

Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

kids



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

***Rosario Pitton, Miriam T. Scarpino, Emiliana Polini, Roberto Carminucci,
Daniele Tolomini, Terdelinda Rastelli, Benedetta Caloni***



*Ministero
dell'Istruzione*

**SPORT
E SALUTE**

Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids

Federazione Ginnastica d'Italia

Relatore: Prof. Rosario Pitton

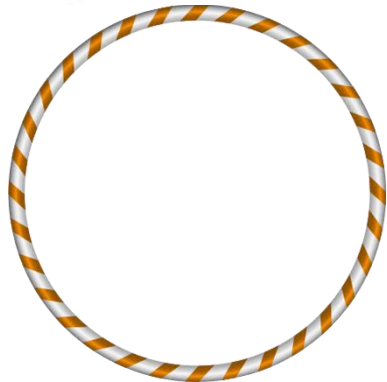


*Ministero
dell'Istruzione*

SPORT
E SALUTE



«Grazie per l'attenzione»



Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids

Federazione Ginnastica d'Italia

Relatore: Prof. Miriam Scarpino



*Ministero
dell'Istruzione*

SPORT
E SALUTE

Indicazioni nazionali per il curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione



SCUOLA PRIMARIA
Gli obiettivi di apprendimento



Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- ✓ rapporti non abituali tra il corpo e lo spazio;
- ✓ organizzazione spazio-temporale;



Il ruolo del tutor nel contesto scolastico:

- promuovere, attraverso il gioco, l'attività motoria per far sperimentare progressivamente **abilità sempre più complesse** utilizzando gli elementi propedeutici della **ginnastica**;
- avviare in modo **multilaterale, multidisciplinare** e più **creativo** alla pratica motoria e sportiva scolastica;
- considerare la **centralità del docente di classe**;
- qualità, quantità, continuità;
- l'ambiente di apprendimento: **arricchito, integrato ed inclusivo**;
- i genitori





Il modulo formativo FGI

L'interazione tra il tutor sportivo scolastico e i docenti delle scuole primarie (III e IV classe) ha carattere tecnico-pratico e consente ad entrambi di sperimentare le proposte operative e di verificarne l'efficacia, confrontarsi su un piano d'intervento diverso dall'usuale, valutare situazioni didattiche nuove, gestire un gruppo squadra, strutturare un'ora di educazione fisica con orientamento sportivo con l'obiettivo di **aumentarne il tempo attivo**.

Il percorso di formazione è un contributo a perseguire le finalità educative favorendo che l'intervento motorio-sportivo sui bambini sia di buona specificità in presenza ma anche in assenza del tutor: una opportunità di formazione in servizio per i docenti che, attraverso la varietà dei contenuti motori e sportivi proposti, possono favorire lo sviluppo delle competenze motorie di base degli alunni (Linee guida UE sull'attività fisica – *Health Enhancing Physical Activity* HEPA).



L' ATTIVITÀ a scuola:

le classi terze e quarte, guidate dai propri insegnanti e con i suggerimenti dei tutor sportivi scolastici, potranno **sperimentare progressivamente abilità sempre più complesse** e **utilizzare gli elementi propedeutici della ginnastica** per avviare, in modo multilaterale, multidisciplinare e più creativo, alla pratica motoria e sportiva scolastica, contribuendo a promuovere la salute da adulti con vantaggi in termini di economia e sostenibilità ambientale.

In linea con il «Piano d'azione globale per promuovere l'attività fisica 2018-2030» dell'OMS, il documento per migliorare la quantità e la qualità dell'attività fisica, la progressione degli apprendimenti in ambito motorio contribuirà a sviluppare **abilità trasferibili e competenze motorie, comunicative e di cittadinanza attiva.**



Caratteristiche dell'attività in palestra:

- ✓ l'esigenza di **gioco** e di **movimento** per sostenere lo sviluppo organico, cognitivo emotivo e relazionale del bambino;
- ✓ gli appoggi e le stazioni variate per sperimentare **rapporti non usuali fra il corpo e lo spazio**, prospettive e punti di vista diversi per favorire la scoperta di concetti spaziali, temporali e di causa-effetto;
- ✓ gli **attrezzi** codificati e/o occasionali usati in funzione degli obiettivi da raggiungere;
- ✓ la continuità e la varietà nella pratica delle attività motorie per favorire l'apprendimento motorio, la **self-efficacy** e lo star bene a scuola;
- ✓ la partecipazione attiva di tutti i bambini, ricercata attraverso una **didattica obliqua**, per far riportare quel successo che facilita gli apprendimenti successivi;

Caratteristiche dell'attività in palestra:



- ✓ La pluralità delle esperienze che possono essere sperimentate nel gioco e nel **giocosport**, consentono di formare un comportamento sportivo nel quale l'etica e la tolleranza permettono di gestire lo stress causato da relazioni disfunzionali e di adottare comportamenti adeguati a norme e valori condivisi;
- ✓ Lo stretto legame tra **gioco e sport**, con regole condivise semplificate e non codificate, è inoltre utile per sviluppare competenze in ambito relazionale come imparare a lavorare in gruppo e a cooperare per il raggiungimento degli obiettivi, conoscere, agire, comunicare e migliorare le funzioni sensoperceptive, utilizzare, padroneggiare, combinare e variare gli schemi motori di base.

Caratteristiche dell'attività in palestra:



- ✓ l'approccio operativo della **variabilità della pratica ludica, motoria ed emotiva** per favorire, a scuola, gli apprendimenti e calibrare l'attività sulle reali capacità e bisogni degli alunni speciali realizzando un processo di integrazione e di inclusione nel quale tutti hanno la possibilità di trovare elementi di successo e di valorizzazione personale;
- ✓ l'abitudine ad essere **creativi**, come strumento di conoscenza e opportunità per imparare a vedere un problema da più punti di vista che può influire sulla formazione culturale e sociale;
- ✓ le **attività divertenti** quando gli obiettivi personali e i fattori intrinseci (lo sviluppo delle abilità, il miglioramento, la sfida ottimale, il controllo sull'ambiente, la motivazione) sono enfatizzati rispetto ai fattori esterni come la vittoria (*Mandingo & Couture, 1996,*)
- ✓ **il corpo come attrezzo**

Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids

Federazione Ginnastica d'Italia

Relatore: Prof. Terdelinda Rastelli



Ministero
dell'Istruzione

SPORT
E SALUTE



LA METODOLOGIA DI SVILUPPO:

un suggerimento per esplorare lo spazio con tutte le possibili soluzioni da adottare, scegliendo quella più appropriata e funzionale per sviluppare :

- **la creatività,**
- **l' auto-efficacia,**
- **l'abilità di vita,**
- **l'acquisizione di uno stile di vita sano, attivo e personale, a vantaggio dell' incremento, nel corso degli anni, della partecipazione alle attività motorie e sportive e al loro non abbandono precoce.**

- ✓ **le competenze motorie ;**
- ✓ **la creatività motoria;**
- ✓ **le abilità di vita;**
- ✓ **lo stile di vita attivo, sano e personale**





Nelle relazioni con amici e familiari affronto le difficoltà di comunicazione

L'«ostacolo», un'opportunità di crescita



Come posso superarlo, con quali soluzioni motorie?

Trovo diverse soluzioni per comunicare

Posso contare sulla mia forza, sulla mia velocità, sulla mia capacità di anticipazione?

Decido e considero vantaggi e svantaggi della scelta fatta

Posso migliorare le mie abilità personali e utilizzarle in altre situazioni?

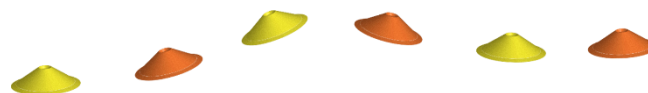
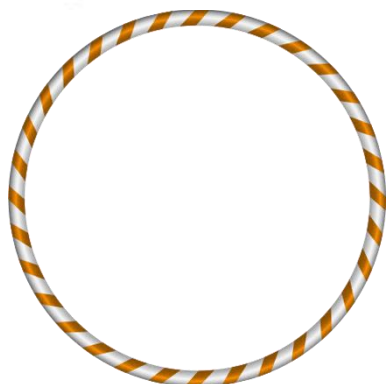


La variabilità della pratica del corpo in movimento per costruire *life skills*.

Sviluppare la capacità di *problem solving* motorio per facilitarne il trasferimento in diversi contesti.

Le *life skills*

Scheda attività gioco «Alla Ricerca dell'equilibrio perduto»




«Alla ricerca dell'equilibrio perduto»

Miriam T. Scarpino



Scheda attività gioco «Alla Ricerca dell'equilibrio perduto»



Nome attività-gioco	Mini Ginnastica “Alla ricerca dell'equilibrio perduto”
Progressione didattica 	<ul style="list-style-type: none">• camminare, strisciare, rotolare, correre nel labirinto a ritmo lento, veloce, in equilibrio, ad occhi chiusi, attenti ad aiutare i compagni;• camminare in equilibrio sulle funicelle, scavalcarle, saltarle con uno o due piedi e in varie direzioni;• quadrupedia prona o supina:<ul style="list-style-type: none">○ avanti, indietro, a dx, a sx, girando su se stessi, in curva, scavalcando piccoli ostacoli;○ mani in appoggio al suolo, avanzare eseguendo una serie di saltelli con gli arti inferiori semiflessi e arrivo alternativamente a dx e a sx delle funi;• tripedia (avanzare sulla fune ma con tre appoggi);• quadrupedia prona e capovolta avanti;• appoggi successivi (piede sx, mano sx, mano dx, piede dx) su un ellisse disegnato a terra che verrà gradatamente sostituito da una linea curva e da una linea retta;• salto verticale sul posto;• salto verticale con $\frac{1}{4}$ di giro in volo;• salto verticale con $\frac{1}{2}$ giro in volto• salto verticale con giro completo in volo
Tipologia	Squadre, a cronometro



Scheda attività gioco «Alla Ricerca dell'equilibrio perduto»



Obiettivi di apprendimento



Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo:

- combinare e coordinare diversi schemi motori;
- elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento;
- organizzare il movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri;
- esplorare rapporti non usuali tra il corpo e lo spazio;
- sperimentare diverse forme di spostamento in differenti stazioni;
- controllare condizioni di equilibrio statico e dinamico;

Eventuali Obiettivi trasversali / interdisciplinari/ educazione civica/

- sperimentare la collaborazione per un fine comune.
- Secondo nucleo tematico, sviluppo sostenibile:
- educazione alla salute (aumentare, anche nel tempo libero, la quota di movimento giornaliera e migliorare la propria performance).

Classi consigliate/età

Classi terze e quarte

Numero partecipanti

Classe intera

Attrezzi/materiali

Funicelle, 3 cerchi, 1- 2 tappetini



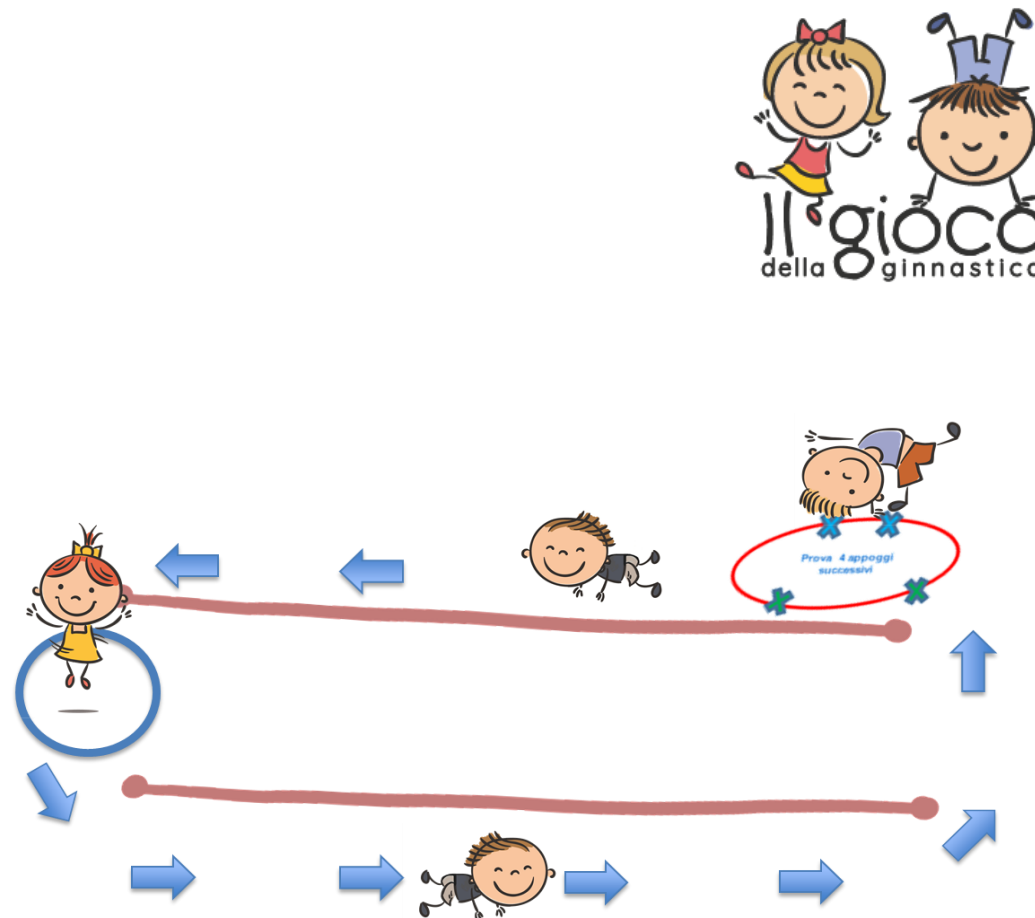
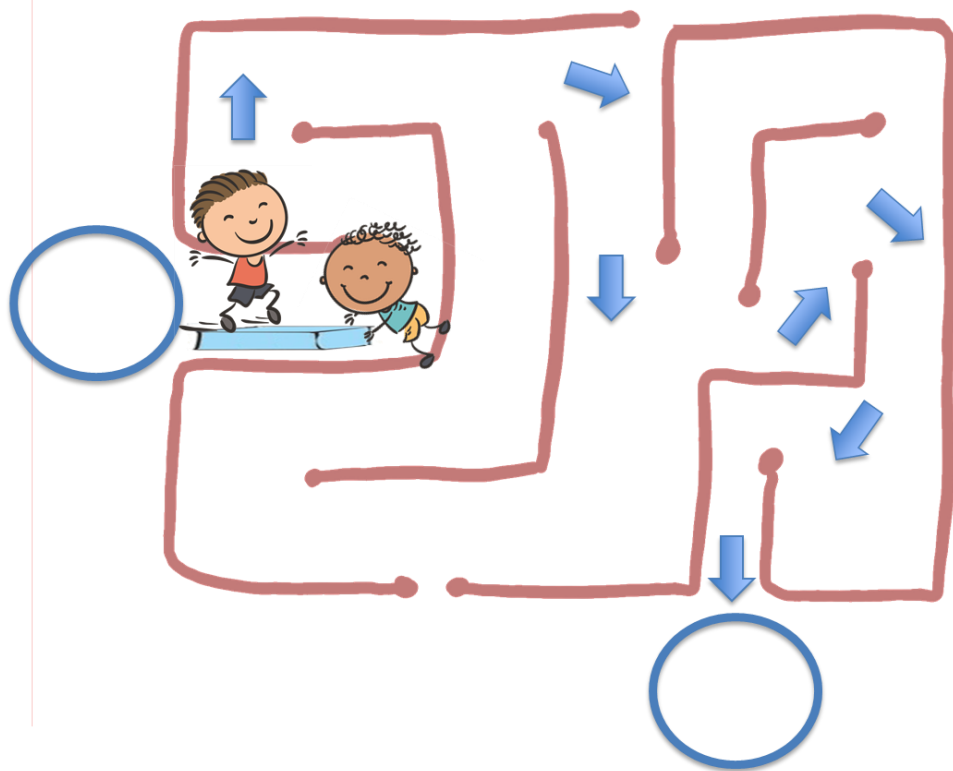
Scheda attività gioco «Alla Ricerca dell'equilibrio perduto»

Spazio utilizzato	Palestra o altro spazio disponibile
Durata	50' circa
Preparazione	<p>Costruire un labirinto (percorso A) con le funicelle a disposizione, con una entrata (un cerchio ed un tappetino) ed una uscita (un cerchio).</p> <p>Costruire il percorso B: due funicelle parallele, disegnare un ellissi con quattro punti alla partenza e posizionare un cerchio tra le funicelle all'estremità opposta alla partenza.</p> <p>La classe è divisa in due squadre che si dispongono in fila: una nel cerchio di partenza del labirinto e l'altra in corrispondenza dell'ellissi.</p>
Descrizione	<p>La squadra impegnata nel percorso A è divisa in coppie: tutte le coppie (un bambino è in equilibrio su un piccolo tappeto che viene trascinato dall'altro) hanno il compito di attraversare il labirinto e, subito dopo, di riportare il tappeto alla partenza.</p> <p>La squadra B, deve completare a staffetta un percorso con:</p> <ol style="list-style-type: none">1. appoggio successivo al suolo (piede sx, mano sx, mano dx, piede dx, per i soggetti destri, al contrario per i mancini);2. quadrupedia;3. salto verticale con 360° in volo (nel cerchio)4. quadrupedia <p>Il compito motorio della squadra B funge da cronometro.</p> <p>Allo stop del "cronometro", si contano i bambini che sono stati trasportati attraverso il labirinto. Scambio di ruoli e consegne per le squadre.</p>



Scheda attività gioco «Alla Ricerca dell'equilibrio perduto»

Disegni, grafici, foto



Scheda attività gioco «Alla Ricerca dell'equilibrio perduto»

Osservazioni La riduzione o l'aumento della distanza fra le funicelle disposte a terra stimola la percezione spaziale dei bambini e modifica l'obiettivo da raggiungere; far sperimentare e ricercare ai bambini la migliore soluzione di collaborazione per raggiungere il fine comune.

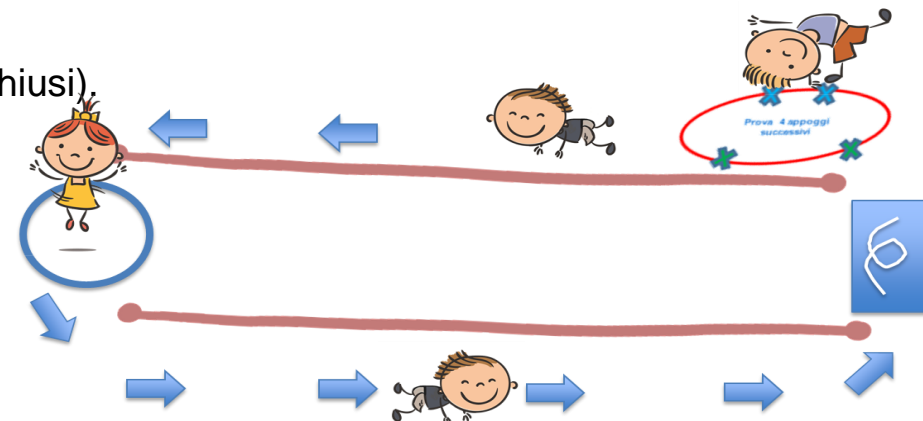
Variazione **Variazione della precisione** : avvicinare o allontanare le funi a terra parallele del labirinto in base alla precisione da raggiungere;

Variazione del tempo attivo e della situazione: costruire un labirinto con funi parallele distanziate per consentire alle squadre di entrarvi contemporaneamente con probabile incrocio dei componenti che dovranno prestare attenzione a non toccarsi o intralciarsi.

Variazione della complessità del percorso B:

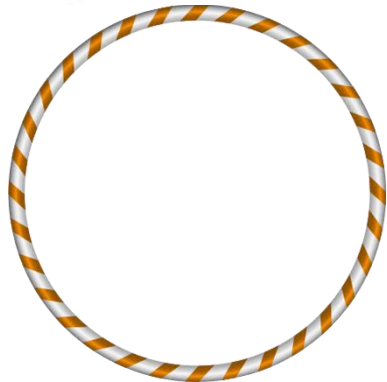
1. appoggio successivo al suolo (piede sx, mano sx, mano dx, piede dx, per i soggetti destri, al contrario per i
2. quadrupedia;
3. nel cerchio giro in volo 360°
4. tripedia
5. rotolamento al suolo o capovolta avanti sul tappeto

Variazione del carico: (il bambino viene trascinato sul tappeto ad occhi chiusi)





«Grazie per l'attenzione»



Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

kids

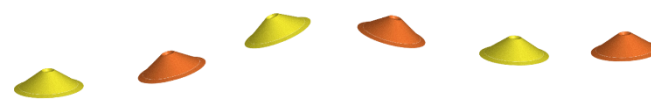
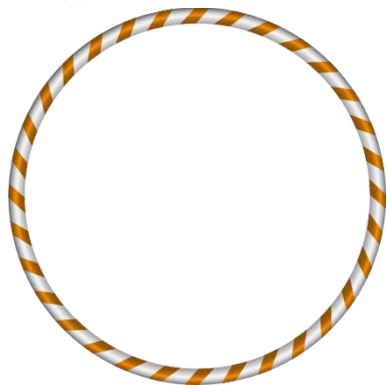
Federazione Ginnastica d'Italia

Relatore: Prof. Emiliana Polini



*Ministero
dell'Istruzione*

SPORT
E SALUTE



«Rope skipping»

Emiliana Polini e Miriam Scarpino



Scheda attività gioco «Rope skipping»

Nome attività-gioco	"Rope skipping"
Progressione didattica	<p>Fune gigante girante, attraversarla:</p> <ul style="list-style-type: none">• al segnale camminando/correndo, fermandosi a saltare;• scegliendo il momento giusto per farlo;• con o senza segnale a coppie ma anche in tre, quattro, la classe intera. <p>Fune singola (1 corda):</p> <ul style="list-style-type: none">- eseguire saltelli con rimbalzo a piedi uniti (senza usare le corde)- eseguire saltelli con rimbalzo a piedi uniti saltando la corda che dondola delicatamente;- saltare la corda usando i salti più semplici (giro normale, inverso, con e senza rimbalzo, a braccia incrociate;- bambini posti l'uno accanto all'altro, uno di essi impugna una corda e la fa girare: eseguire dei saltelli contemporaneamente;- bambini posti l'uno di fronte all'altro, uno di essi impugna una corda e la fa girare: eseguire dei saltelli contemporaneamente;- bambini posti uno accanto all'altro con una corda (ogni bambino impugna una delle due estremità dell'attrezzo): eseguire dei saltelli alternandosi tra loro (sul posto o in avanzamento). <p>Fune lunga (tenuta da due compagni):</p> <ul style="list-style-type: none">- oscillare delicatamente la corda avanti e indietro in modo da spazzolare il pavimento;- girare la corda con una mano assieme a un compagno mantenendo un buon arco della stessa;- imparare ad entrare ed uscire in una fune girante dal lato dx e sx di un girante scegliendo il momento giusto per farlo (da soli, poi a coppie, ma anche in tre, quattro...);- girare la corda con uno compagno (skipper) che salta al centro;- entrare in una fune girante, saltare, uscire (anche a coppie o a terziglie);- entrare in una fune girante, eseguire almeno tre saltelli, uscire (anche a coppie o a terziglie).



Scheda attività gioco «Rope skipping»



Tipologia	Attività individuale e in gruppo
Obiettivi di apprendimento	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo:</p> <ul style="list-style-type: none">• combinare e coordinare diversi schemi motori;• elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento;• organizzare il movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri;• controllare condizioni di equilibrio dinamico;
Eventuali Obiettivi trasversali / interdisciplinari/ educazione civica/ riferiti agli obiettivi della Scuola Primaria	<ul style="list-style-type: none">• sperimentare la collaborazione per un fine comune; <p>Secondo nucleo tematico, sviluppo sostenibile:</p> <ul style="list-style-type: none">○ educazione alla salute:• aumentare anche nel tempo libero la quota di movimento giornaliera;• migliorare la propria performance;• agire ed autodeterminarsi in modo autonomo e responsabile
Didattica Digitale Integrata (DDI) <i>Modalità di Didattica non in presenza</i>	Attività individuale accessibile a qualsiasi modalità di lezione in accordo con DDI in presenza/didattica ibrida-mista-online

Scheda attività gioco «Rope skipping»



Eventuali Obiettivi trasversali / interdisciplinari/ educazione civica/	sperimentare la collaborazione per un fine comune; https://www.youtube.com/watch?v=71FM1lqKmfE Secondo nucleo tematico, sviluppo sostenibile: <ul style="list-style-type: none">○ educazione alla salute:• aumentare anche nel tempo libero la quota di movimento giornaliera;• migliorare la propria performance;• agire ed autodeterminarsi in modo autonomo e responsabile
Didattica Digitale Integrata (DDI) <i>Modalità di Didattica non in presenza</i>	Attività individuale accessibile a qualsiasi modalità di lezione in accordo con DDI in presenza/didattica ibrida-mista-online
Classi consigliate/età	Classi terze e quarte
Numero partecipanti	Classe intera
Attrezzi/materiali	Fune gigante, corde
Spazio utilizzato	Palestra o altro spazio adeguato
Durata	50' circa, variabile a seconda delle proposte
Preparazione	Organizzare lo spazio in rapporto al numero degli alunni e agli attrezzi a disposizione come sotto descritto



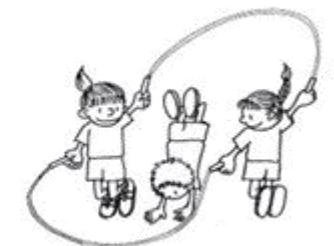
Scheda attività gioco «Rope skipping»

Descrizione

- 2 bambini saltano con la medesima corda (**visitor jump**):
 - fianco a fianco;
 - di fronte;
- 2 bambini con due corde si cimentano in diversi salti e combinazioni;
- 3 bambini: 2 girano una lunga corda mentre il terzo salta (invertire i ruoli).



Disegni, grafici, foto



Scheda attività gioco «Rope skipping»



Osservazioni	Le proposte didattiche hanno carattere ludico-motorio-emotivo orientato al compito si avvalgono dell'utilizzo specifico della fune per strutturare lo spazio prossimo e adattare il gesto motorio alla percezione dello spazio e del tempo. Importante l'intesa tra compagni per far sperimentare e ricercare la migliore soluzione per raggiungere il fine comune acquisendo abilità anche nel girare la corda. Accompagnare le attività con i brani musicali preferiti dai bambini; entusiasmarli a perseverare negli obiettivi individuali e di gruppo da raggiungere, anche con immagini e videoclip https://www.youtube.com/watch?v=7BE1vLk1woA
Variazione	<p>Variazione della precisione: durante l'esplorazione dei bambini, l'insegnante può unire le diverse modalità che vede realizzate fino a creare una piccola combinazione delle differenti proposte: in quanti modi siete passati sotto, avete scambiato o superato l'attrezzo?</p> <p>Variazione della complessità: invitare i bambini ad attenersi ad altri tipi di vincoli: associare alla forma un movimento; ad esempio, trovata la soluzione di disegnare con un attrezzo, chiedere di provare a muoversi con l'azione dell'attrezzo, come se qualcuno ci stesse facendo muovere...</p> <p>Variazione della situazione - introdurre altri tipi di vincoli, ad esempio, elementi caratteristici di altre discipline: si propone ai bambini, anche a coppie con distanziamento, di utilizzare i piccoli attrezzi per mimare sport noti; ad esempio, un compagno dispone un cerchio parallelo al suolo più in alto possibile e l'altro mima un tiro a canestro; cambiare i ruoli.</p>

Scheda attività gioco «Rope skipping»

Variazione

Inserire elementi per variare la precisione, il tempo, la complessità, la situazione, il carico, ecc. e/o integrare con elementi caratteristici di altre discipline

Variazioni di precisione, tempo e complessità (rope skipping/2 corde):

- girare 2 corde con un buon arco e un ritmo costante a velocità basse ed elevate; la corda nella mano dx gira in senso antiorario, quella nella mano sx in senso orario;
- girare le corde a ritmo con quello prodotto dal docente/tutor;
- girare le corde mantenendo un buon arco e muovendosi nelle direzioni indicate dal docente /tutor;
- eseguire 10 saltelli consecutivi a piedi uniti;
- imparare ad entrare/uscire in 2 funi giranti dal lato dx o sx di un girante;
- come sopra ma correndo;
- due bambini girano due lunghe corde in senso opposto e un bambino salta (**double dutch**);
- aggiungere un bambino che salta la propria corda (la terza): verranno saltate due funi contemporaneamente.



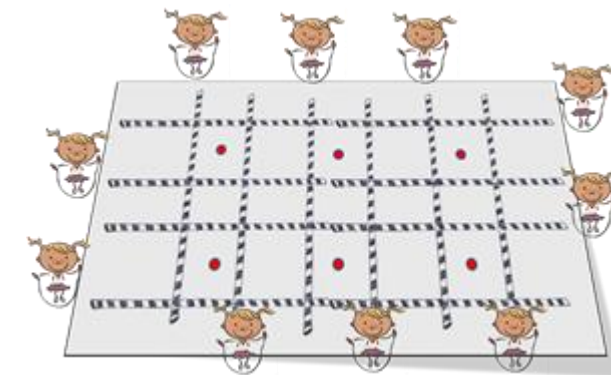
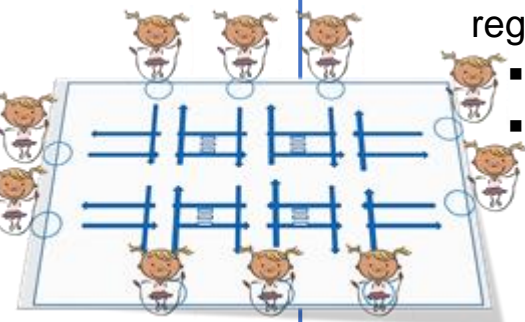
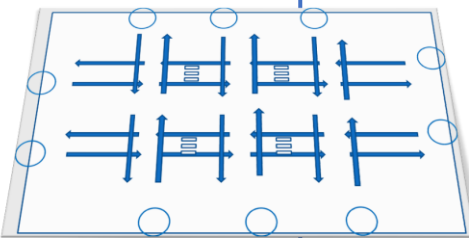
https://www.youtube.com/results?search_query=yves+larock+rise+up

Scheda attività gioco «Rope skipping»

Variazione

Variazione della situazione e del carico:

- Educazione stradale:
 - Disporre tre coppie di cerchi, uno di fronte all'altro alla distanza di circa tre/quattro metri sui lati lunghi di un rettangolo; disporre due coppie di cerchi, uno di fronte all'altro alla distanza di circa cinque/sei metri sui lati corti di un rettangolo; una piccola fila di bambini per ogni postazione con partenza in successione.
 - Collocare funi distese per simulare corsie, marciapiedi, strisce pedonali;
 - Ogni bambino percorre il tracciato da:
 - pedone (camminando a piedi sulla "strada", sul "marciapiede");
 - ciclista (correndo lentamente);
 - automobilista (saltando con la propria funicella).
- Le norme fondamentali per salvaguardare la propria e l'altrui incolumità sono:
- mantenere la destra;
 - dare la precedenza ai pedoni sulle strisce pedonali;
 - dare la precedenza ai "veicoli" provenienti da destra.
- Se il percorso verrà effettuato da più bambini contemporaneamente, per evitare "scontri", sarà necessario seguire semplici regole:
 - se sta per sopraggiungere un bambino da sinistra, continuare a saltellare avanzando;
 - se il bambino proviene da destra, dare la precedenza continuando a saltellare sul posto.



Variazioni

Variazione con integrazione di elementi caratteristici di altre discipline:

- **Il gym-orienteeering**

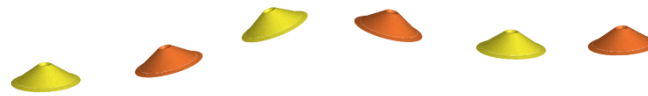
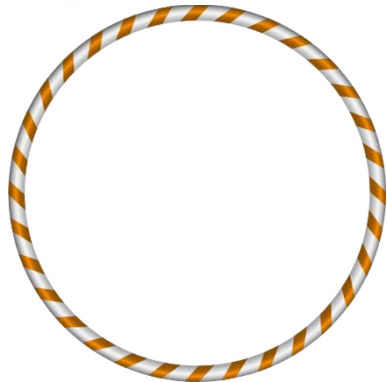
- L'orienteeering è una prova in cui il bambino, con l'ausilio di una cartina didattica ed eventualmente della bussola, deve raggiungere il traguardo passando attraverso una serie di punti di controllo che sono indicati sul terreno dalla "lanterna", un segnale bianco-arancione che viene predisposto nel punto esatto del terreno che corrisponde al centro del cerchietto sulla carta.
- La scelta di percorso è libera: ognuno deve, leggendo la carta, trovare la via più veloce e vantaggiosa per passare dai posti di controllo e giungere al traguardo proporzionalmente alle proprie capacità tecniche ed atletiche.

Per le esercitazioni in palestra i punti di controllo possono essere raggiunti saltando con la funicella e “vidimati” dall’esecuzione, ad esempio, di 10 saltelli senza interruzione, 10 saltelli a coppie, ecc.





«Grazie per l'attenzione»



Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids

Federazione Ginnastica d'Italia

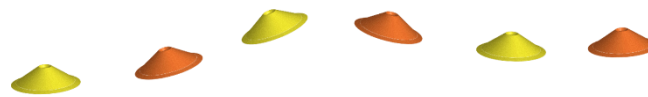
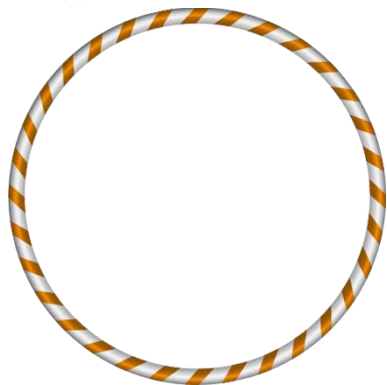
Relatore: Prof. Miriam Scarpino



*Ministero
dell'Istruzione*

SPORT
E SALUTE

Scheda attività gioco «Il gioco della mini ginnastica»



«Il gioco della mini ginnastica»

Miriam Scarpino



Scheda attività gioco «Il gioco della mini ginnastica»

Nome attività-gioco	Il Gioco della Mini Ginnastica
Progressione didattica	<p>Momento di attivazione utile per stimolare nei bambini lo sviluppo della creatività motoria che si configura come l'abilità di risolvere in modo originale e pertinente compiti motori poco definiti che non prevedono una sola soluzione.</p> <p>Le attività offrono spunti per migliorare la conoscenza del corpo (parti del corpo, differenziazione cinestetica, espressione attraverso il corpo) e l'esplorazione degli oggetti (esplorazione delle possibilità di movimento con l'oggetto oltre il suo uso convenzionale).</p> <p>Tutte le attività possono essere proposte con una musica.</p>
Tipologia	Attività individuale o a coppie
Obiettivi di apprendimento	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo</p> <ul style="list-style-type: none">• combinare e coordinare diversi schemi motori;• elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento;• organizzare il movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri;• esplorare rapporti non usuali tra il corpo e lo spazio;• sperimentare diverse forme di spostamento in differenti stazioni;• controllare condizioni di equilibrio statico e dinamico. <p>Il linguaggio del corpo come modalità espressiva e comunicativa</p>
Eventuali Obiettivi trasversali / interdisciplinari / educazione civica/	<ul style="list-style-type: none">• sperimentare la collaborazione per un fine comune.
Didattica Digitale Integrata (DDI)	Attività individuale accessibile a qualsiasi modalità di lezione in accordo con DDI in presenza/didattica ibrida-mista-online



Scheda attività gioco «Il gioco della mini ginnastica»

Classi consigliate/età	Classi terze e quarte
Numero partecipanti	Classe intera
Attrezzi/materiali	palle, cerchi, corde, clavette, nastri di diverse dimensioni in rapporto 1:1
Spazio utilizzato	Palestra o altro spazio adeguato
Durata	50' circa
Preparazione	<p>L'insegnante offre lo spunto iniziale, spiega e definisce i vincoli del compito all'interno dei quali i bambini sperimentano le loro soluzioni.</p> <p>Ad esempio: "Siete capaci di disegnare con una corda? E con un cerchio?"</p> <p>Costruire insieme ai bambini la tabella con i compiti motori e chiedere loro di scegliere il primo attrezzo con cui cimentarsi per completare le richieste.</p> <p>Consegnare una tabella ad ogni gruppo costituito da tanti bambini quanti sono gli attrezzi diversi a disposizione.</p>
Descrizione	<p>I bambini, divisi per gruppo con attrezzi diversi, vengono invitati a sperimentare le azioni motorie richieste con un piccolo attrezzo. Quando è stata scoperta una soluzione per usare, uno alla volta, i piccoli attrezzi, annotarla nella rispettiva casella della tabella. Si può prevedere di condividere quanto realizzato, ad esempio ogni 5', e ritornare a produrre soluzioni.</p>



Scheda attività gioco «Il gioco della mini ginnastica»

Disegni, grafici, foto	Il Gioco della Mini-Ginnastica					
	Palla					
	Cerchio					
	Fune					
	Clavette					
	Nastro					
	disegnare, annodare, attraversare, superare, saltare, passare sotto, lanciare, riprendere, consegnare, scambiare, ecc., ecc., ecc., ecc.....					



Osservazioni Far sperimentare e ricercare ai bambini la migliore soluzione di collaborazione per raggiungere il fine comune.

Variazione

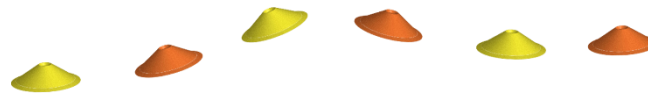
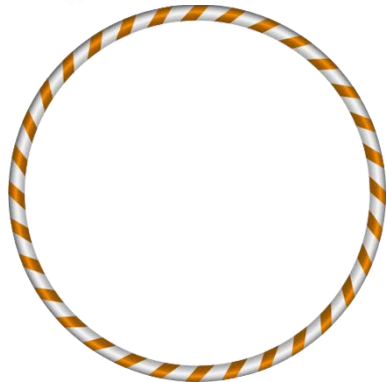
Variazione della precisione: durante l'esplorazione dei bambini, l'insegnante può unire le diverse modalità che vede realizzate fino a creare una piccola combinazione delle differenti proposte: in quanti modi siete passati sotto, avete scambiato o superato l'attrezzo?

Variazione della complessità: invitare i bambini ad attenersi ad altri tipi di vincoli: associare alla forma un movimento; ad esempio, trovata la soluzione di disegnare con un attrezzo, chiedere di provare a muoversi con l'azione dell'attrezzo, come se qualcuno ci stesse facendo muovere...

Variazione della situazione - introdurre altri tipi di vincoli, ad esempio, elementi caratteristici di altre discipline: si propone ai bambini, anche a coppie con distanziamento, di utilizzare i piccoli attrezzi per mimare sport noti; ad esempio, un compagno dispone un cerchio parallelo al suolo più in alto possibile e l'altro mima un tiro a canestro; cambiare i ruoli.



«Grazie per l'attenzione»



Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids

Federazione Ginnastica d'Italia

Relatore: Prof. Roberto Carminucci



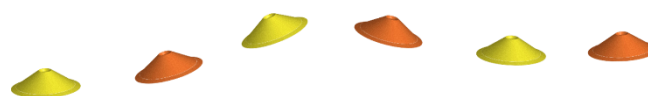
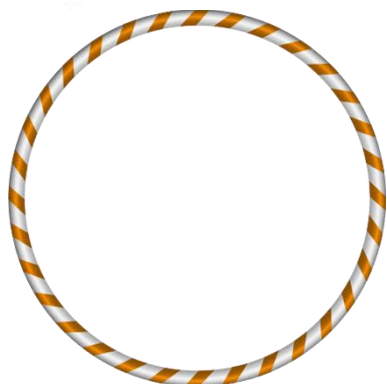
Ministero
dell'Istruzione

SPORT
E SALUTE



«Mini Parkour-Gym»

Roberto Carminucci, Miriam Scarpino



Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»

Nome attività-gioco	Mini Parkour-Gym (in continuità con la Scheda progettazione attività-gioco n. 1 “Alla ricerca dell’equilibrio perduto”)
Progressione didattica	Il Mini Parkour-gym è un’attività che può essere proposta nelle classi terze e quarte di scuola primaria


... da ricordare:

lo scopo del parkour è spostarsi nel modo più efficiente e fluido possibile, da un punto A di partenza a un punto B di arrivo, sfruttando i propri mezzi fisici e l'ambiente circostante. Per efficiente si intende il più economico, semplice e veloce. Per distinguere che cos'è il parkour da che cosa non è, basti pensare a come sarebbe utile muoversi in una determinata situazione d'emergenza o fuga. Il parkour è utile in situazioni di emergenza, ma può esserlo anche in qualsiasi momento della giornata, riducendo, ovviamente dopo aver consolidato la propria tecnica, i tempi di spostamento da un luogo all'altro, oltrepassando con semplicità le diverse barriere architettoniche lungo il cammino

- in equilibrio sulle tunicelle, scavalcare, saltare con uno o due piedi in varie direzioni,
- Strisciare:
- in decubito prono e supino
- Rotolare:
- semi rotolamenti, in atteggiamento raccolto per asse trasversale e semi teso per asse longitudinale
 - rotolamenti semplificati nei due assi di rotazione trasversale e longitudinale



Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»

Nome attività-gioco	Mini Parkour-Gym (in continuità con la Scheda progettazione attività-gioco n. 1 “Alla ricerca dell’equilibrio perduto”)
Progressione didattica 	Andature in: <ul style="list-style-type: none">• quadrupedia prona o supina:<ul style="list-style-type: none">○ avanti, indietro, a dx, a sx, girando su se stessi, in curva, scavalcando piccoli ostacoli;○ mani in appoggio al suolo, avanzare eseguendo una serie di saltelli con gli arti inferiori semiflessi e arrivo alternativamente a dx e a sx delle funi;• tripedia (avanzare sulla fune ma con tre appoggi);• quadrupedia prona e capovolta avanti;• appoggi successivi (piede sx, mano sx, mano dx, piede dx) su un ellisse disegnato a terra che verrà gradatamente sostituito da una linea curva e da una linea retta;• tecniche di scavalcamiento e/o superamento ostacoli, inerenti e conseguenti, alle tecniche di andature studiate al suolo in diverse forme (quadrupedia, tripedia, ecc).

... da ricordare:

nel Parkour L'EQUILIBRIO o "BALANCE" è molto importante e va allenato nello specifico.

Esistono varie tipologie di equilibrio:

Statico o dinamico

In quadrupedia

Sugli arti inferiori

Sugli arti superiori

Su tre appoggi variando tra arti superiori e inferiori


L'Equilibrio è una delle abilità fondamentali, se non la più importante, per il traceur, che spesso viene sottovalutata. Allenare l'equilibrio, sia in situazioni stabili che in situazioni dinamiche, con l'ausilio di attrezzi destabilizzanti, o tecniche evasive che permettano all'apparato vestibolare di intervenire, migliora la percezione del corpo nello spazio ed è quindi utile per tutti gli elementi o trick.

Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»

Nome attività-gioco	Mini Parkour-Gym (in continuità con la Scheda progettazione attività-gioco n. 1 “Alla ricerca dell’equilibrio perduto”)
Progression e didattica	<p>Correre:</p> <ul style="list-style-type: none">• piano, uno alla volta, sulle linee dei lati lunghi del campo disponibile;• forte, uno alla volta, sulle linee dei lati lunghi del campo;• uno alla volta, facendo i passi più corti possibile sulle linee dei lati lunghi del campo;• uno alla volta, facendo i passi più lunghi possibile sulle linee dei lati lunghi del campo;• percorrere una distanza (8-10 metri) con il minor numero di passi/balzi possibile (con appoggi alternati come nella corsa);• disporre 3 file di bambini a fondo campo di fronte a tre file di cerchi; su ciascuna fila saranno diverse le distanze tra un cerchio e l’altro perché i bambini possano sperimentare:<ul style="list-style-type: none">○ in una fila la corsa con i passi molto stretti;○ in un’altra la corsa con un passo più o meno simile alla loro ampiezza naturale;○ nella terza la corsa con i passi lunghi;• in progressione;• saper adattare, con la giusta anticipazione, l’ampiezza del passo per staccare ad una distanza adeguata;• migliorare la capacità di stacco; <p>Saltare:</p> <ul style="list-style-type: none">• in verticale sul posto;• in verticale con $\frac{1}{4}$ di giro in volo;• in verticale con $\frac{1}{2}$ giro in volto• in verticale con giro completo in volo• avanti con spostamento• con gambe flesse• in basso (ad esempio, da una panca)• correre e saltare liberamente su un materasso per il salto in alto;• correre e saltare sul materasso atterrando in vari modi (in piedi a piedi pari, col piede dell’arto libero, col piede dell’arto di stacco, in ginocchio, seduti, sdraiati, etc.)• correre e saltare sul materasso eseguendo dei movimenti in volo (rotazioni sugli assi corporei, movimenti vari degli arti superiori e/o inferiori);



Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»

Tipologia	Attività individuale
Obiettivi di apprendimento 	<p>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e con il tempo:</p> <ul style="list-style-type: none">• combinare e coordinare diversi schemi motori;• elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimento;• organizzare il movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri;• esplorare rapporti non usuali tra il corpo e lo spazio;• sperimentare diverse forme di spostamento in differenti stazioni;• controllare condizioni di equilibrio statico e dinamico;• migliorare la capacità di differenziazione cinestesica legata alla corsa;• migliorare le capacità ritmiche della corsa;• sensibilizzare i diversi tipi di appoggio del piede nella corsa rapida, naturale, ampia e nei balzi;• migliorare la capacità di adattamento graduale nella corsa;• saper correre in progressione;• saper adattare, con la giusta anticipazione, l'ampiezza del passo per staccare ad una distanza adeguata;• migliorare le capacità di stacco.
Eventuali Obiettivi trasversali / interdisciplinari / educazione civica/	Secondo nucleo tematico, sviluppo sostenibile: <ul style="list-style-type: none">• educazione alla salute (aumentare, anche nel tempo libero, la quota di movimento giornaliera e migliorare la propria performance).
Classi consigliate/età	Classi terze e quarte
Numero partecipanti	Classe intera

Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»

Attrezzi/materiali	Tappeti di varie dimensioni e attrezzi di vario tipo disponibili in palestra
Spazio utilizzato	Palestra o altro spazio disponibile
Durata	50' circa
Preparazione	Costruire un percorso con funicelle, cerchi, over, ostacoli, tappeti di varie dimensioni, piani inclinati, se possibile, e attrezzi disponibili per far sperimentare ai bambini la percezione e la conoscenza del proprio corpo, la coordinazione, l'aggiustamento posturale e l'equilibrio attraverso il gioco.
Descrizione	Invitare i bambini a valutare con attenzione la differenza tra pericolo e rischio e a gestire con attenzione le varie situazioni che un mini traceur è chiamato ad affrontare.



Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»

Disegni, grafici, foto



Osservazioni

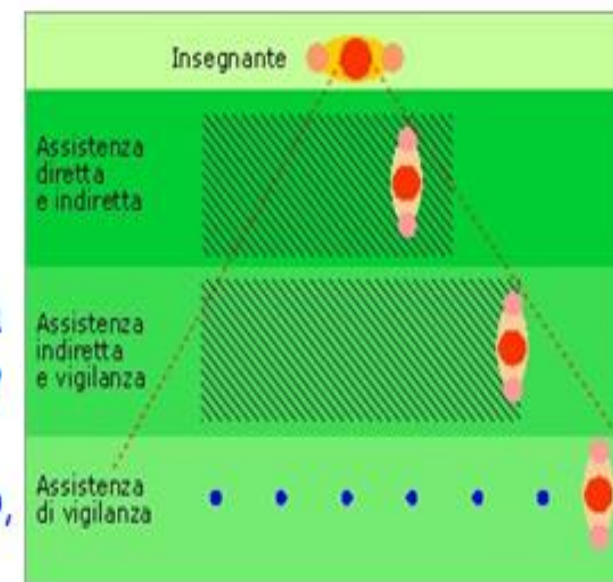
Far sperimentare e ricercare ai bambini la migliore soluzione per affrontare e superare gli ostacoli in condizioni di sicurezza.



ASSISTENZA



- Esercizi con assistenza diretta
- Esercizi con assistenza indiretta
- Esercizi con vigilanza (la vigilanza serve per verificare che l'utilizzo dell'attrezzo, il gesto o entrambi siano adeguati)



Scheda attività gioco «Mini Parkour Gym»



ASSISTENZA DIRETTA



Elementi essenziali per attuare una corretta assistenza diretta.

L'assistenza Diretta serve per permettere all'allievo di compiere esperienze tecniche guidate, controllate e corrette in piena sicurezza sotto il controllo manuale diretto del Tecnico con prese o spinte adeguate e, soprattutto, nelle prime fasi dell'apprendimento di un elemento o gesto motorio, permette di stimolare il feedback necessario per capire quali sono i muscoli interessati all'azione e come devono intervenire. Questo tipo di assistenza è utilizzata in tutti i settori della ginnastica, compreso il Fitness. L'allievo che esegue un elemento Tecnico assistito dal proprio istruttore potrà compiere tutti gli errori possibili, pianificati e non, sia per difetto sia per eccesso utili alla strutturazione di uno schema motorio corretto e alla sua progressiva stabilizzazione al fine di acquisirne un'esecuzione autonoma, corretta e sicura.

Anche quando l'elemento Tecnico sarà acquisito, rimane sempre una percentuale di probabilità di errore, quindi sarà sempre necessaria un'adeguata assistenza indiretta e di sorveglianza.



ASSISTENZA DIRETTA



Per un'adeguata assistenza diretta:

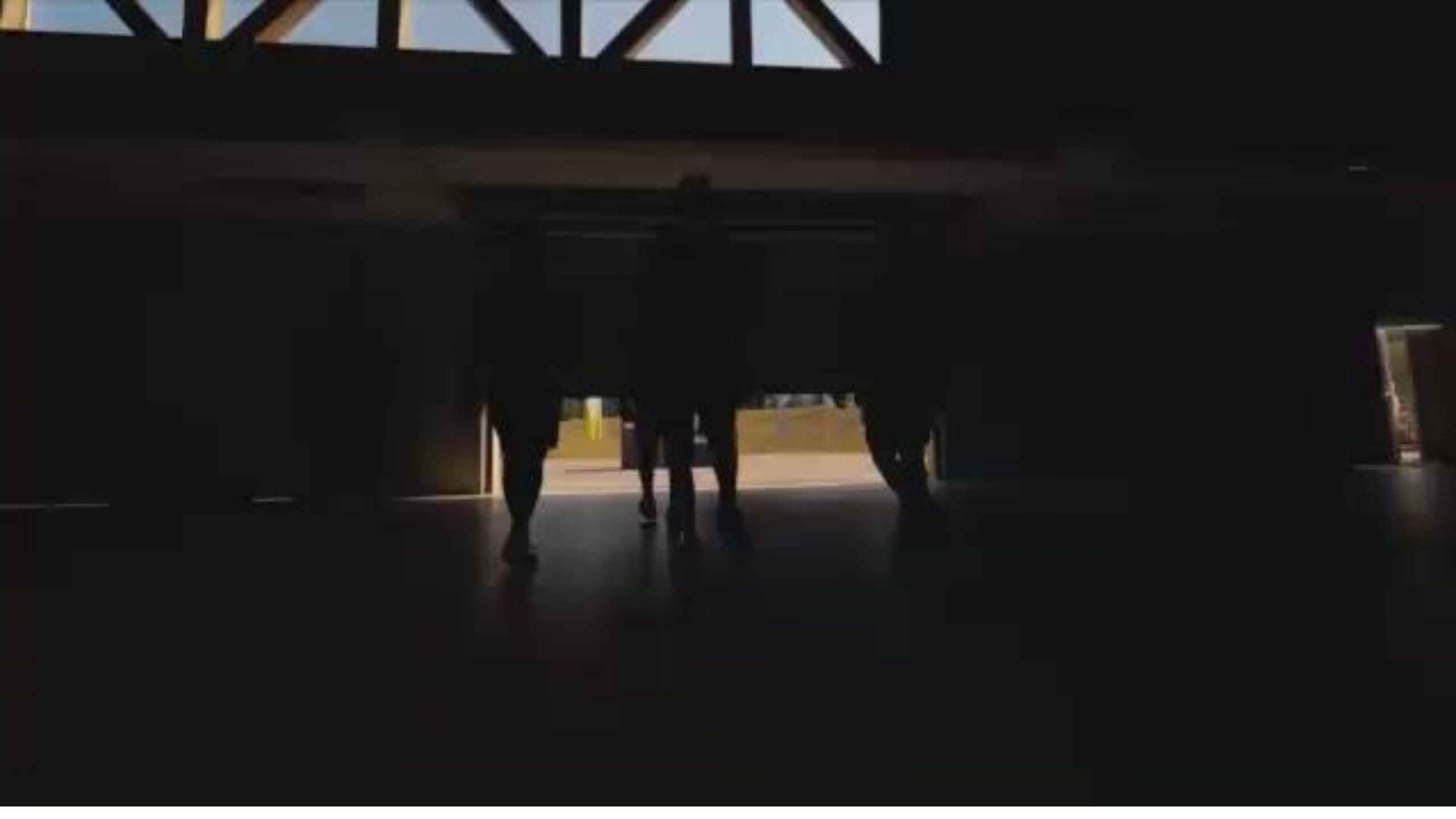
- Conoscenza modello di prestazione e possibili errori di esecuzione dell'elemento che si vuole insegnare.
- Conoscere e verificare i prerequisiti indispensabili per eseguire il movimento studiato.
- Conoscenza delle capacità, tecniche, fisiche e psicologiche dell'allievo sia generali che specifiche.
- Adeguamento dei supporti di assistenza indiretta da utilizzare tipo: tappeti, tappeti paracadute, piani inclinati, pedane propulsive, ecc., nel numero, nella tipologia, nella disposizione, nell'area di lavoro, in funzione dell'elasticità o dissipazione necessaria, dalle capacità ed esperienza tecnica e psicologica dell'allievo, dalla dinamicità del movimento proposto, dal peso e dall'altezza dell'allievo, della fase di apprendimento.
- Controllare dopo ogni esecuzione che la sistemazione dei supporti di assistenza indiretta non si siano spostati inficiando o limitando così la loro funzione.
- Per avere più controllo sulla dinamicità di un movimento, si dovrà anticipare il contatto al corpo dell'atleta appena possibile ponendosi alla giusta distanza per avere più forza da applicare nell'assistenza.



ASSISTENZA DIRETTA



- Stare molto attenti ai possibili colpi che l'allievo, per errore, potrebbe dare, causando traumi sia al tecnico sia a se stesso. Conoscere i casi frequenti e spiegare prima, e bene, cosa fare o non fare tutela l'incolumità dell'allievo e del Tecnico.
- Non tentare di bloccare la dinamicità del corpo in movimento ma esclusivamente gestire il movimento, superando la fase critica (esempio arrivi con compressione cervicale) facendo atterrare l'atleta sui tappeti, o tappeti paracadute, in maniera meno traumatica possibile.
- Conoscere e gestire lo stato di ansia e di paura, proponendo soluzioni diverse, condivise e più semplici, ricordando sempre che la paura è anche scaturita dalla non conoscenza e dal senso di conservazione che ognuno di noi ha, si supera facendo acquisire certezze e consapevolezza delle proprie capacità.



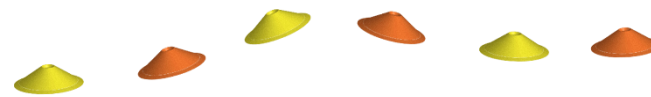
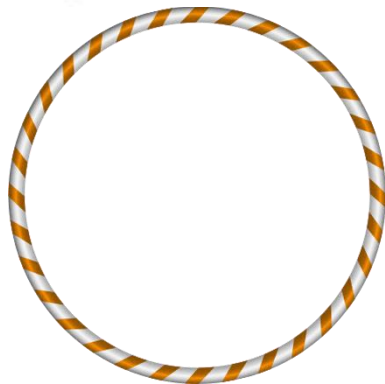
https://www.youtube.com/playlist?list=PLrx-6t5_Se4TulLhkV9obZ1lqg6A7GdU



link al canale youtube Parkour FGI

https://www.dropbox.com/sh/vexdoh10k1i6jvr/AAD3-Y_sJWo9LcwJ8OvfrO5Fa?dl=0

«Grazie per l'attenzione»



Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA
kids

Federazione Ginnastica d'Italia

Relatore: Prof. Daniele Tolomini



*Ministero
dell'Istruzione*

SPORT
E SALUTE

Adattamenti per inclusione e accessibilità

(in accordo con *Universal Design for learning in EDUCAZIONE FISICA SCUOLA PRIMARIA*)

Adattamento per
allievi
con disabilità visiva



Adattamento degli stimoli e delle informazioni: aumentare le informazioni tattili e sonore con buste di plastica e materiali più spessi percepibili al tatto.

Adattamento della comunicazione: integrare o sostituire la comunicazione non verbale con quella verbale.

Adattamento del gruppo: un compagno-guida descrive le azioni richieste e facilita l'esecuzione mediante il contatto diretto di una mano sul gomito o sulla spalla del bambino. Le indicazioni verbali dell'insegnante sul ritmo (battute di mani) hanno il fine di migliorare la coordinazione arti inferiori-arti superiori facilitando l'esecuzione armonica, controllata e qualitativamente pertinente.

Adattamento per
allievi con disabilità
uditiva

FSSI Federazione
Sport Sordi Italia

Adattamenti sul "Piano della Comunicazione"

Anche se il bambino sordo porta le protesi acustiche o l'impianto cocleare non sempre riesce a percepire perfettamente il parlato.

Dunque:

1. per una buona lettura labiale la distanza ottimale è di circa un metro;
2. parlare con il viso rivolto alla luce;
3. chi parla deve tenere ferma la testa;
4. parlare con un tono di voce normale;
5. la velocità del discorso deve essere moderata: non troppo veloce, né troppo lenta;
6. usare frasi brevi, semplici ma complete; mettere in risalto la parola principale della frase con espressioni facciali;
7. quando si usano termini inconsueti, scrivere a stampatello su una lavagna;
8. in una conversazione di gruppo, aspettare che il bambino guardi le labbra di chi interviene;
9. barba baffi, e comunicazione a labbra strette, chiuse ostacolano la lettura labiale;
10. ipotizzare la collaborazione di un Assistente alla Comunicazione, non solo ma soprattutto, se il bambino conosce la Lingua dei Segni.

Utilizzare "strategie di comunicazione visive efficaci per il sordo":

1. presentazione scritta su lavagna dell'intera lezione e video di esercizi;
2. dimostrazione degli esercizi prima del turno del bambino sordo;
3. utilizzare il "Linguaggio Mimico" mentre si spiegano le attività.

Adattamenti Sul "Piano Psicorelazionale":

fare attenzione se il bambino sordo è "eccessivamente assertivo" e dice di aver sempre capito, utilizzando feedback di comprensione.



Adattamenti per inclusione e accessibilità

(in accordo con Universal Design for learning in EDUCAZIONE FISICA SCUOLA PRIMARIA)

Adattamento per
allievi
con disabilità motoria



Adattamento della stazione di esecuzione: l'attività può essere proposta eseguendo i movimenti con assistenza e ausili per la deambulazione (deambulatori, bastoni, stampelle, appoggiandosi a mancorrenti, carrozzina) in base alle potenzialità di ogni soggetto.

Adattamenti per inclusione e accessibilità

(in accordo con Universal Design for learning in EDUCAZIONE FISICA SCUOLA PRIMARIA)

Adattamento per
allievi con
disabilità
intellettiva
FISDIR –
Federazione
Italiana Sport
Paralimpici degli
Intellettivo
Relazionali



Adattamento della comunicazione: privilegiare la comunicazione verbale descrivendo le azioni richieste seguendo un approccio multisensoriale (uditivo-verbale, visuale non verbale). Pensare a dare più tempo per l'esecuzione dei movimenti.

Adattamento del gruppo: un compagno-guida supporta verbalmente e con segni non verbali (espressioni del volto, gesti, mimo, incoraggiamenti), dimostra il movimento per favorirne l'imitazione o, col contatto di una mano sulle parti del corpo da muovere, guida l'esecuzione del compagno. Cercare soluzioni di maggiore autonomia in base alle potenzialità del bambino.

Adattamenti per inclusione e accessibilità

(in accordo con Universal Design for learning in **EDUCAZIONE FISICA SCUOLA PRIMARIA**)

Ulteriore
adattamento per
allievi
con altri Bisogni
Educativi Speciali
(Tipologia.....)



Adattamento della comunicazione: limitare le informazioni richieste per facilitare la concentrazione sul compito motorio seguendo un approccio monosensoriale. Utilizzare la comunicazione non verbale (immagini, disegni) o quella verbale per descrivere le azioni dei compagni. Chiedere esecuzioni lente, controllate curando particolarmente la qualità d'esecuzione, precisione, l'attenzione e focalizzazione sul compito motorio.

Adattamento degli stimoli: facilitare la memorizzazione delle sequenze procedendo dal semplice al complesso e dal lento al veloce.

Adattamento delle informazioni: semplificare le spiegazioni con disegni, schemi e sintesi in base alle potenzialità di ogni bambino.

Scuola Attiva

PIÙ SPORT, PIÙ SCUOLA

kids

ADATTAMENTO PER ALLIEVI CON DISABILITA' INTELLETIVA

Relatore: Prof. Ssa Benedetta Caloni



*Ministero
dell'Istruzione*

SPORT
E SALUTE

LE DISABILITA' INTELLETTIVE

Affinchè possa essere diagnosticata una condizione di disabilità intellettiva, è necessario che siano soddisfatti i seguenti **tre criteri**:

- **Deficit delle funzioni intellettive**, come ragionamento, problem solving, pianificazione, pensiero astratto, capacità di giudizio, apprendimento scolastico e apprendimento dall'esperienza, confermati sia da una valutazione clinica sia da test di intelligenza individualizzati e standardizzati;
- **Deficit del funzionamento adattivo** che porta al mancato raggiungimento degli standard di sviluppo e socioculturali di autonomia e di responsabilità sociale. Senza un supporto costante, i deficit adattivi limitano il funzionamento in una o più attività della vita quotidiana, come la comunicazione, la partecipazione sociale e la vita autonoma, attraverso molteplici ambienti quali casa, scuola, ambiente lavorativo e comunità;
- **Esordio dei deficit intellettivi e adattivi durante il periodo dello sviluppo**. L'età e le caratteristiche dell'esordio dipendono dall'eziologia (causa) e dalla gravità della menomazione della struttura e/o delle funzioni cerebrali.

LE DISABILITA' INTELLETTIVE

All'interno di questa definizione possiamo trovare le innumerevoli sfaccettature e unicità delle persone con una disabilità intellettiva.

- **SPETTRO AUTISTICO:** i ragazzi dello spettro sono spesso difficili da comprendere e conoscere. Il nostro compito, è proprio la loro osservazione, al di là di una diagnosi. Il linguaggio verbale e non verbale, il loro interesse speciale, il buon dialogo con la famiglia ci porterà a creare una buona relazione con loro e all'interno del gruppo e sapranno stupirci con le loro abilità, a noi spetta solamente scoprirle.
- **RITARDO MENTALE:** viene diagnosticato in base al QI, che deve essere inferiore al 70. Naturalmente ci sono vari livelli di gravità: lieve, moderato e grave.
- **SINDROME DI DOWN:** è una specifica sindrome con caratteristiche fisiche riconoscibili. Va assolutamente ricordato quanto ogni ragazzo o ragazza con Sindrome di Down, nonostante alcune caratteristiche simili, siano tutti diversi. Pensare diversamente sarebbe come pensare che tutte le persone con gli occhi azzurri potrebbero avere lo stesso carattere.

ADATTAMENTI PER ALLIEVI CON DISABILITA' INTELLETTIVA

LE DISABILITA' INTELLETTIVE: L'IMPORTANZA DELLA "GUIDA" NEL GIOCO

Vorrei portare alla vostra attenzione la mia esperienza nel lavoro con la guida. Per i bambini, tutti i bambini, è fondamentale l'apprendimento attraverso il gioco e le azioni di "imitazione". Vero che imparano in modo efficace imitando anche gli adulti ma, se questa fase di imitazione avviene con un pari tutto risulta molto più semplice e, soprattutto efficace.

Saper individuare la figura guida per quel bambino che ha qualche difficoltà, pensare a chi nel gruppo può essere quello giusto, non è sempre semplice. Ma sicuramente, se il gioco tra le parti funziona, il raggiungimento degli obiettivi apparentemente minimi, non tarderanno ad arrivare.

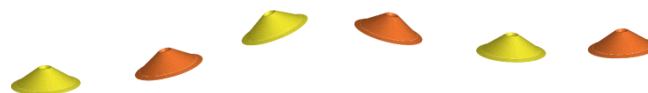
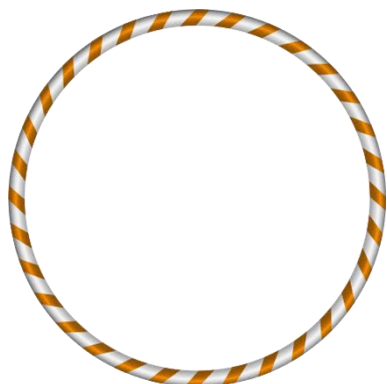
Grazie per l'attenzione
Prof. Ssa Benedetta Caloni



miriam.scarpino@federginnastica.it
emiliana.polini@federginnastica.it
roberto.carminucci@federginnastica.it
danielesoniatolomini@gmail.com
terdelinda.rastelli@gmail.com

Buon lavoro!

bennymillo12@gmail.com



«Grazie per l'attenzione»