

|  |   |
|--|---|
| <b>1. Titolo dell'attività</b>           | Piccoli attrezzi.   |
| <b>2. Contestualizzazione</b>            | L'UdA è rivolta a una classe quarta di scuola primaria, composta da 21 alunni (9 maschi e 12 femmine), di cui due allievi con DSA. Il livello degli alunni è eterogeneo, nonostante quasi tutti gli alunni pratichino sport o attività nelle ore extrascolastiche. La palestra è di piccole dimensioni ma provvista di molti attrezzi (piccoli e grandi).   |
| <b>3. Monte ore complessivo</b>          | 10 ore nel periodo iniziale della scuola (settembre-ottobre).   |
| <b>4. Compito unitario</b>               | Scegliere un piccolo attrezzo a coppie ed eseguire una combinazione di 4-5 movimenti in successione.  |
| <b>5. Competenze di cittadinanza</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imparare a imparare.</li> <li>- Collaborare e partecipare.</li> <li>- Risolvere i problemi.</li> <li>- Acquisire e interpretare le informazioni.</li> </ul>  |
| <b>6. Competenze e obiettivi</b>         | <p><b>Traguardi per lo sviluppo delle competenze:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- L'alunno acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e padronanza degli schemi motori e posturali nel continuo adattamento alle variabili spaziali e temporali contingenti.</li> </ul> <p><b>Obiettivi di apprendimento:</b><br/><i>Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.).</li> </ul> |
| <b>7. Prerequisiti</b>                   | - Conoscere e utilizzare gli schemi motori di base.   |
| <b>8. Conoscenze e abilità</b>           | <p><b>Conoscenze:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I piccoli attrezzi.</li> </ul> <p><b>Abilità:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Migliorare la coordinazione oculo-manuale e oculo-podolica.</li> <li>- Utilizzare i piccoli attrezzi in sicurezza.</li> <li>- Sapersi orientare nello spazio.</li> <li>- Migliorare gli schemi motori di base.</li> </ul>   |
| <b>9. Collegamenti interdisciplinari</b> | Figure geometriche - Geometria.<br>Sequenza ritmiche - Musica.  |
| <b>10. Fasi/attività</b>                 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Attività con uso di cerchi.</li> <li>2) Attività con uso di bacchette.</li> <li>3) Attività con uso di funicella.</li> <li>4) Attività con uso di palla.</li> <li>5) Esecuzione di un esercizio a coppie con un piccolo attrezzo a scelta.</li> </ol>   |
| <b>11. Strumenti</b>                     | Palle di varie forme e dimensioni, cerchi, bacchette, funicelle, delimitatori, coni.  |



|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>12. Metodologie</b>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Metodo deduttivo.</li> <li>- Metodo prescrittivo.</li> <li>- Metodo induttivo.</li> <li>- Libera esplorazione.</li> <li>- Scoperta guidata.</li> <li>- <i>Peer tutoring</i>.</li> </ul> |
| <b>13. Ambienti di apprendimento</b> | Palestra.  |

**CONTENUTI DELLE LEZIONI**

| <b>Lezione 1 (2h)</b> |   |
|-----------------------|---|
| <b>Tempi</b>          | <b>Attività</b>   |
| <b>10'</b>            | Trasferimento aula-palestra e cambio nello spogliatoio.   |
| <b>10'</b>            | L'insegnante introduce l'attività, definisce i piccoli attrezzi e individua alcune differenze con i grandi attrezzi; spiega poi il compito unitario che gli alunni dovranno svolgere al termine dell'UdA proposta.  |
| <b>15'</b>            | <p>Si effettua il riscaldamento con il gioco "<b>Caccia ai cerchi</b>". La classe viene suddivisa in quattro squadre, disposte ai vertici del campo da basket. Al via del docente, ogni alunno va a prendere un cerchio qualunque presente nel campo di gioco e poi lo mette sopra al proprio cono di partenza: così faranno uno alla volta tutti i componenti della squadra. Quando sono terminati i cerchi, ogni squadra conta e divide per colore i cerchi in proprio possesso. Ogni cerchio ha un colore e un punteggio differente: ad esempio, i cerchi gialli possono valere 2 punti, i cerchi rossi 1 punto e i cerchi verdi 0 punti. Vince la squadra che ha totalizzato il maggior punteggio. A volte non vincerà la squadra con più cerchi, ma quella che ha avuto la fortuna di catturare i cerchi con un punteggio più alto.</p> <p>Si possono proporre le seguenti varianti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- catturare i cerchi con diverse andature (galoppo laterale, skip a ginocchia alte, saltelli a piedi uniti, strisciando, ecc.);</li> <li>- catturare i cerchi in coppia;</li> <li>- catturare i cerchi tenendosi per mano con tutta la squadra e far passare il cerchio attraverso tutti i compagni fino all'ultimo di essi, senza lasciarsi la mano.</li> </ul> |
| <b>25'</b>            | <p>Vengono proposti alcuni esercizi con il cerchio in circuito a piccoli gruppi. Gli alunni vengono suddivisi in cinque gruppi da quattro membri ciascuno: ogni gruppo si posizionerà in una stazione ed eseguirà l'esercizio proposto per cinque minuti; si ruoterà in senso orario per andare alla stazione successiva.</p> <p>Gli esercizi sono i seguenti:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) far rotolare il cerchio in avanti verso la linea di fondo campo e riprenderlo prima che tocchi il muro;</li> <li>2) saltare nei sei cerchi disposti in fila a terra in modo libero, con due piedi, con un piede, ecc.;</li> <li>3) far ruotare su se stesso il cerchio e contare quanti giri effettua;</li> <li>4) far ruotare il cerchio attorno a differenti parti del corpo, il braccio, il piede, la vita;</li> <li>5) far ruotare il cerchio su se stesso e passarci dentro (utilizzare per questo esercizio dei cerchi molto grandi).</li> </ol>   |



|     |  |
|-----|--|
| 20' | <p>Ha inizio un'attività a terzetti. Gli alunni corrono liberamente per la palestra; al segnale dell'insegnante, si raggruppano per tre e viene consegnato a ciascun gruppo creatosi un cerchio. A questo punto gli alunni di ciascun terzetto:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) si spostano liberamente sostenendo dall'esterno il piccolo attrezzo con le seguenti parti del corpo: vita, spalle, fronte, altre parti del corpo (decise liberamente dagli alunni);</li> <li>2) entrano nell'attrezzo e si spostano liberamente sostenendolo dall'interno con le parti del corpo decise dal piccolo gruppo (l'insegnante stimola l'osservazione negli alunni e li invita a ripetere le situazioni motorie più suggestive);</li> <li>3) entrano tutti e tre nel cerchio e sfilano il cerchio dal basso verso l'alto;</li> <li>4) si tengono per mano e passano uno alla volta dentro al cerchio senza staccare mai le mani dalla presa del compagno.</li> </ol> |
| 20' | <p>Viene proposto il gioco di collaborazione a staffetta "<b>Capanne di cerchi</b>". La classe viene divisa in quattro squadre. Ogni giocatore, seguendo l'ordine di staffetta, dovrà correre e andare a prendere un cerchio posto a centrocampo. Ogni squadra dovrà possedere sei cerchi e con questi dovrà costruire una capanna posizionando i cerchi come nell'immagine (<b>Allegato A</b>).</p> <p>Si può in seguito proporre agli alunni di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- passare a turno strisciando all'interno della capanna senza distruggere la costruzione (<b>Allegato B</b>);</li> <li>- trasportare fino a centrocampo la costruzione senza che questa si distrugga (<b>Allegato C</b>).</li> </ul>   |
| 10' | <p>Defaticamento e circle time, a partire da alcune domande stimolo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Quali esercizi abbiamo imparato a fare con il cerchio?</i></li> <li>- <i>Quali vi sono piaciuti di più?</i></li> </ul>  |
| 10' | Cambio nello spogliatoio e rientro in aula.  |

| Lezione 2 (2h) |   |
|----------------|---|
| Tempi          | Attività  |
| 10'            | Trasferimento aula-palestra e cambio nello spogliatoio  |
| 15'            | <p>L'insegnante propone un'attività di esplorazione con il piccolo attrezzo. Viene consegnata una bacchetta a ciascun alunno: gli attrezzi vengono disposti in modo sparso per la palestra. Al via della musica, gli alunni si spostano in diversi modi, senza urtare le bacchette. I tipi di spostamento proposti sono i seguenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- camminata avanti;</li> <li>- camminata indietro;</li> <li>- corsa avanti;</li> <li>- corsa indietro;</li> <li>- saltello;</li> <li>- galoppo laterale.</li> </ul> <p>Si possono attuare le seguenti varianti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ogni volta che l'insegnante fischia, gli alunni girano attorno a ogni attrezzo;</li> <li>- ogni volta che l'insegnante fischia, gli alunni saltano sopra a ogni attrezzo;</li> <li>- ogni volta che l'insegnante fischia, gli alunni superano le bacchette, oltrepassandole saltando in avanti, a piedi uniti;</li> </ul> |

