

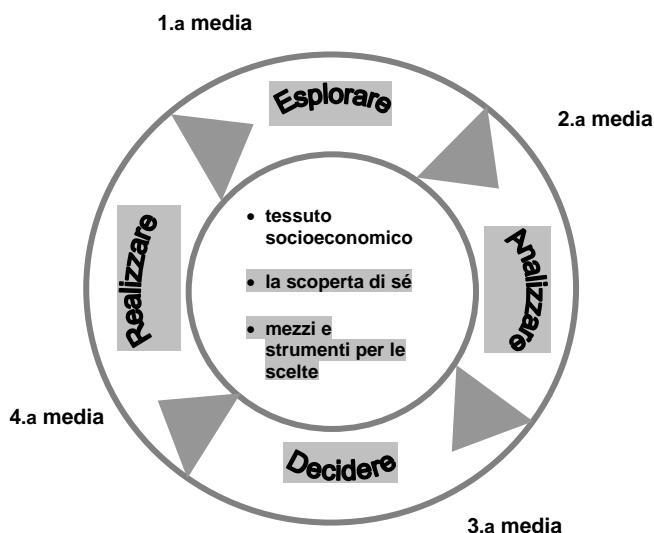
La coordinazione – scheda

Classe	III media
Materia	Educazione fisica
Allegati	-

Obiettivi

- Mostrare ed eseguire correttamente degli esercizi fisici e riconoscerne il senso
- Sviluppare la capacità di analizzare del materiale e identificare l'importanza di conoscere prima di scegliere
- Riconoscere il gruppo come fonte di idee e come aiuto alla decisione
- Sviluppare la capacità di mettersi d'accordo
- Identificare degli elementi che portano a decidere

Le fasi e gli ambiti del percorso di scelta



- **tessuto socioeconomico:** la conoscenza del mondo del lavoro, delle professioni e delle aziende presenti sul territorio;
- **la scoperta di sé** attraverso il confronto con i propri compagni, su sogni, desideri, aspettative, punti forti e punti deboli, la famiglia, la rete amicale, il tempo libero
- **mezzi e strumenti per le scelte:** conoscere e saper utilizzare siti web *Orientamento.ch* e *miOriento*, la guida *Scuola media ... e poi?*, la documentazione su professioni/settori professionali/mondo del lavoro, il materiale per la candidatura, le porte aperte nelle scuole, gli eventi informativi tra cui *Espoprofessioni*,...

Svolgimento

Il docente chiede agli allievi cosa è la coordinazione e a cosa serve, perché è importante (sono degli esercizi di equilibrio, di differenziazione, di orientamento, di ritmo e di reazione). Gli allievi a coppie o a gruppi di tre (in funzione del numero di allievi) preparano un esercizio-postazione inerente i 5 aspetti della coordinazione sopra indicati, utilizzando il materiale presente in palestra. Per ogni postazione vengono ideati due esercizi differenti realizzati da due gruppi di allievi. Vi è poi la fase della dimostrazione: ogni gruppo presenta la sua proposta alla classe e, successivamente ogni allievo svolge tutti gli esercizi. Al termine del percorso si analizzano le dinamiche di gruppo: dapprima ogni allievo risponde per iscritto alla domanda “per decidere quale esercizio proporre quale è stato il tuo contributo e in che maniera il gruppo ti è stato di aiuto” (se il lavoro è stato svolto in coppia si parlerà di compagno/a), in seguito i gruppi che si sono formati rispondono, sempre per iscritto, alla domanda “come siete riusciti a mettervi d'accordo per la scelta dell'esercizio”. La lezione si conclude con una discussione plenaria su quanto è stato riportato per iscritto e sulla pertinenza della scelta degli esercizi, con l'obiettivo di riflettere sull'idea di gruppo come risorsa per elaborare e realizzare delle idee, nonché sul valore del contributo di ognuno alla realizzazione di un lavoro collettivo.

Elaborazione esperienza: vissuto e contenuto

- Chiedere alla classe se l'attività è stata facile o difficile, piacevole o spiacevole e perché.
- Eventualmente chiedere ad ogni allievo di scrivere su un foglio quello che ha imparato da quest'attività.

Suggerimenti per lo svolgimento

- Tempi: 2 ore lezione
- Luogo: palestra
- Materiale: attrezzi presenti in palestra / carta e penna
- Modalità di lavoro: individualmente / a coppie / piccolo gruppo / classe / più classi

Possibili attività di approfondimento, prima e dopo

Prima

Vedi schede "Educazione alle scelte" proposte per il medesimo anno.

Dopo

Vedi schede "Educazione alle scelte" che seguono l'anno di formazione in corso e/o quelle proposte per il medesimo anno.