



ISTITUTO COMPRENSIVO “CLAUDIO PUDDU
Indirizzo via Montalese, 245 località Prato -Maliseti
CAP59100 Provincia Prato
Tel. 0574/653124 FAX 0574/721714
e-mail istitutocomprensivopuddu@scuole.prato.it

SCHEDA IDENTIFICAZIONE DEL PROGETTO PER L'ATTIVITA' MOTORIA

DENOMINAZIONE DEL PROGETTO

“Tutti insieme in movimento ... per Guadagnare Salute”

GRUPPO DI PROGETTO

Commissione di Educazione Motoria
Istituto Comprensivo Statale C. PUDDU

AREE D'INTERVENTO

Corpo, movimento e sport
Italiano
Matematica
Musica
Scienze
Geografia
Arte e immagine
Informatica
Educazione alla convivenza civile e alla cittadinanza
Educazione alla salute
Educazione ambientale

PREMESSA E ANALISI DEL CONTESTO

Nella nostra società i ragazzi manifestano sempre più analfabetismo motorio (incapacità di stare in equilibrio, di fare capriole, di cadere senza farsi male,...). Manca il tempo da dedicare al gioco spontaneo in cortile, per strada, nei campetti, nelle piazze, sempre meno frequentate, perché ritenuti

spazi di gioco poco sani e scarsamente sicuri. La scelta di passatempi che costringono alla sedentarietà, come la televisione, il computer, i videogiochi, non favoriscono l'abitudine al movimento. I ragazzi si muovono poco al di fuori dei momenti codificati; le richieste, talvolta eccessive e sovrapposte, che gli adulti fanno loro, limitano il tempo libero a loro disposizione da dedicare al gioco spontaneo. Le conseguenze della sedentarietà sono diverse e toccano il benessere fisico e la salute, ma anche il benessere psicologico e sociale (scarsità di relazioni).

Il nostro Istituto ha sempre riservato all'attività motoria particolare attenzione, considerandola come esigenza imprescindibile per la crescita personale e sociale degli alunni, e, come proposta concreta all'integrazione, alla convivenza comune, alla riduzione delle disuguaglianze al fine di vivere in armonia con se stesso e con gli altri.

L'attività motoria ha un ruolo fondamentale nel trasformare i bambini in ragazzi responsabili, li aiuta a superare le differenze culturali, linguistiche, religiose, sociali, ideologiche. E' un mezzo straordinario per allentare la tensione e favorire il dialogo, con effetti positivi sull'inclusione sociale, sull'istruzione e sulla formazione, per una crescita armonica, intelligente e inclusiva.

OBIETTIVO DEL PROGETTO : Benessere movimento e sport
dalla scuola dell'Infanzia alla Secondaria di Primo Grado.

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

Per incentivare, nei bambini e nei ragazzi, l'abitudine al movimento occorre lavorare su due fronti.

Il primo riguarda la sensibilizzazione delle famiglie e, la formazione e il coinvolgimento degli adulti per garantire coerenza d'azione e dare adeguata importanza all'attività fisica, allo sport, alla pratica all'aria aperta, perché fondamentali per un armonico sviluppo fisico e una corretta maturazione emotivo-affettiva, socio-relazionale e cognitiva.

Il secondo volge a favorire nei ragazzi la consapevolezza del piacere che provoca il movimento di per sé.

Questo progetto porta a migliorare la conoscenza del proprio corpo, degli altri, dell'ambiente tramite il movimento.

OBIETTIVI GENERALI:

- Promuovere l'attività motoria di tutti i bambini e i ragazzi frequentanti le scuole dell'Istituto Comprensivo C.Puddu
- Valorizzare il ruolo e la funzione dell'attività motoria come momento di esperienza formativa ed educativa con valenza interdisciplinare
- Favorire l'inclusione e l'integrazione scolastica, con particolare attenzione ai diversamente abili e agli alunni appartenenti a diverse etnie e culture
- Prevenire, fronteggiare e favorire il superamento di situazioni di svantaggio e di disagio dovuti alla sedentarietà, all'emarginazione sociale e alle devianze minorili
- Prendere coscienza del proprio corpo, degli altri e dell'ambiente
- Sviluppare comportamenti relazionali e sociali positivi mediante la verifica vissuta (gioco, rilassamento, comunicazione)
- Promuovere situazioni di benessere
- Incentivare il movimento giocoso, individuale e collettivo, anche come conoscenza e avviamento al gioco-sport
- Educare allo sport come utilizzo del tempo libero e come momento di incontro e di socializzazione
- Promuovere i valori del *Fair Play*
- Sottolineare l'importanza che l'attività fisica e il movimento rivestono per la salute e il benessere
- Promuovere l'acquisizione di uno stile di vita attivo, sano e consapevole
- Attivare comportamenti di prevenzione adeguati ai fini della salute nel suo complesso, nelle diverse situazioni di vita

- Utilizzare il gioco e il ritmo come supporto agli apprendimenti delle altre discipline, anche con l'ausilio della musica
- Promuovere il coinvolgimento delle famiglie degli alunni nelle attività attraverso lezioni aperte, spettacoli, mostre finali, partecipazione a manifestazioni sportive del territorio (giornata del Fair Play, Marathon Family,...)

OBIETTIVI SPECIFICI (area cognitiva-relazionale):

1. Prendere consapevolezza del proprio corpo e delle sue potenzialità, delle proprie azioni e delle loro conseguenze
2. Utilizzare le conoscenze apprese per risolvere una situazione problematica o raggiungere un risultato prefissato
3. Sviluppare relazioni positive, l'abitudine al confronto, un clima di fiducia e serenità
4. Favorire lo sviluppo dell'autonomia e dell'autostima attraverso la consapevolezza delle proprie capacità e dei propri limiti
5. Educare al rispetto delle regole
6. Promuovere il controllo delle reazioni emotive
7. Creare "gruppo", favorire collaborazione e cooperazione, la socializzazione, l'integrazione di alunni che tendono a isolarsi, di alunni in situazione di svantaggio, disagio o diversamente abili, di soggetti con problemi comportamentali
8. Acquisire consapevolezza dell'esistenza di regole di comportamento, far propria la capacità di comprenderle, accettarle e applicarle
9. Imparare a giocare rispettando gli altri, gli attrezzi e gli ambienti
10. Partecipare correttamente ad un gioco individuale, di gruppo, di squadra, a un torneo
11. Giungere ad accettare un risultato di gara con spirito sportivo e fair play

OBIETTIVI SPECIFICI (area espressivo-motoria)

- Percepire il corpo nella sua globalità
- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri e saperle rappresentare graficamente
- Usare in modo funzionale e personale gli schemi motori di base posturali e dinamici in diverse situazioni motorie
- Assumere posture corrette in diversi contesti
- Muoversi spontaneamente e in modo guidato, da soli e in gruppo, esprimendosi in base a musica, indicazioni.... suoni, rumori
- Osservare e distinguere le caratteristiche del proprio corpo quando è a riposo e quando è in movimento
- Coordinare e collegare in modo fluido il maggior numero possibile di movimenti naturali (camminare, saltare, correre, lanciare...)
- Correre in un piccolo gruppo, ricercando il ritmo conveniente
- Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca e il tono muscolare
- Sviluppare il senso del ritmo e saperlo applicare nei giochi di movimento, conte, filastrocche e giochi popolari, anche in supporto alle altre discipline
- Apprendere proposte ludiche della nostra e altrui tradizione
- Usare in modo corretto attrezzi e strumenti, sportivi e musicali e gli spazi di attività
- Utilizzare il linguaggio gestuale e motorio per comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, idee, situazioni....
- Conoscere tecniche di espressione motoria, di rilassamento e di distensione
- Controllare l'affettività e le emozioni in maniera adeguata all'età, rielaborandola attraverso il corpo e il movimento
- Partecipare e riconoscere "sensazioni di benessere" legate ad attività ludico-motorie
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita

CONTENUTI:

Considerata la situazione relativa ai comportamenti e agli stili di vita dei nostri alunni, abbiamo ritenuto opportuno individuare collegamenti fra alcuni problemi di ordine sanitario e le possibili strategie di intervento in ambiente motorio.

Sono stati individuati tre percorsi:

- 1) le posture;**
- 2) l'abitudine al movimento;**
- 3) il disagio e la relazione.**

I percorsi operativi, sviluppati in continuità verticale dalla scuola dell'infanzia a quella secondaria di primo grado, sono dettagliati in pacchetti didattici i cui obiettivi si coniugano con gli obiettivi specifici disciplinari del curriculum.

SCELTE ORGANIZZATIVE:

I tre percorsi operativi sono introdotti per ciascun livello di scuola da uno schema analitico, che illustra le conoscenze e le abilità implicate nella definizione degli obiettivi operativi, i riferimenti alle attività, le verifiche e i tempi. Seguono una serie di schede, ciascuna contrassegnata da un titolo, che spiegano le attività specifiche e le relative verifiche. Ogni scheda contiene i collegamenti interdisciplinari, che rimandano agli obiettivi di apprendimento per la scuola dell'infanzia, primaria e secondaria di primo grado. Alla fine di ciascun percorso con una scheda sintetica si verificheranno gli obiettivi operativi sviluppati.

SERVIZI ATTIVATI:

- Esperienze didattico-educative volte allo star bene con se stessi e con gli altri
- Percorsi funzionali per l'inclusione e l'integrazione scolastica
- Attività di ricerca-azione
- Formazione in situazione dei docenti

ATTIVITA' E FASI DI REALIZZAZIONE

La postura

- Scuola dell'Infanzia: GIOCO CON LE POSTURE

Tramite drammatizzazione di favole e i giochi di imitazione, i bambini sperimentano varietà di posture e movimenti che il proprio corpo può compiere.

- Scuola Primaria: SCOPRO E CONOSCO TANTE POSTURE

Attraverso giochi individuali, di gruppo, di imitazione e di controllo motorio gli alunni sperimentano l'esistenza del tono muscolare e le varie possibilità di movimento.

- Scuola Secondaria di Primo Grado: LE BUONE POSTURE

I ragazzi analizzano e ricercano le posture corrette da assumere nelle situazioni di vita scolastica e quotidiana e compongono una sorta di "regolamento delle buone posture" (metodo del brainstorming, con il quale i ragazzi possono fare proposte sull'argomento a "ruota libera" e al termine, con l'aiuto dell'insegnante, la classe seleziona le regole più appropriate.)

L'abitudine al movimento

- Scuola dell'Infanzia: MI MUOVO MI PIACE

I bambini sperimentano che il movimento provoca piacere. Il percorso si articola in situazioni motorie, con proposte giocose che coinvolgono e emozionano i bambini, che imparano *facendo* a conoscere il proprio corpo e il suo linguaggio e a trarre da queste esperienze una sensazione di benessere. (Giochi di dinamica generale con puntualizzazione delle fasi di affaticamento; giochi che stimolano il contatto con gli altri e con gli oggetti).

- Scuola Primaria: MI MUOVO MI CONOSCO

Gli alunni imparano a conoscersi. Attività volte a osservare e definire le caratteristiche del proprio corpo quando è a riposo e quando è in movimento. (Giochi dinamici per comprendere le

trasformazioni che avvengono quando il corpo si muove e relativi adattamenti; giochi di coordinazione con gli altri e l'ambiente; giochi di ritmo; giochi di gruppo, di squadra;...)

- Scuola Secondaria di Primo Grado: MI MUOVO MI ALLENO

I ragazzi comprendono il valore costruttivo dell'allenamento e sperimentano l'abitudine motoria come pratica di benessere e salute. (Percorsi, corse, approccio alle prime forme di discipline sportive e alle loro regole, tornei, ..)

Il disagio e la relazione

- Scuola dell'Infanzia: IL CORPO SI DIVERTE

Nella scuola dell'infanzia ogni consapevolezza passa attraverso il corpo, esso è alla base della conoscenza ed è lo strumento privilegiato di comunicazione con l'ambiente e con le persone. Attraverso molteplici forme giocate si costruiscono le condizioni che favoriscono l'educazione delle capacità relazionali: accettare il contatto con un compagno, tenersi per mano durante l'esecuzione dei movimenti, ... ma anche divertirsi nel fare qualcosa insieme, sono alcuni dei prerequisiti che consentono una migliore strutturazione delle capacità relazionali.

- Scuola Primaria: IL CORPO SI RILASSA

Nella scuola primaria, età d'oro della motricità, l'accento è posto sulla conoscenza e sulla percezione di sé necessarie per sviluppare una prima forma di consapevolezza corporea. Il tema è quello della respirazione e del tono muscolare. Il primo approfondito dal punto di vista esperienziale con attività ludiche per percepire le diverse fasi della respirazione e a sperimentare la possibilità di agire volontariamente sull'inspirazione ed espirazione. Il secondo affrontato indirettamente con esercitazioni di tipo fantastico, che richiedono di differenziare lo stato di contrazione da quello di rilassamento.

- Scuola Secondaria di Primo Grado: IL CORPO SI ESPRIME

Il bambino diventa all'improvviso più riservato e schivo. Spesso chiedere ad un preadolescente di esprimersi davanti ai compagni è un'ardua impresa. Le attività proposte cominciano a sviluppare il tema della comunicazione e dell'espressione personale con un'attenzione particolare sulla ricerca delle sensazioni corporee con il fine di identificarle, nominarle ed esprimerle, nell'esigenza di ritrovare un corpo momentaneamente perduto, di ricomporne e definirne l'identità. Pressante il desiderio di stare nel gruppo come quello di stare da soli. Per questo le attività proposte alternano momenti di ricerca personale con esercitazioni di gruppo. Il gruppo dei coetanei è il luogo più idoneo per esprimersi, quindi occorre lavorare perché la classe diventi "gruppo" che accoglie, ascolta, costruisce insieme.

FASI E MODALITA' DI REALIZZAZIONE

Infanzia:

- . Racconto della storia
- . Attività pratica
- . Verbalizzazione del vissuto in *circle-time*, produzione grafica

Primaria:

- . Attività proposte in forma ludica utilizzando giochi individuali e di gruppo
- . Verbalizzazione in cerchio, discussione e scambio di sensazioni ed impressioni.
- . Disegni. Schede

Secondaria di Primo Grado:

- . Lezione teorica
- . Attività pratica
- . Verbalizzazione dell'esperienza per evidenziare difficoltà, aspetti inconsueti e/o interessanti da comunicare e approfondire. Brainstorming. Autovalutazione e questionario di gradimento

MATERIALI UTILIZZATI

Attrezzi ginnici, sussidi musicali, multimediali

Materiale cartaceo e di facile consumo

Schede di osservazione schemi motori

Test motori e materiale informatico per la raccolta dati

PRODOTTI PREVISTI

Rappresentazioni grafiche, schede, questionari, testi, cartelloni, foto, CD, DVD...

Documentazione delle attività e delle iniziative relative al progetto sul sito della scuola

TEMPI E MODALITA' DI REALIZZAZIONE

Le attività saranno progettate e svolte dalle insegnanti di classe e di sezione, in orario scolastico. Sono previsti interventi di esperti esterni qualificati, con funzione di consulenza o supporto alle insegnanti.

Un'ora o due per classe alla settimana.

Alla fine dell'anno scolastico sono previste attività, anche a carattere interdisciplinare, spettacoli di espressività motoria, musicale e teatrale, gare, tornei, lezioni aperte nelle quali gli alunni saranno coinvolti in giochi e saggi sui temi trattati durante l'anno, alla presenza delle famiglie.

DESCRIZIONE DELLE LINEE METODOLOGICHE ADOTTATE

Il metodo utilizzato è basato sull'“**IMPARARE FACENDO**”. Gli alunni faranno esperienza attraverso attività di simulazione e impareranno attraverso l'osservazione degli altri ad autocorreggersi (apprendimento per *modeling*). Scelta di giochi coinvolgenti per i più piccoli e attività significative per i più grandi, possibilmente in forma ludica.

Affinché le nozioni apprese possano venire trasformate in consuetudini comportamentali, occorre far vivere agli alunni esperienze significative con le quali sperimentare la positività dei valori proposti. La strategia metodologica consiste nel predisporre situazioni problematiche da risolvere, senza dare soluzioni preconfezionate, seguite dall'immediata sperimentazione da parte degli allievi.

L'insegnante attraverso l'alternanza di momenti sperimentazione – verbalizzazione conduce i propri allievi alla soluzione (Metodi induttivi: della ricerca e del problem solving). I ragazzi vengono sollecitati, come costruttori attivi e consapevoli dei loro apprendimenti, ad essere propositivi e creativi (teorie costruttiviste – cognitive – umanistiche). Inoltre il clima relazionale in cui avvengono gli apprendimenti influenza la qualità di ciò che si impara.

STRUMENTI/METODOLOGIE DI MONITORAGGIO IN ITINERE E DI VERIFICA FINALE

L'attività di verifica dovrà valutare le specifiche acquisizioni delle abilità raggiunte dagli alunni in campo motorio.

In itinere: direttamente, tramite osservazione degli alunni e delle dinamiche del gruppo durante lo svolgimento delle attività; indirettamente, mediante la valutazione di produzioni grafiche (es. disegno nel quale il bambino si riproduca durante la fase di inspirazione e in quella di espirazione).

La verbalizzazione chiarirà ulteriormente le difficoltà e le sensazioni provate. Il processo di raccolta dei dati, rispetto ai risultati raggiunti dagli studenti, si realizza attraverso l'utilizzo di schede di rilevamento- verifica, proposte al termine di ogni percorso formativo relativo ai diversi gradi di scuola, che riportano gli indicatori di comportamento rispetto all'acquisizione di capacità esecutive, all'autonomia, alla partecipazione. Per ognuno di essi l'insegnante, dopo aver osservato gli alunni e aver effettuato dei test, può esprimere il grado di riuscita.

Sono previsti inoltre:

- verifiche di gradimento dei destinatari attraverso appositi questionari
- monitoraggio del progetto dal punto di vista quantitativo e qualitativo

- momenti di incontro e confronto sui dati per evidenziare:
 1. la rispondenza del progetto con i bisogni rilevati,
 2. gli elementi di criticità, quelli di forza o da potenziare,
 3. gli obiettivi parzialmente o totalmente raggiunti,
 4. eventuali ridefinizioni delle azioni
- produzione di materiali e di elaborati prodotti
- rilevazione della qualità del rapporto di collaborazione tra i docenti e gli esperti esterni.

STRUMENTI METODOLOGIE DI ANALISI DELLA RICADUTA DEI RISULTATI FORMATIVI

Il progetto, che abbraccia una visione unitaria dell'intero percorso formativo, prevede collegamenti con tutti i campi di esperienza e gli ambiti disciplinari di insegnamento. Gli elementi di ricaduta sono:

- Le finalità e le ipotesi operative (con eventuale adattamento al contesto)
- La valorizzazione di: ambiente di apprendimento; didattica laboratoriale; attività che favoriscono la motivazione; esperienze dirette; azioni per la formazione
- Struttura metodologica
- Struttura organizzativa

TEMPI E SEDE DI SVOLGIMENTO

Data prevista: da ottobre a giugno dei relativi anni scolastici

Sede di svolgimento: palestra, giardino, locali dei vari plessi dell'Istituto Scolastico.

SOGGETTI COINVOLTI

Alunni e insegnanti dell'Istituto Comprensivo C. PUDDU, esperti laureati in Scienze Motorie, istruttori del Coni o del CGFS/TCP.