giochi a scambio (entrambe le squadre svolgono gli stessi esercizi)
- Far emergere le scelte tattiche
- Non dare soluzioni (le strategie devono essere una scoperta)
- Permettere un momento di utilizzo libero dell'attrezzo prima degli esercizi strutturati

Esempio di gioco: STAFFETTA SOPRA/SOTTO

2 squadre – campo diviso a metà (la linea di mezzo delimita i campi di appartenenza)

Squadra A si distribuisce nel suo campo, pronta a ricevere la palla.

Squadra B si dispone in fila, il capofila pronto a lanciare la palla.

Al VIA lancia la palla; il giocatore avversario che la recupera si pone in posizione gambe divaricate, braccia in alto; tutti gli altri velocemente si mettono in fila dietro di lui e si passano la palla sopra la testa; l'ultimo che riceve la palla si gira, tutti i girano e la palla torna indietro sotto le gambe. Quando viene ripresa dal primo, questi porta la palla sulla linea di delimitazione del campo e stoppa il gioco.

Contemporaneamente il giocatore della squadra B dopo aver lanciato si mette a correre velocemente intorno alla sua fila di compagni e si contano i giri che compie.

Allo STOP fa punteggio il numero dei giri conclusi.

Poi le squadre si scambiano i ruoli e vince la squadra che ha concluso nel minor tempo (n° giri).

Varianti: tutto lo spazio è valido / cambiare tipo di palla (da tennis, di spugna, più piccola) / aumentare il loro n°.

Anna Maria