

Educazione fisica



Secondo ciclo Palla sopra la corda



Traguardi di apprendimento _____ 4

Situazione problema _____ 6

Quadro organizzativo _____ 7

Articolazione operativa _____ 8

Valutazione _____ 14

Sperimentazione in classe _____ 15

Il progetto didattico proposto per il 2° ciclo va inserito in una progressione dalla SI (1° ciclo) fino al 3° ciclo HarmoS, nello specifico per le classi di quinta elementare. Durante questo ciclo le situazioni motorie presentate alle classi si fanno sempre più complesse e strutturate. L'allievo dovrà vieppiù sviluppare delle combinazioni di movimenti di base variate e adattate alle differenti situazioni motorie. Parallelamente agli automatismi motori, è richiesta una maggior attenzione agli aspetti relazionali nei confronti del gruppo, che siano partner o avversari.



Traguardi di apprendimento

Quali apprendimenti intendo promuovere?

Traguardo di apprendimento focus

Sociomotorio con Partner e Avversario, Il ciclo:

quando il docente non dà importanza alla memoria di vittoria e sconfitta essere in grado di mettere a disposizione del gruppo le proprie risorse per avere la meglio sugli avversari, nel rispetto delle regole e degli altri.

Ambiti di competenza e processi coinvolti

Sintesi ambiti e processi	Comprendere le consegne e/o la situazione problema	Definire le operazioni motorie per risolvere il compito motorio	Attuare le operazioni motorie per risolvere il compito motorio	Svolgere un'autovalutazione sull'efficacia del proprio operato	Regolare le proprie operazioni motorie per trovare soluzioni più efficaci
Psicomotorio					
Sociomotorio con partner					
Sociomotorio con avversari					
Sociomotorio con partner e avversari	■	■	■	■	■
Con incertezza legata all'ambiente fisico					

Ambiti di competenza e processi coinvolti

Ambiti coinvolti

Sociomotorio con Partner e Avversario: essere in grado di stabilire delle interazioni cooperative adeguate e delle opposizioni efficaci all'interno della stessa situazione motoria.

Processi coinvolti

Durante l'itinerario didattico proposto l'allievo dovrà prendere coscienza delle sue scelte e dei gesti motori. A tale scopo, di fondamentale importanza saranno i processi chiave con i quali ogni singolo allievo è confrontato durante la sua progressione. Nelle prime lezioni è stato messo l'accento sulla comprensione delle consegne e/o della situazione motoria problema. L'obiettivo di questo procedere è quello di permettere all'allievo di definire le operazioni motorie per poi in seguito attuarle. Nel prosieguo del progetto didattico, durante le lezioni sociomotorie con PA, l'attenzione è stata data maggiormente ai momenti metariflessivi. Come ultima tappa, gli allievi svolgono un'autovalutazione sull'efficacia del proprio operato in modo da apportare delle modifiche alle operazioni motorie per trovare soluzioni più efficienti.

Obiettivi di conoscenza e abilità

Dimensione cognitiva

- Prendere decisioni su “che cosa” effettuare, su “quando” e “dove” svolgere un'azione di gioco.
- Richiamare tecniche, capacità e abilità precedentemente acquisite e le relative percezioni sensomotorie per facilitare l'apprendimento di attività che impongono richieste simili.

Dimensione relazionale

- In situazioni motorie con partner o partner avversario: stabilire relazioni di accordo e di sostegno reciproco, adattando il proprio comportamento motorio alle esigenze del compagno o del gruppo.

Indicatori di raggiungimento del traguardo

- L'allievo si accorda con il resto della squadra sulla strategia da seguire.
- L'allievo adatta la sua posizione in campo considerando la posizione dei suoi compagni.
- L'allievo adatta la posizione rispetto alla posizione della palla dall'altra parte del campo.
- L'allievo adatta la traiettoria del lancio della palla in funzione della strategia di gioco (compagni-avversari / attacco-difesa).

Altri traguardi di apprendimento disciplinari correlati

Ambito Psicomotorio

- Essere in grado di combinare più movimenti di base in presenza o in assenza di piccoli e grandi attrezzi.
- Prendere decisioni su “che cosa” fare, su “quando” e “dove” svolgere un'azione motoria.

Ambito Sociomotorio con partner

- Con pressione temporale essere in grado di cooperare con singoli compagni attraverso piccolo materiale o in assenza di materiale, con o senza contatto fisico.

Collegamenti ai traguardi di altre discipline e a competenze trasversali

Il progetto didattico va a toccare principalmente la competenza trasversale della *collaborazione* all'interno della propria squadra, permettendo agli allievi di trovare nuove strategie al fine di raggiungere scopi condivisi. Questi aspetti collaborativi sono molto presenti una volta fissato l'obiettivo, l'allievo lo riconosce e prova a verbalizzarlo nel gruppo fornendo il suo contributo. Interagendo con il gruppo, specifica i ruoli e sotto-ruoli, rispetta le regole gestendo il proprio comportamento al fine di riconoscere i vantaggi del lavoro cooperativo.

Eventuali prerequisiti

Durante i primi anni di SI sono stati eseguiti dei movimenti di base: innanzitutto camminare e correre, ma anche la manipolazione di palloni come lanciare, prendere, far rotolare svariate palle. Queste forme sono state (ri)scoperte e perfezionate anche nei primi anni di Scuola elementare. In ambito sociomotorio gli allievi si sono trovati a dover progressivamente collaborare con uno o più partner fino ad arrivare al concetto di gruppo. In seguito, a fine primo ciclo HarmoS, è stato introdotto il concetto di avversario inteso come gruppo-squadra. Negli anni successivi per favorire uno sviluppo armonioso dell'allievo si sono perfezionati parallelamente sia gli aspetti psicomotori che socio-motori. Nel corso del secondo ciclo sono state proposte delle attività in cui gli allievi hanno potuto sperimentare differenti combinazioni di movimenti di base: camminare e lanciare, camminare e prendere un pallone, correre e lanciare, correre e prendere un pallone, ... In terza e in quarta elementare, a livello cognitivo sono stati pure affrontati e allenati alcuni aspetti relativi all'orientamento e all'occupazione spaziale. Le combinazioni dei movimenti di base sono diventate sempre più complesse, ricercando sempre una maggior fluidità. Sul fronte sociomotorio si è iniziato a spiegare il concetto di spirito di gruppo, il fatto di sentirsi parte di una squadra. L'idea di mettersi a disposizione dei compagni per uno scopo comune, di cooperare-collaborare. Le situazioni di cooperazione all'interno di attività con partner ed in seguito i giochi con partner e avversario, progressivamente si complicavano.



Situazione problema

Attraverso quale situazione autentica intendo mobilitare gli apprendimenti?

Descrizione della situazione problema

Giocare a “Palla sopra la corda” (la palla può essere fermata). Riuscire a lanciare il pallone nel campo avversario con una traiettoria tale da impedire agli avversari di continuare a giocare. Vi è la possibilità di eseguire al massimo tre passaggi nella propria squadra prima di giocare il pallone sopra la corda.

Motivazione della situazione problema

“Palla sopra la corda” può essere considerata un’attività di verifica finale che permette di valutare apprendimenti relazionali-affettivi-cognitivi. La situazione motoria proposta permetterà di osservare la capacità degli allievi di mettere a disposizione le loro abilità motorie-cognitive all’interno del gruppo. Potranno sviluppare strategie comuni di cooperazione e allo stesso momento di opposizione nei confronti della squadra avversaria.

Cornice di senso

Attraverso il progetto didattico, l’allievo avrà la possibilità di sperimentare e comprendere l’importanza di combinare più movimenti di base allo scopo di ricevere e lanciare un pallone in situazioni motorie con partner e/o avversario sempre più complesse. Inoltre potrà mettere a disposizione del gruppo le proprie qualità cognitive-relazionali per trovare delle soluzioni di cooperazione e opposizione efficaci. Valori e gesti tecnici che potranno in seguito utilizzare in altre attività proposte, transfert. Una volta terminato l’itinerario, sono stati mobilitati svariati apprendimenti specifici che favoriscono lo sviluppo della personalità degli allievi. “Palla sopra la corda” è una situazione motoria interessante perché l’allievo dovrà trovare il giusto equilibrio tra le complessità tecniche e gli aspetti tattici-relazionali. In ottica di personalità, l’allievo ha la possibilità di trovare i suoi spazi all’interno del gruppo, il suo apporto motorio così come quello cognitivo possono favorire lo sviluppo personale, aumentando la propria conoscenza di sé, auspicando un aumento della fiducia, della propria stima e della presa di responsabilità.

Manifestazione di competenza/prodotto atteso

Attraverso la partecipazione attiva ed efficace al progetto proposto, gli allievi dimostrano di essere in grado di:

- valutare le differenti traiettorie, spostarsi e posizionarsi di conseguenza per ricevere la palla;
- effettuare dei passaggi, dei lanci, ... allo scopo di dare o togliere tempo al partner e/o avversario per poter rigiocare il pallone;
- osservare e valutare i posizionamenti dei propri compagni di squadra durante la fase di attacco, spostarsi di conseguenza cercando di mettere a disposizione del gruppo le proprie risorse;
- trovare delle strategie di opposizione efficaci in funzione della palla nel campo avversario e della posizione dei compagni di squadra.



Quadro organizzativo

Come posso organizzare il lavoro didattico?

Il progetto didattico è composto da 11 UD di 45 minuti l'una. La palestra può essere suddivisa da una rete o una corda sia verticalmente che orizzontalmente in differenti settori a seconda dell'esigenza delle varie situazioni motorie proposte. Il materiale utilizzato è di vario tipo: palloni e palline di differenti grandezze e pesi: palloni soft, palloni da pallavolo, basket, palline da tennis, jonglage, unihockey, palloncini, palloni da spiaggia, tappetini, tappeti da 16, cerchi, panchine. Le classi interessate sono due quinte elementari (entrambe di 17 allievi). Classi miste. Le modalità di lavoro variano a dipendenza della situazione: allenamenti individuali, momenti di cooperazione a coppie, a gruppi di tre-quattro fino a sei allievi per squadra e duelli simmetrici a squadre. Nella sequenza delle lezioni si alternano attività psicomotorie, sociomotorie con solo partner ed infine lezioni sociomotorie con partner e avversario. La differenziazione didattica è da ricercare soprattutto nelle variazioni dei differenti tipi di palloni che permettono di dare o meno maggior tempo agli allievi per gli spostamenti. Altre variazioni sono da ricercare negli approcci alle lezioni: metodi deduttivi e induttivi.



Articolazione operativa

Quale sequenza di attività prevedo con gli allievi?

Condivisione di senso

Attività:

- All'inizio della lezione "zero" è stato mostrato un filmato sulla forma finale di "Palla sopra la corda" con la quinta elementare dello scorso anno.
- Assieme agli allievi vengono elencate le abilità disciplinari attese in ambito psicomotorio e sociomotorio.
- In seguito viene proposta la situazione problema semplificata: "Palla sopra la corda semplificata". La palestra viene divisa sulla lunghezza con la corda in due campi da gioco, per un totale di quattro squadre che si alternano nel gioco palla sopra la corda.

Metodologia:

- Visione del filmato. Gli allievi sono guidati ad enunciare le abilità richieste e i prodotti attesi. Esposizione plenaria.
- Viene sottolineata e condivisa l'importanza di giocare con e/o contro il compagno.
- Valutazione diagnostica.
- Breve autovalutazione iniziale plenaria riguardo alle capacità di ogni allievo nella presa e nel lancio durante l'attività. Verbale.

Tempi indicativi:

- Visione filmato, spiegazioni e domande varie 10 min.
- 30 min. di attività motoria.
- 15 min. di discussione finale.

Allenamento

Lezione 1:

– *Corsa con i segnali:*

- a) gli allievi si spostano all'interno del campo da pallavolo, al segnale e alla descrizione del docente, devono eseguire la consegna data;
- b) variare i tipi di lancio, una o due mani, sopra o sotto le spalle.

- *Gioco di rimbalzo:* dopo aver lanciato la palla, eseguire una delle consegne elencate e riprendere la palla.

Metodologia: L'allievo cammina, corre, salta, ... combina differenti movimenti di base lanciando e afferrando la palla. Inizialmente si vuol lasciare il tempo all'allievo di sperimentare individualmente e trovare strategie per assolvere i compiti. Viene favorita la differenziazione, ogni allievo può sperimentare diversi compiti sempre più difficili se ne ha le capacità. Domande stimolo:

- Con quale pallone è più facile lanciare e prendere? Perché? Quale variante reputate più complicata?
- Come e dove dovete lanciare un pallone quando: siete fermi, quando camminate e quando correte?
- Come dovrete spostarvi: adagio o veloce?
- Se lanciate basso come dovrete spostarvi? Alto?
- Quale pallone rimbalza meglio?
- Che tipo di lancio e spostamento dovete fare a dipendenza del compito motorio? Alto-lento, basso-veloce?

Lezione che ha permesso di verificare ulteriormente in situazioni di automatismi il livello dei lanci e delle prese nelle classi.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 2:

– *Corsa con i segnali a coppie:*

- a) gli allievi si spostano all'interno del campo da pallavolo, al segnale del docente, l'allievo A si sposta a destra o a sinistra, l'allievo B deve spostarsi nella stessa direzione o direzione opposta;
- b) specchio: al segnale dell'allievo A, B deve eseguire lo stesso lancio e presa.

– *Gioco del palloncino e del tappetino:*

- a) sul tappetino, mantenere in aria il più a lungo possibile il palloncino, pallone da spiaggia, pallone con le differenti parti del corpo;
- b) entrambi gli allievi stanno diagonalmente sul tappetino. A lancia in aria e B deve intercettare il pallone prima che tocchi terra;
- c) ogni ragazzo si trova ad un lato del tappetino e si passano il pallone, dapprima bloccandolo e in seguito con dei passaggi diretti. Provare a fare il maggior numero di passaggi.

Metodologia: L'allievo riesce ad adattare la camminata, la corsa, lo spostamento, il lancio, la velocità e la traiettoria con il compagno d'esercizio. Dopo una prima lezione incentrata sulla ricerca o scoperta di alcune combinazioni di movimenti di base, è stato introdotto un compagno di esercizio. In questo caso l'incertezza proveniente dal compagno porta l'allievo a dover fare degli adattamenti motori continui in ottica di cooperazione. Domande stimolo:

- Oltre al partner cosa dovete guardare nello spostamento?
- Come dovete lanciare la palla o pallone o palloncino in modo che il vostro compagno riesca a prenderlo e rilanciarlo?
- Come fate a guardare il pallone, poi il compagno dall'altra parte della corda ed infine riprendere la palla?
- Come dovete spostarvi con il cerchio in mano? Veloce, adagio?
- Perché il vostro compagno riesca bene ad eseguire l'esercizio, cosa dovete fare? Che tipi di lanci?

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 3:

- *Far rotolare il tesoro:* dietro la linea di fondo si trovano differenti palloni che devono essere fatti rotolare (oppure passare sotto una corda) dietro l'apposita linea di fondo. La squadra A è suddivisa dietro le due linee di fondo e tra le righe dei 3 metri. La squadra B cerca d'intercettare i palloni.
- *Cappello basso:* sulla metà terreno ci sono delle panchine con dei coni posati sopra. Lo scopo è di colpire con differenti modalità di lancio i coni e farli cadere.

Metodologia: Vengono proposte due attività: la prima ha una struttura di duello asimmetrico tra squadre; la seconda è un duello simmetrico tra squadre. Lanci precisi, valutazioni delle traiettorie, posizionamenti in campo per intercettare al meglio i palloni, orientamento, ... sono alcuni compiti auspicabili. Le due squadre non entrano direttamente in contatto fisico e ciò permette ai bambini di concentrarsi di più sul compito e sulle strategie di gioco.

Domande stimolo:

- Cosa dovete valutare prima di lanciare la palla?
- Cosa dovete valutare prima di intercettare una palla?
- Dove dovete posizionarvi e come vi orientate quando avete il compito di intercettare?
- Quale modalità di lancio preferite? In quale modalità avete più precisione? In quale più forza?
- Come organizzate la squadra in campo, le posizioni?

Situazione di gioco con opposizione, senza dare l'importanza alla memoria di vittoria e sconfitta.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 4:

– *Lancio del pallone e presa:*

- a) lanciare differenti tipi di pallone con 1 e/o 2 mani e prenderlo al volo dopo 1-2-3, ... rimbalzi;
- b) prendere direttamente il pallone;
- c) chi riesce a bloccare il pallone in posizione seduta;
- d) provare gli stessi esercizi di prima ma lanciando la palla con il pugno;
- e) variare la posizione del lancio: in equilibrio, spalle girate, lateralmente, ...

– *Lancio del pallone sopra la corda, spostamento e presa:*

- a) lanciare differenti tipi di pallone con 1 e/o 2 mani, e prenderlo al volo dopo 1-2-3, ... rimbalzi;
- b) prendere direttamente il pallone;
- c) variare il più possibile la lunghezza e l'altezza del lancio;
- d) chi riesce a bloccare il pallone in posizione seduta;
- e) provare gli stessi esercizi di prima ma lanciando la palla con il pugno;
- f) variare la posizione del lancio: in equilibrio, spalle girate, lateralmente, ... Nozione di traiettoria.

– *Spostamento con lancio e presa con il cono:*

- a) A cammina, ad un certo segnale visivo deve lanciare la palla (due mani dal basso, una mano dal basso, due mani sopra la testa) sopra la rete, dall'altra parte B deve prendere la palla al volo, dopo un rimbalzo, dopo due rimbalzi, ...;
- b) mantenendo una certa distanza costante, l'allievo A in movimento (inizialmente fermo, camminata, corsa), lancia la palla a B il quale cerca di prenderla all'interno del cono. Provare a fare il maggior numero di passaggi e prese all'interno del cono.

Metodologia: L'allievo è in grado di lanciare il pallone in maniera tale da poter facilitare la sua presa dopo aver eseguito una consegna. Ripresa del concetto di traiettoria per aiutare, facilitare l'esecuzione di un compito motorio. Inizialmente si vuol lasciare il tempo all'allievo di sperimentare individualmente e trovare strategie per assolvere i compiti. Viene favorita la differenziazione, ogni allievo può sperimentare diversi compiti sempre più difficili se ne ha le capacità. Domande stimolo:

- Con quale pallone è più facile lanciare e prendere? Perché? Quale variante reputate più complicata?
- Come e dove dovete lanciare un pallone quando siete fermi, quando camminate e quando correte?
- Come dovrete spostarvi: adagio o veloce?
- Se lanciate basso come dovrete spostarvi? Alto?
- Quale pallone rimbalza meglio?
- Che tipo di lancio e spostamento dovete fare a dipendenza del compito motorio? Alto-lento, basso-veloce?
- Come dovete spostarvi con il cono in mano?
- Affinché il compagno riesca a prendere la palla nel cono, come dovete lanciarla?

L'esercizio lancio del *Pallone sopra la corda e presa* ha permesso agli allievi di poter sperimentare e migliorare le decisioni su che cosa fare, quando e dove. Cognitivamente iniziano a capire il concetto, a volte è ancora un po' complicato metterlo in pratica.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 5:

- *Lanciare-guardare-prendere:*

- a) A e B sono di fronte alla corda rialzata con un pallone ognuno. A lancia verticalmente e guarda B che tiene il proprio pallone verso l'alto o verso il basso. Il ragazzo A dice la posizione e riprende al volo il suo pallone;
- b) se il pallone è tenuto in alto, il ragazzo A deve prendere il proprio pallone saltando;
- c) i due allievi lanciano i palloni contemporaneamente in verticale e si scambiano di posto prendendo il pallone dopo un rimbalzo.

- *A tre:*

- a) l'allievo C si sposta con il cerchio e lo appoggia nel punto in cui il pallone dovrebbe rimbalzare;
- b) l'allievo C cattura la palla lanciata in alto tenendo il cerchio verticalmente;
- c) l'allievo C cattura la palla con il cerchio nel punto in cui il pallone rimbalza e B la prende dopo un rimbalzo;
- d) stessi esercizi precedenti con la consegna di riuscire a fare il maggior numero di "canestri" e prese entro un tempo definito.

Metodologia: L'allievo riesce a distogliere lo sguardo dalla sua palla per osservare i movimenti del compagno, o il suo pallone, o la traiettoria di esso e combina alcuni movimenti di base prima di prendere il pallone. Interpretazione della traiettoria, dare tempo al compagno. Domande stimolo:

- Oltre al partner cosa dovete guardare nello spostamento?
- Come dovete lanciare la palla o pallone o palloncino in modo che il vostro compagno riesca a prenderlo e rilanciarvelo?
- Come dovete spostarvi con il cono in mano?
- Affinché il vostro compagno riesca a prendere la palla nel cono, come dovete lanciarla?
- Come fate a guardare il pallone, poi il compagno dall'altra parte della corda ed infine riprendere la palla?
- Come dovete spostarvi con il cerchio in mano? Veloce, adagio?
- Perché il vostro compagno riesca bene ad eseguire l'esercizio, cosa dovete fare? Che tipi di lanci?
- Come posso aiutare il compagno quando non riesce a svolgere il compito e si sta arrabbiando?
- Come faccio a dare consigli?

Ci sono state alcune difficoltà nel posizionarsi con il cerchio, punto di impatto al suolo. Buono lo spirito cooperativo.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 6:

- **Lanciare-correre-afferrare:** A lancia il pallone sopra la corda a B e va a toccare la parete. B afferra il pallone e lo rilancia sopra la corda ad A e a sua volta corre a toccare la parete. Quale coppia (sullo stesso campo da gioco) riesce per prima a prendere 10 palloni. Variante modificare il modo di lancio: 1-2 mani, con il pugno.
- **Mostrare-imitare:** stesso che precedente: dopo aver lanciato la palla, A effettua un movimento/spostamento (capriola, salto, giro su sé stesso, tocco di una linea, battere le mani, ...) B prende la palla, la rilancia e poi ripete quanto fatto da A.
- **Festival delle prese:** a coppie con un pallone: lanciare sopra la corda e: chi riesce a prendere il pallone seduto / chi riesce a posizionarsi sotto la palla in modo che gli rimbalzi sulla schiena / chi riesce a saltare sopra il pallone che rimbalza e poi prenderlo prima che rimbalzi una seconda volta. Chi esegue per primo 10 volte l'esercizio in maniera corretta.

Metodologia: L'allievo è confrontato inizialmente ad una situazione dove deve adattare i propri lanci (profondità e altezza) in funzione del ritmo del compagno. In seguito la stessa situazione motoria viene proposta ma sotto forma di competizione. Domande stimolo:

- Quando devo lanciare il pallone per far sì che il mio compagno possa prenderlo?
- Quali differenze ci sono nei lanci durante l'esercizio normale e la competizione?
- Difficile osservare il compagno, il pallone e prenderlo? Che tipo di lancio avrò bisogno?
- Perché il mio partner prenda la palla cosa devo fare?
- Come posso aiutare il compagno quando non riesce a svolgere il compito e si sta arrabbiando?
- Come faccio a dare consigli?

Situazioni di gioco con opposizione, senza dare l'importanza alla memoria di vittoria e sconfitta, non molta opposizione diretta ma piuttosto indiretta.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 7:

- **I palloni volanti:** 3 ragazzi si affrontano in una metà campo. Un ragazzo fa rimbalzare il pallone in modo che tocchi una volta il suolo nella propria metà campo prima di oltrepassare la panchina e andare nell'altra metà. Il pallone può rimbalzare 2 volte nell'altra zona prima di essere preso. Chi lancia la palla deve andare a toccare la propria linea di fondo prima di giocare nuovamente.
 - a) Quanti passaggi riuscite a fare senza sbagliare?
 - b) Provare contro.
- **Pallavolo con le panchine:** 3-4 allievi per squadra. Lanciare il pallone nel campo avversario cercando il rimbalzo. Il giocatore avversario cerca d'impedire il rimbalzo e prova a prendere la palla prima che rimbalzi al suolo. Giocare il pallone da dove si prende, lanciare il pallone a due mani dal basso verso l'alto.

Metodologia: L'allievo cerca di cooperare e trovare delle soluzioni con il/i compagno/i. In seguito la squadra cerca di trovare delle opposizioni al tentativo degli avversari di far rimbalzare una o due volte la palla nel suo campo. Domande stimolo:

- Che differenze ci sono nei lanci nella versione del gioco a) e b)?
- Quali sono le differenti modalità di lancio più efficaci?
- Come vi ripartite lo spazio nella vostra metà campo?
- Come faccio a togliere tempo all'avversario?

Durante le attività di opposizione manca un po' di strategia per togliere il tempo all'avversario.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 8:

- **Il pallone nel cerchio:**
 - a) giocare a coppie sopra la rete. Il pallone viene lanciato sopra la rete e quando arriva dall'altra parte deve essere preso dopo aver rimbalzato una volta nel cerchio. Allievo A ha un cerchio e si sposta in base alla traiettoria, appoggiandolo per terra dove rimbalza il pallone. Dopo il rimbalzo, B intercetta la palla e la rilancia agli avversari;
 - b) calcolare quante volte tra le due squadre si riesce a prendere il pallone e poi;
 - c) contare solo in una metà campo (opposizione).
- **Turbina insieme:** palla sopra la corda, si gioca insieme (quante volte riusciamo a giocare il pallone sopra la corda senza errore). Quando si invia la palla nell'altro campo, si esegue una rotazione di squadra in senso orario. Il docente propone la sfida: entro 5 minuti dovete fare un numero di passaggi. Quando il sistema funziona si passa a giocare contro (4vs4).

Metodologia: L'allievo in una situazione di duello simmetrico tra squadre prova differenti tipi di lanci combinando dei movimenti di base e riprende il pallone. Occupazione dello spazio nel rettangolo da gioco. Domande stimolo:

- Come deve essere eseguito lo spostamento con il cerchio?
- Il compagno B cosa deve fare prima della presa?
- Che differenze ci sono nei lanci nella versione del gioco a), b) e c)?
- Quando si gira in senso orario è sempre facile ritrovare la posizione giusta in campo? I compagni dall'altra parte della rete cosa possono osservare prima di giocare il pallone?
- Come e dove ci posizioniamo in campo mentre aspettiamo il pallone?
- Come e dove ci posizioniamo in campo mentre il mio compagno di squadra lancia?
- Dove mi sposto quando un compagno ha la palla? Dove mi sposto quando un avversario ha il pallone?

Tra le varie situazioni motorie, tra una partita e l'altra, se necessario, focalizzare l'attenzione della classe su cosa ha funzionato bene e cosa no. L'obiettivo è quello di favorire una sempre maggior efficacia nell'azione motoria del singolo e del gruppo.

Tempi indicativi: 1 UD.

Lezione 9:

- *Palla sopra la corda:* le squadre giocano (lanciare e afferrare) cercando di inviare la palla in modo che l'altra squadra non riesca ad afferrarla. I passaggi fra compagni di squadra e gli spostamenti con la palla non sono consentiti. In seguito i passaggi tra i compagni sono consentiti. *Errori:* pallone che tocca il suolo nella propria metà campo o al di fuori del campo avversario, toccare la corda, calpestare la linea di metà campo.
- *Palla sopra la corda con consegne supplementari:* le squadre giocano il pallone (lanciare e afferrare) nel campo opposto cercando di impedire all'altra squadra di continuare il gioco. *Errori:* pallone che tocca il suolo nella propria metà campo o al di fuori del campo avversario, toccare la corda, calpestare la linea di metà campo. *Consegne supplementari:* tutti devono toccare la palla prima che sia giocata nel campo avversario. Nel frattempo gli avversari devono eseguire dei compiti speciali: toccare il suolo con la pancia, battersi le mani fra loro, toccare una parete.

Metodologia: L'allievo, con i compagni di squadra, deve trovare delle soluzioni di sostegno e allo stesso tempo delle opposizioni efficaci al fine di non far toccare la palla nella propria metà campo.

Domande stimolo:

- Come e dove ci posizioniamo in campo mentre aspettiamo il pallone?
- Come e dove ci posizioniamo in campo mentre il mio compagno di squadra lancia?
- Come facciamo a cercare delle soluzioni per far punto?
- Dove sono le difficoltà durante i passaggi? La qualità dei passaggi quando siamo sotto pressione com'è?
- Dopo aver eseguito la consegna supplementare è sempre facile ritrovare le posizioni corrette all'interno della squadra?
- Dove mi sposto quando un compagno ha la palla? Dove mi sposto quando un avversario ha il pallone?

Tempi indicativi: 1 UD.

Realizzazione

Lezione 10: Torneo di palla sopra la corda: le squadre giocano il pallone (lanciare e afferrare) nel campo opposto cercando di impedire all'altra squadra di continuare il gioco. All'interno della squadra sono consentiti tre passaggi. **Errori:** pallone che tocca il suolo nella propria metà campo o al di fuori del campo avversario, toccare la corda, calpestare la linea di metà campo.

Metodologia:

- Viene proposta come ultima attività una lezione incentrata sull'attività *Palla sopra la corda*. Tre-quattro squadre si affronteranno alternandosi in un mini torneo di palla sopra la corda nel campo della pallavolo.
- Gli allievi riescono a trovare delle soluzioni efficaci per opporsi alla squadra avversaria e cercano di collaborare con i propri compagni di squadra sempre nel rispetto delle regole e dei compagni.
- Lezione finale, valutazione sommativa alla fine del percorso didattico.

Tempi indicativi: 1 UD.

In totale:

- **Attività psicomotorie:** due unità didattiche (lezioni 1 e 4).
- **Attività sociomotorie con Partner:** tre unità didattiche (lezioni 2 e 5).
- **Attività sociomotorie con Partner e Avversario:** cinque unità didattiche (lezioni 3, 6, 7, 8, 9, 10).

Riflessione

Attività:

- Discussione finale alla fine della lezione 10, in classe.
- Vengono ripresi le abilità richieste e i prodotti attesi all'inizio dell'itinerario e auto-valutati verbalmente dagli allievi.

Metodologia:

- Vengono lasciati dei momenti in cui ogni allievo può esprimersi verbalmente sui suoi miglioramenti riguardo agli automatismi e agli aspetti collaborativi. In seguito a quali possono essere le capacità da migliorare in futuro.
- Riflessione plenaria.
- Possibilità del docente di valutare i comportamenti attesi e chi ha raggiunto gli apprendimenti auspicati.

Tempi indicativi: Svolgimento al termine dell'attività didattica no. 10, 15-20 min. di tempo in classe.



Valutazione

Quali strumenti di valutazione iniziali/
in itinere/conclusivi intendo impiegare?

Valutazione iniziale (diagnostica)

Lezione "zero":

- valutazione diagnostica al fine di verificare il livello di partenza degli alunni rispetto agli apprendimenti specifici auspicati al termine del percorso motorio proposto (*EdFi2a – Allegato 1*);
- autovalutazione iniziale in forma plenaria sulle capacità motorie nei lanci, nelle prese e riguardo al gioco di squadra;
- verranno poste delle domande per far riflettere gli allievi sulle nozioni di traiettoria (dare e/o togliere tempo al compagno-avversario e le nozioni di giocare con il compagno per potermi allenare e di conseguenza migliorare le mie capacità motorie). Breve verifica cognitiva della situazione di partenza concettuale.

Valutazione in itinere

Durante l'itinerario ci saranno delle valutazioni formative:

- *feedback* personali (suggerimenti per migliorare, rinforzi positivi);
- metariflessioni individuali e/o di gruppo e/o di classe: questi momenti formativi individuali o di gruppo permettono agli allievi di avere una presa di coscienza nelle varie tappe dei processi chiave;
- autovalutazioni al termine di alcuni esercizi con il partner (*EdFi2a – Allegato 2 e EdFi2a – Allegato 3*);
- sono state create anche delle schede di osservazione del docente, basate sugli indicatori degli apprendimenti specifici (*EdFi2a – Allegato 4*);
- valutazioni tra pari con l'obiettivo di permettere al singolo di attuare i necessari aspetti regolativi (*EdFi2a – Allegato 5*).

Valutazione conclusiva

Al termine della lezione 10:

- griglie di osservazione sugli indicatori specifici utilizzati durante la valutazione diagnostica: il docente potrà verificare i miglioramenti degli allievi (*EdFi2a – Allegato 6*);
- autovalutazione: ogni allievo, in forma plenaria, verbalmente potrà elencare i miglioramenti riguardo alle capacità motorie nei lanci, nelle prese e nel gioco di squadra.



Sperimentazione in classe

Materiali di lavoro

Griglie d'osservazione del docente, griglie di autovalutazione e valutazione tra pari per gli allievi (*EdFi2a – Allegati 1-6*).

Esperienze in palestra

Durante le lezioni proposte, gli allievi sono riusciti a focalizzare le loro attenzioni in funzione degli obiettivi nelle singole unità didattiche. In ambito psicomotorio, hanno potuto allenare le loro situazioni motorie per cercare di migliorare le forme di base e la loro combinazione: lanciare-prendere-caminare-correre-saltare. Si notano ancora delle carenze in questo ambito. Gli allievi se ne sono accorti da soli, nelle varie attività proposte potevano avere dei *feedback* immediati. Per quel che concerne le attività di pura cooperazione, il concetto fondamentale che potranno (si spera) utilizzare nei prossimi anni scolastici, è l'idea che per poter migliorare alcuni aspetti tecnici hanno bisogno del compagno (partner). Anche in queste situazioni motorie gli allievi sono riusciti a focalizzare l'attenzione su questo aspetto concettuale non indifferente. Parallelamente è stato portato avanti il discorso dello spazio e del tempo. Negli allenamenti proposti con il partner per poter migliorare è emerso come si debba lanciare il pallone o l'oggetto in maniera tale per cui il compagno abbia il tempo necessario per valutare la traiettoria, scegliere il tipo e la velocità di spostamento, posizionarsi ed eseguire il gesto motorio richiesto. Quando il concetto di traiettoria,

“dare” del tempo al compagno per poter eseguire un'azione motoria, è stabilizzato ci si può concentrare sul concetto di “togliere” il tempo all'avversario. Cognitivamente sembra che gli allievi abbiano capito, il problema è metterlo in pratica, qui la tecnica gioca ancora un ruolo fondamentale nella riuscita. Interessante è stato proporre il progetto didattico ad entrambe le quinte. Ho potuto appurare che alcuni aspetti motori e/o concettuali sono stati affrontati parallelamente, altri invece maggiormente in una classe e non nell'altra. La maggior parte degli allievi prende delle decisioni troppo lentamente, lasciando la possibilità agli avversari di posizionarsi.

Riflessioni critiche

– Nella prima stesura del piano lezioni e una volta iniziato a mettere in pratica quanto programmato con le classi, mi sono subito accorto della difficoltà di alcune situazioni motorie proposte e al contempo alcune attività troppo semplici per delle classi di quinta. Visto il materiale a disposizione mi sono permesso, a metà progetto, di creare tre differenti percorsi didattici, uno per le classi di terza, uno per quelle di quarta e uno per le quinte. Nei prossimi anni, sarà interessante continuare con le attuali classi di IIIa e IVa, per vedere la progressione.

- Trovo che alcuni itinerari incentrati su alcuni aspetti psicomotori legati ai movimenti di base lanciare e prendere siano auspicabili all'inizio del secondo ciclo HarmoS per costruire il seguito.
- Nei prossimi anni si potrebbe introdurre un'autovalutazione scritta da parte del singolo allievo all'inizio dell'itinerario e alla fine.
- In prospettiva futura, questo itinerario e più precisamente la situazione motoria proposta alla fine, può essere un punto di partenza per il prossimo ciclo HarmoS, i colleghi delle scuole medie possono partire da questa attività per fare una valutazione diagnostica iniziale e costruire movimenti di base sempre più complessi in ottica di giochi istituzionalizzati. Allo stesso tempo si potrebbe proporre una valutazione diagnostica per questo progetto didattico simile all'attività svolta a fine primo ciclo. Ciò comporterebbe maggiori interazioni tra docenti di cicli diversi.

Riferimenti bibliografici e sitografici

Schäfer, K. (2008). Brochure *La pallavolo nella scuola-Idee e suggerimenti* (Login school volley). Editore Swiss Volley.

Mobile, “Allenamento/Lezione, GS Kids, Pallavolo, Lezione 1-8”, www.mobilesport.ch.

Filmato: “Palla sopra la corda VC”, Scuole Elementari Gordola, aprile 2016.

Riferimento del documento: EdFi2a

Allegati reperibili sul portale
didattico ScuolaLab
<https://pianodistudio.edu.ti.ch>
(ricerca tramite riferimento indicato)

Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento dell'educazione della
cultura e dello sport
Divisione della scuola
6501 Bellinzona
091 814 18 11
decs-ds@ti.ch

Percorso elaborato all'interno dei laboratori "Progettare per competenze" organizzati in collaborazione con il Dipartimento Formazione e Apprendimento della SUPSI nell'ambito della messa in atto del nuovo Piano di studio della scuola dell'obbligo ticinese.

Coordinatori
Fabrizio Agosti, Alejandro Arigoni,
Flavio Rossi

Autori
Simone Storni

Progetto grafico
Luca Belfiore
Corso di laurea in Comunicazione visiva
(SUPSI/DACD)

Impaginazione
Jessica Gallarate
Servizio risorse didattiche, eventi
e comunicazione (SUPSI/DFA)

Stampa
Tipografia Fontana Print SA

Anno di stampa
2017