



Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca

**ISTITUTO COMPRENSIVO ORZINUOVI**

Via Cernaia, 40 - 25034 ORZINUOVI (BS)

Cod. Mec. : BSIC893008 - C.F. : 86001210177

Telefono 0309941805 Fax 0309444432

E-mail : [bsic893008@istruzione.it](mailto:bsic893008@istruzione.it)

Posta Elettronica Certificata : [bsic893008@pec.istruzione.it](mailto:bsic893008@pec.istruzione.it)

Sito internet : [www.icorzinuovi.gov.it](http://www.icorzinuovi.gov.it)



## SCHEMA PROGETTO

Scuola Primaria X	A.S. 2014 / 2015
PLESSO DI ORZIVECCHI	

**TITOLO DEL PROGETTO: KARATE A SCUOLA**

### DOCENTE RESPONSABILE

ELENA GARDONI

### ALTRI DOCENTI PARTECIPANTI

DOCENTI DI SCIENZE MOTORIE E  
SPORTIVE

### CLASSI INTERESSATE

CLASSE		N° ALUNNI
1^G		24
2^G		18
2^I		15
3^G		16

### COMPETENZE

- Conoscere ed utilizza la propria corporeità in situazioni diverse.
- Sviluppare una progressiva conquista dell'autonomia con particolare attenzione agli alunni con disagio;
- Favorire l'elaborazione dei vissuti emotivi;
- Promuovere la possibilità di strutturare relazioni positive, gratificanti con i compagni e gli insegnanti;
- Promuovere l'armonia del processo evolutivo.

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- Riconoscere e denominare le varie parti del corpo su di sé e sugli altri.
- Sviluppare la coordinazione oculo - manuale e oculo - podalica negli schemi motori.
- Coordinare ed utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro.
- Prendere coscienza della propria lateralità e rafforzarla.
- Utilizzare schemi motori e posturali.
- Utilizzare il corpo e il movimento per rappresentare situazioni comunicative reali e fantastiche
- Collocarsi in posizioni diverse in rapporto ad altri e/o ad oggetti.
- Utilizzare la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi
- Partecipare a un gioco collettivo.
- Rispettare regole e tempi di gioco.
- Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali (percorsi).

## ATTIVITA' PREVISTE

- Riscaldamento corporeo generale
- Utilizzo di diverse andature per consolidare le competenze motorie.
- Esercizi- gioco con uso di piccoli attrezzi per l'individuazione dell'asse corporeo.
- Esercizi di equilibrio statico e dinamico
- Esercizi per il superamento delle paure motorie mediante i gesti del tuffo, salto dall'alto e caduta.
- Esercizi di destrezza motoria sviluppata mediante circuiti.
- Esercizi – gioco per valorizzare la velocità d'esecuzione di movimenti e gesti corporei
- Esercizi di coordinazione, rapidità, equilibrio, agilità e capovolgimento.
- Esecuzione di esercizi tecnici e giochi specifici
- Esercizi di rincorsa e salto.
- Esercizi propedeutici all'impostazione della verticale e della ruota.

## ORGANIZZAZIONE

Collocazione temporale nell'anno scolastico:

da ottobre 2014 a maggio 2015

Durata in ore: 10 ore per ciascuna classe (totale 30 ore)

## COLLABORAZIONI

Altre classi

Altre scuole

Esperti esterni

Enti/Istituzioni

Specificare:

- professore di educazione fisica: Fabrizio Regonini

-Amministrazione Comunale

**STRUMENTI E MODALITA' DI VALUTAZIONE**

Le attività vengono valutate in itinere durante la fase di attuazione del progetto.

**MODALITA' DI DOCUMENTAZIONE E PRESENTAZIONE DEL LAVORO**

Relazione scritta

Disegni e/o foto

Mostra

Pubblicazione

Spettacolo

Prodotto multimediale

Documentazione sul sito

Altro  specificare:

**STRUTTURE / SERVIZI NECESSARI**

Palestra comunale e aula psicomotricità all'interno della scuola.