



**A.D. PALLACANESTRO BAGNOLO DI PO**



*Piazza Marconi 117*  
*45022 - Bagnolo di Po, ROVIGO*  
*Tel.: 347-9178358 - e.mail: pallacanestro@bagnolodipo.com*  
Cod. FIP – 05134  
Cod. CAS - WROA0120

---

## **“Minibasket come forma di vita e divertimento adatto a tutti”**

**-Anno scolastico 2015/2016-**



### **INTRODUZIONE**

Premettendo che con l'attuale stile di vita, i bambini non sanno più giocare con il loro corpo, si divertono solo davanti ad un videogioco, la maggior parte sono in sovrappeso (con conseguenti problemi di postura), spesso sono troppo timorosi e protetti dalle famiglie.

Per poter sopperire al deficit di movimento l'insegnante di motoria e/o il tecnico sportivo deve scegliere un'attività arricchita da proposte polivalenti e multilaterali, ma allo stesso tempo coinvolgenti e soprattutto *divertenti*.

E' noto che il gioco coinvolge tutti i ragazzi ed è adeguato ai loro diversi livelli di sviluppo e di maturità, è un mezzo per soddisfare i loro bisogni ed emozioni, svolge funzioni di stimolazione del pensiero, di costruzione e regolazione dei ruoli sociali, di organizzazione delle informazioni.

Possiamo concludere che *il gioco* costituisce uno strumento indispensabile per l'apprendimento:

“il bambino apprende giocando”.



## LA PROPOSTA

Il Centro Minibasket Bagnolo di Po, ha il piacere di proporre un progetto legato al Gioco Sport Minibasket da svolgere all'interno della scuola primaria scuola primaria.

Quest anno la proposta sarà suddivisa in 2 sottoprogetti:

- Il 1° che coinvolge le classi 1<sup>^</sup>, 2<sup>^</sup> e 3<sup>^</sup> nominato *“Percorsi motori come scoperta di emozioni”*.
- Il 2° con le classi 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> chiamato *“Minibasket, uno sport per tutti”*.

La finalità principale del progetto è proporre e sviluppare il “Gioco sport Minibasket”, che, inserito nell’ambito delle attività scolastiche, acquista dal punto di vista dell’impegno intellettuale, cognitivo, emotivo oltre che a una partecipazione sociale significativa anche un impegno motorio vario.

### ***“Percorsi motori come scoperta di emozioni”***

Cercando di rispondere alle esigenze che l’alunno di 6 agli 8 anni deve sviluppare, ci poniamo come prioritari i seguenti obiettivi:

1. Percezione e conoscenza del proprio corpo
2. Miglioramento degli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, lanciare...)
3. Capacità coordinative (equilibrio, organizzazione spazio-temporale, ritmo....)
4. Aspetti socio-relazionali (collaborare, comunicare, relazionarsi...)
5. Acquisire uno stile di vita attivo, stimolare il ragazzo a rompere la sedentarietà
6. Valori dello sport (rispetto, amicizia, educazione, divertimento...)

Insegnare in questa fascia di età vuol dire dare la possibilità di crescere in maniera più completa: fisica, psichica, sociale. La forma di attività motoria che va privilegiata è il gioco, che pur agendo in un clima ludico, adempie a rilevanti e significative funzioni di vario tipo, da quella cognitiva a quella socializzante a quella creativa. Gli interventi didattici devono quindi tenere conto del livello di maturazione degli alunni e, per essere funzionali e influire positivamente, essere proposti in forma variata, polivalente e partecipata.

## ***“Minibasket, uno sport per tutti”***

Tenuto presente il lavoro svolto negli anni precedenti, questa volta proponiamo il progetto in maniera meno analitica, ma concentrandoci di più sull'utilizzo del gioco-sport mini-basket, considerandolo cioè il veicolo motorio per coinvolgere in maniera globale tutti i bambini, senza *nessuna discriminazione, e accompagnarli nella loro crescita*. Guidando i bambini nel percorso che li porta a modificare il comportamento prima in base alla percezione del corpo, poi nello spazio, con la palla, ed infine insieme ai compagni, affronteremo l'insegnamento dei fondamentali del mini-basket favorendo una crescita comune che li conduca poi allo svolgimento della partita.

Importante per i bambini è condividere uno stesso obiettivo (aiutiamoci a fare canestro!), collaborando con i propri compagni di squadra e rispettando gli avversari, e superare quelle barriere discriminanti create spesso da un mondo di adulti in cui loro si trovano coinvolti, pur non volendo. Loro devono e vogliono solo giocare e sarà proprio attraverso la ludicità dell'attività motoria che potranno sentirsi componenti di una squadra, amici, giocatori.

Nel particolare, cercheremo di spiegare a loro che non è importante come passare la palla, l'importante è passarla; non conta come si palleggia, ma piuttosto capire quando e perché si palleggia; non interessa a nessuno chi fa canestro, ma sarà più facile farlo se tutta la squadra si impegna.

In definitiva gli obiettivi del progetto per le classi IV e V sono:

1. Capacità coordinative speciali (equilibrio, differenziazione, adattamento-trasformazione...);
2. Trasformazione degli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, lanciare...) in abilità specifiche (fondamentali cestistici);
3. Aspetti socio-relazionali: inserimento nel gruppo, accettazione del confronto, spirito di squadra, collaborazione, accettazione del risultato sportivo;
4. Apprendimento di ruoli e regole di base del Basket;
5. Acquisire uno stile di vita attivo, stimolare il ragazzo a rompere la sedentarietà;



## **IMPOSTAZIONE DELLA LEZIONE**

Indicativamente le lezioni saranno divise in 5 parti:

1. Chiacchierata iniziale: dialogo con i ragazzi per prospettare la giornata in palestra, spiegazione degli obiettivi, ambientamento motorio;
2. Attivazione: fase di riscaldamento mentale e fisico;
3. Parte centrale: sviluppo degli obiettivi tramite esercizi e giochi singoli e a squadre;
4. Parte finale: Gioco-partita collettivo;
5. Fase conclusiva: verbalizzazione sull'esperienza effettuata (stimolare il ricordo/memoria, l'analisi dei comportamenti, la rielaborazione dell'esperienza).



## **CONTENUTI**

Le proposte saranno molto varie, andando dai giochi liberi a quelli con regole, con l'utilizzo di materiali/musica o simbolici; si affronteranno giochi tradizionali (bandierina, pescatori e pesci, gioco dei nomi...) e basilari fino ad arrivare a esercitazioni propedeutiche al gioco del basket.

Parlando dal punto di vista tecnico verranno presi in considerazione i seguenti fondamentali:

1. Palleggio
2. Tiro
3. Passaggio
4. Principi della difesa individuali e di squadra
5. Situazioni di gioco 3Vs3, 4Vs4, 5Vs5



## **MODALITA' REALIZZATIVE – Tempi e organizzazione**

Si prevede la presenza di un referente (laureato scienze motorie) che affiancherà il docente dell'istituto; avente funzioni di consulente sportivo e riferimento organizzativo, dovrà fornire assistenza organizzativa alla programmazione delle attività ludiche e sportive; sarà inoltre impegnato direttamente nello svolgimento delle lezioni.

Proponiamo nei plessi di Ficarolo e Stienta, una serie di incontri di natura ludico-sportiva da effettuare in orario curricolare, che coinvolgeranno tutte le classi con 4 incontri per classe, per un totale di 20 incontri in ogni plesso.

Il progetto è totalmente a titolo completamente gratuito.

Al termine del ciclo delle lezioni proponiamo una festa finale coinvolgendo gli alunni dei plessi dell'istituto, nel caso specifico faranno parte tutte le classi che avranno preso parte al Progetto, costituendo in tal modo un momento di socializzazione oltre le “proprie mura”

Responsabile del progetto: Dolfini Luca  
Referente attività: Travaglini Manuel