

PROGETTO MINIBASKET JUVI

EDUCAZIONE FISICA E GIOCOSPORT MINIBASKET NELLA SCUOLA PRIMARIA

L'IMPORTANZA DELL'EDUCAZIONE FISICA E DEL GIOCOSPORT NELLA SCUOLA PRIMARIA

Premessa

L'importanza del movimento, del gioco e del giocosport nel processo di crescita dei bambini è fondamentale, perché sono entrambi comportamenti naturali sin dall'infanzia.

Il ruolo del gioco dovrebbe avere un maggior peso nei primi anni di vita e di scuola, perché il movimento, attraverso il gioco, condiziona sia i futuri apprendimenti, sia l'acquisizione delle capacità e delle abilità motorie, che rappresentano il presupposto per una corretta interazione individuo-ambiente.

Un corretto percorso di educazione al movimento favorisce un idoneo sviluppo fisico, garantendo l'integrità e la corretta funzionalità dei diversi organi e apparati e assicura una migliore e completa strutturazione dell'immagine di sé.

Nella Scuola Primaria il gioco è il contenitore principale dei processi di apprendimento e attraverso l'attività ludica il bambino sperimenta e concepisce gli aspetti della vita reale, inoltre costituisce un itinerario privilegiato da seguire e un punto di riferimento fisso nella programmazione didattico-educativa.

La Scuola Primaria

Gli stimoli che il bambino riceve nell'ambito familiare sono spesso orientati verso attività ludiche di tipo sedentario, non esistono quasi più i giochi di movimento, in passato praticati all'aperto, che costituivano una vera e propria palestra naturale, in cui il bambino assaporava il gusto dell'esplorazione, della scoperta e dell'avventura (correre, saltare, arrampicarsi, lanciare, ricevere, rotolare, strisciare), è necessario che le scarse opportunità motorie offerte a livello familiare, siano controbilanciate da una valida ed efficace proposta educativa a livello scolastico.

La Scuola Primaria (1° e 2° classe)

Nella Scuola Primaria (1° e 2° classe) gli obiettivi generali che si devono raggiungere attraverso un approccio prevalentemente ludico sono:

- l'educazione delle capacità senso-percettive (uditive, visive, tattili e cinestesiche);
- l'educazione degli schemi posturali e degli schemi motori di base;

- l'educazione e strutturazione delle capacità motorie, con particolare riferimento a quelle coordinative e alla mobilità articolare;
- l'educazione al gioco.

Gli obiettivi specifici da raggiungere sono:

- 1) l'affinamento dei canali senso-percettivi (vista, tatto, udito, canale cinestesico);
- 2) il consolidamento della lateralità e l'orientamento dell'immagine di sé, in relazione alla manipolazione della palla, alla coordinazione dinamica generale, agli spostamenti nello spazio e nel tempo;
- 3) la presa di coscienza dei segmenti corporei.

La Scuola Primaria (3° - 4° - 5° classe)

L'età che coinvolge i bambini della Scuola Primaria (dalla 3° alla 5° classe) presuppone la conoscenza (anche se parziale) del proprio corpo, in relazione allo spazio e al tempo e ciò determina un differente intervento nell'approccio delle diverse attività motorie che si propongono.

Il giocosport è lo strumento attraverso il quale sono approfonditi e consolidati tutti gli schemi posturali e motori di base, migliorate le capacità coordinative e strutturate le capacità condizionali in una reale situazione ludica, che porta il bambino a integrare nell'attività stessa tutti gli stimoli ricevuti. L'apprendimento motorio, in questa fascia d'età, passa attraverso l'offerta di situazioni vicine alle loro aspettative sportive.

La proposta del giocosport permetterà ai bambini di identificarsi secondo le loro potenzialità e preferenze, coinvolgendoli sotto l'aspetto cognitivo, emotivo, sociale e motorio.

I contenuti didattici a quest'età (8-9-10 anni) sono un proseguimento del lavoro svolto a 6-7 anni e sono identificabili con i seguenti obiettivi generali da raggiungere:

- sviluppo e miglioramento delle capacità senso-percettive;
- consolidamento degli schemi motori e posturali;
- sviluppo delle capacità e abilità motorie;
- conoscenza e avviamento al gioco e ai giochiport;
- capacità di comunicazione.

Gli obiettivi specifici da raggiungere sono:

- conoscere e padroneggiare il proprio corpo nello spazio e nel tempo;
- conoscere gli attrezzi con cui si gioca;
- conoscere alcune regole fondamentali per praticare i giochiport.

Il Progetto Minibasket Juví

Il Progetto Minibasket Juví "Educazione Fisica e giocosport Minibasket nella Scuola Primaria":

- non prevede nessun onere a carico delle Scuole e delle famiglie dei partecipanti;
- la Società Juví Cremona Basket A.S.D. garantirà la piena soddisfazione di tutte le richieste che arriveranno dalle scuole della provincia;
- il ruolo dell'Ufficio Scolastico Territoriale sarà esclusivamente quello di comunicare e diffondere l'iniziativa alle Scuole attraverso i propri canali e mezzi informativi.
- costruisce un percorso educativo nel quale l'Educazione Fisica e il Minibasket diventano progressivamente:
 - benessere psico-fisico da utilizzare in tutti i momenti della vita scolastica;
 - momento di confronto;
 - diffusione di una corretta cultura motoria e sportiva;
 - strumento di attrazione e di interesse per gli alunni/e;
 - strumento di diffusione dei valori positivi dell'Educazione Fisica, del gioco e del giocosport Minibasket;
 - strumento di lotta alla dispersione scolastica.

IL Minibasket

I programmi relativi all'Educazione Fisica e al giocosport Minibasket, a partire dalla classe 1° per arrivare alla classe 5°, si propongono le seguenti finalità:

- educazione delle capacità senso-percettive;
- educazione e sviluppo degli schemi motori di base e degli schemi posturali;
- educazione e sviluppo delle capacità e delle abilità motorie;
- collegamento tra la motricità e gli altri apprendimenti culturali (lingua, storia, geografia, matematica, scienze, tecnologia, musica, arte);
- sviluppo delle caratteristiche morfologiche e biologiche individuali;
- educazione ed avviamento dei bambini al giocosport Minibasket.

Il Minibasket non deve essere inteso come la pallacanestro in miniatura o l'anticamera della pallacanestro, ma come un'attività ludico-motoria multilaterale, propedeutica anche per altri giochiport.

Il Minibasket e l'avviamento allo sport non sono altro che il risultato finale di un processo didattico e metodologico, che ha come base l'Educazione Fisica, il gioco e il giocosport.

Il Progetto

Il progetto inizierà a partire dall'anno scolastico 2016-2017 si articolerà in **10 interventi per classe della durata di un'ora ciascuno** in orario curricolare o extracurricolare.

Le lezioni saranno svolte da Insegnanti di E.F., da Laureati in Scienze Motorie e dello Sport e da Istruttori Minibasket qualificati, in collaborazione con gli Insegnanti della scuola stessa.

Nelle prime due classi della Scuola Primaria (1° e 2°) il lavoro in palestra sarà finalizzato all'educazione e allo sviluppo degli schemi motori di base e posturali.

Solo a partire dalla classe 3° fino alla classe 5°, continuerà l'educazione e lo sviluppo degli schemi motori e postura e delle capacità motorie individuali e si insegneranno i fondamentali individuali del Minibasket (7-8 anni: 3 c 3 in forma libera e 9-10 anni: 4 c 4 in forma libera), partendo da 4 semplici regole:

- 1) non si può correre con la palla in mano;
- 2) non si può giocare da soli;
- 3) per vincere bisogna realizzare canestro;
- 4) difendere.

Al termine delle lezioni in palestra sarebbe molto interessante, in classe, far disegnare e scrivere i bambini/e "la lezione di Educazione Fisica e di Minibasket", per verificare se si sono divertiti, quale gioco è stato più interessante, se è meglio giocare da soli o con i compagni, le diverse forme geometriche, i concetti basilari dell'insiemistica (più tanto, più poco, grande insieme, sottoinsiemi).

In tal modo, si evidenziano i numerosi collegamenti trasversali con le altre Educazioni (grafica, lessica, iconica, logico-matematica, musicale, etc.).

La Scuola Primaria che aderisce al Progetto deve comunicare:

- quante sono le classi che partecipano;
- gli orari delle lezioni;
- il numero dei bambini che partecipano.

Ipotesi di lezione

Presentiamo alcune esempi di lezione, per far meglio comprendere la significatività del progetto.

Esempi di lezione (dalla 1° alla 2° classe)

1° - 2° Lezione

Obiettivi: farsi conoscere, instaurare un rapporto diretto con i bambini, far conoscere le possibilità di movimento del loro corpo in rapporto allo spazio e al tempo, far giocare i bambini a carico naturale, con i piccoli attrezzi (palla, cerchio, bacchetta, etc.), a coppie, proponendo loro giochi ed esercizi-gioco interessanti e stimolanti.

3° - 4° Lezione

Obiettivi: migliorare la lateralità, educare gli schemi motori e posturali, esercizi-gioco con il giornale, staffette in linea, a slalom (con e senza palla), grandi giochi.

Proporre giochi con i cerchi, con palle e palloni di diverse dimensioni, capovolte al tappeto, salti e saltelli, circuiti di semplice esecuzione.

5° - 6° Lezione

Obiettivi: migliorare la percezione del proprio corpo nello spazio e nel tempo, esercizi semplici di manipolazione della palla da fermi e in movimenti, semplici esercizi-gioco a coppie, grandi giochi.

7° - 8° - 9° - 10° Lezione

Obiettivi: combinazione degli schemi motori tra loro, miglioramento delle capacità senso-percettive, esercizi-gioco con la palla e con i piccoli attrezzi, grandi giochi e staffette.

Esempi di lezione (Scuola Elementare: dalla 3° alla 5° classe)

1° - 2° Lezione

Obiettivi: miglioramento degli aggiustamenti posturali, educazione degli schemi motori e posturali, capacità di elaborare risposte motorie corrette, sviluppo dell'autocontrollo e rispetto delle regole, educazione della lealtà, presentare le 4 regole del Minibasket e proporre ai bambini giochi-base differenti secondo l'età (situazioni di 1 c 1, 2 c 2, 3 c 3, gioco dei passaggi), estrapolare i fondamentali del Minibasket (palleggio, passaggio, smarcamento, tiro e difesa).

3° - 4° Lezione

Obiettivi: consolidamento della fiducia in se stessi, padroneggiare gli schemi motori di base, vincere la paura in situazioni nuove, conoscere meglio l'attrezzo-palla e suo utilizzo in situazioni statiche e dinamiche, educazione alla socializzazione attraverso giochi di gruppo e di squadra, strutturazione spazio-tempo, partire dai giochi-base per analizzare i fondamentali del Minibasket.

5° Lezione

Obiettivi: educazione delle capacità coordinative e della mobilità articolare, utilizzando il proprio corpo, la palla e piccoli attrezzi (rapporto corpo-palla), partire dai giochi base per insegnare a giocare a Minibasket, proponendo esercizi-gioco e giochi sempre differenti e con molte varianti.

6° - 7° Lezione

Obiettivi: miglioramento della capacità di equilibrio e di coordinazione, strutturazione della capacità di forza (irrobustimento) e di resistenza, educazione della socializzazione (giochi a coppie, a squadre, in gruppo), proporre giochi-base da cui insegnare i fondamentali del Minibasket, minipartite 1 c 1, 2 c 2 e 3 c 3 in forma libera (insegnare progressivamente e in un modo facile le regole di gioco).

8° Lezione

Obiettivi: miglioramento della mobilità articolare (esercizi di ball-handling, esercizi-gioco a coppie) e delle capacità coordinative, consolidamento degli apprendimenti precedenti, dai giochi-base all'apprendimento dei fondamentali del Minibasket (palleggio, tiro, passaggio, movimenti senza palla in attacco e in difesa), minipartite finali.

9° Lezione

Obiettivi: educazione e sviluppo degli schemi motori, delle capacità e abilità motorie, miglioramento del controllo del proprio corpo nello spazio e nel tempo (con e senza palla), dai giochi-base alla minipartita (1 c 1, 2 c 2 e 3 c 3 in forma libera).

10° Lezione

Obiettivi: esercizi-gioco di manipolazione della palla, educazione e sviluppo delle capacità motorie, dai giochi-base all'insegnamento dei fondamentali di gioco, esercizi-

gioco di palleggio, tiro, passaggio e difesa, combinati tra loro, minipartite dal 3 c 3 al 5 c 5 in forma libera.

Prodotto finale

Organizzazione alla fine dell'anno scolastico di **una giornata (all'aperto o in palestra) dedicata al gioco e al giocosport Minibasket** (a seconda dei livelli di preparazione dei bambini), aperta a tutti i bambini, Insegnanti, genitori e parenti:

- semplici percorsi ed esercizi-gioco per i bambini delle prime classi 1° e 2°;
- partite di 3 c 3, 4 c 4 e 5 c 5 per i bambini delle classi 3°-4°-5°.

Alla Festa finale è molto importante esporre tutti i disegni e le composizioni scritte che i bambini hanno prodotto durante l'anno, relativi all'educazione motoria, al gioco, al Minibasket e premiare i migliori.