



Progetto
Crescere in movimento
SCUOLA PRIMARIA

 **Liberi** di
EDUCARE
Una Rete di Scuole al Servizio dell'Educazione

L'attività motoria nella scuola primaria

L'educazione motoria che riguarda il corpo, il movimento e lo sport nella scuola primaria, si pone in continuità con il percorso di motricità iniziato al nido e alla scuola dell'infanzia e introduce le attività di educazione fisica proposte agli adolescenti della scuola secondaria di primo grado.

L'attività motoria è uno strumento importante che educa al rispetto degli altri, sia avversari che compagni, al sacrificio necessario per crescere (ascesi), alla bellezza del corpo in movimento.

Relazioni con gli altri

L'attività fisica praticata attraverso il gioco e le attività di squadra, favorisce il coinvolgimento con gli altri e l'apprendimento collaborativo. Imparare a riconoscere i propri limiti e quelli degli altri per migliorare, avendo come obiettivo il raggiungimento di un risultato condiviso, promuove una competitività equilibrata e il rispetto verso i compagni.

Disciplina-Ascesi

Attraverso l'educazione motoria, il bambino comprende che il raggiungimento di un risultato o di una prestazione richiede impegno, sacrificio (ascesi), disciplina, consapevolezza dei propri limiti e allenamento finalizzato a ottenere un obiettivo.

Benessere psicofisico

La pratica regolare dell'attività fisica favorisce uno stile di vita sano contribuendo, insieme a buone relazioni sociali e ad un'alimentazione equilibrata, a prevenire i disturbi legati a cattive abitudini che potrebbero rafforzarsi durante la crescita.

Educazione alla bellezza

L'attività motoria coinvolge l'uso consapevole del corpo e insegna a valorizzare l'armonia del movimento, l'ordine, il ritmo e l'equilibrio.

Questi fattori, che identificano il **valore** dell'attività motoria nella scuola primaria, si collocano in una fase dello sviluppo nella quale il bambino diventa consapevole e acquisisce competenze trasversali che sono essenziali per il benessere, sia individuale che sociale.

Il bambino, infatti, attraverso il movimento struttura automatismi, fa previsioni, progetti e trova soluzioni nei giochi individuali e di squadra, affronta la pressione durante una competizione, impara ad adattarsi alle regole, a comunicare in modo efficace con gli altri, fa proprie le regole di convivenza e gestisce le emozioni, ha cura dell'**igiene** della sua persona, ha interesse per gli sport.

E' in questa precisa fase che le potenzialità psicomotorie del bambino vanno sollecitate e rafforzate, attraverso varie proposte e diversi approcci sportivi, usando tutti gli strumenti a disposizione.

Il bambino che inizia il percorso alla scuola primaria, con l'aiuto dell'insegnante, scopre le discipline e attraverso esperienze pratiche, molto spesso ludiche, arriva nel tempo ad un'**autonomia** di organizzazione del proprio lavoro.

Anche per quanto riguarda l'educazione motoria viene utilizzato lo stesso metodo: la palestra o il cortile della scuola diventano i luoghi di esperienza di quelle attività motorie che partono dal gioco e mirano a far raggiungere al bambino una motricità generale sempre più **armoniosa** e **coordinata**, una motricità fine della mano e delle dita, un adeguato coordinamento oculo-manuale, un'autonomia maggiore e una conoscenza di sé. Le attività motorie, inoltre, sviluppano e potenziano le capacità mnemoniche, l'attenzione e la concentrazione che permettono al bambino di muoversi con sicurezza e destrezza in ogni situazione.

Primo e secondo anno della scuola primaria

Nei **primi due anni** della scuola primaria si consolidano gli **schemi motori di base** (camminare, correre, saltare, afferrare, lanciare, strisciare, rotolare, arrampicarsi) in funzione dello spazio, dei compagni, degli oggetti a disposizione.

Questo avverrà attraverso l'introduzione graduale anche di piccoli giochi di gruppo che abitueranno i bambini ad una certa competitività in forma ludica, nel rispetto dell'altro.

Si darà spazio anche alla ginnastica a corpo libero per accompagnare lo sviluppo corporeo e mantenere la tonicità muscolare necessaria ad evitare posture scorrette nella crescita.

Obiettivi pratici da raggiungere nel primo e secondo anno della scuola primaria

Acquaticità: i bambini faranno un percorso, in una piscina convenzionata con la scuola, per arrivare ad avere una buona acquaticità e possibilmente imparare a **stare a galla** in autonomia e nuotare.



Equilibrio: i bambini, attraverso un programma apposito, nei primi due anni della scuola primaria potranno imparare ad **andare in bicicletta** in autonomia e sicurezza.



Terzo, quarto e quinto anno della scuola primaria

Dalla terza alla quinta classe della primaria i bambini hanno consolidato gli schemi motori; il fisico inizia ad esprimere nuove potenzialità e abilità.

Dalla **terza** classe vengono utilizzati sempre più i giochi di squadra per imparare a coordinarsi con i compagni.

E' possibile introdurre l'uso di alcune discipline ginniche e atletiche, anche sotto forma di piccole gare, in maniera tale da finalizzare l'attività motoria al miglioramento di sé e alla creazione di uno spirito di gruppo.

Questo è l'anno in cui i bambini partecipano a una **MINI-OLIMPIADE** in competizione con le altre classi terze delle scuole della rete; ogni alunno sarà preparato secondo alcune specialità previste dal regolamento.

Nella **quarta** classe, oltre all'attività ordinaria basata sull'attività ginnica, gli allievi saranno introdotti ad alcuni giochi sportivi: minivolley, minibasket, miniatletica.

Saranno anche svolte attività in ambiente naturale, attraverso **escursioni** e percorsi di **trekking** che i bambini sperimenteranno ad Asciano secondo il programma del progetto Feel Green.

In **quinta** i bambini, durante l'anno, oltre all'attività ordinaria, avranno la possibilità di conoscere più da vicino alcune discipline sportive, in particolare il **Basket**, la **Pallavolo**, l'**Atletica**. Il **Rugby** sarà proposto durante il soggiorno a **Londra**.

Obiettivi pratici da raggiungere nel terzo, quarto e quinto anno della scuola primaria

Orientamento: attraverso attività specifiche i bambini sapranno orientarsi in uno spazio chiuso, all'esterno, nelle strade vicine all'edificio scolastico, in un ambiente naturale e urbano anche con l'aiuto di mappe utilizzando attività di **Orienteering**.

Alimentazione: gli alunni parteciperanno a un percorso guidato per acquisire una sana e corretta alimentazione legata alla pratica sportiva.



Obiettivi pratici da raggiungere nel terzo, quarto e quinto anno della scuola primaria

Fair Play: i bambini, attraverso il gioco, anche competitivo, impareranno il **rispetto** dei propri compagni e degli avversari.

Socializzazione: con le attività sportive di squadra i bambini impareranno la cooperazione, la relazione con gli altri, attraverso il perseguimento di obiettivi comuni.

Le attività saranno sempre proposte con specifica attenzione ai bisogni educativi speciali presenti nel gruppo classe.

