



SCHEDA PROGETTAZIONE ATTIVITÀ DI GIOCO-SPORT
per le classi 4^a e 5^a di scuola primaria
Federazione Italiana di Atletica Leggera

I principi alla base dei Giochi della Gioventù sono:

massima partecipazione, approccio multidisciplinare, approccio inclusivo.

Nelle scuole primarie la partecipazione avviene per classe. Tutte le alunne e gli alunni concorrono al punteggio di classe, al quale possono contribuire sia individualmente, che suddivisi in piccoli gruppi, nel confronto con altre classi.

Le alunne e gli alunni devono partecipare a percorsi che propongono attività di gioco-sport ispirate a tre diverse discipline di cui almeno una individuale, una di squadra ed una terza tra individuale, di squadra o integrata.

Nome dell'attività di gioco-sport proposta	TRIATHLON
Obiettivi di apprendimento <i>(in coerenza con le Indicazioni Nazionali per il Curricolo)</i>	• sperimentare il valore della partecipazione e del confronto; • scoprire le proprie predisposizioni motorie • comprendere il valore delle regole e l'importanza di rispettarle; • generare interessi e motivazioni specifiche; • valorizzare ed orientare attitudini e capacità.
Eventuali obiettivi trasversali e interdisciplinari	• acquisire di stili di vita attivi improntati alla salute ed allo "star bene" • assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni

Attività propedeutiche <i>(dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)</i>	- giochi e progressioni didattiche sul correre e sul correre e superare ostacoli di diverse forme e dimensioni; - giochi e progressioni didattiche sul lanciare utilizzando gli attrezzi disponibili, sia codificati che di fortuna; - giochi e progressioni didattiche sul saltare utilizzando gli attrezzi disponibili, sia codificati che di fortuna; - percorsi, giochi o piccole gare che comprendono il correre, il saltare, il superare ostacoli ed il lanciare - da organizzare in relazione a spazi, attrezzi ed attrezzature disponibili; - staffette di vario tipo abbinando corsa e salti; corsa e superamento di ostacoli, corsa e lanci; corsa, salti, superamento di ostacoli e lanci
Classi coinvolte*	Classi 4^ e 5^ di scuola primaria
Numero partecipanti*	Tutta la classe, eventualmente suddivisa in sottogruppi
Composizione delle squadre per lo svolgimento del gioco-sport proposto <i>(ogni squadra è formata dalla classe intera: ogni alunno deve prendere parte a tutte le prove in cui la classe è coinvolta, concorrendo al punteggio di classe individualmente o suddivisi in piccoli gruppi)</i>	Lancia, colpisci e corri - La classe, divisa in due gruppi (non importa se uno o entrambi sono dispari), è posizionata in fila dietro ad una linea, il capofila tiene in mano un pallone di spugna Superiamo gli ostacoli - In questa attività non ci sono squadre, l'attività è svolta individualmente Staffetta infinita - La classe, divisa in due gruppi (non importa se uno o entrambi sono dispari)
Attrezzi/materiali <i>(descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei bambini coinvolti)</i>	Lancia, colpisci e corri - Una linea di partenza, una palla di spugna, un cerchio (diametro 70cm, se si usa un diametro differente va mantenuto per tutte le classi dell'istituto), un cronometro, un metro, scotch Superiamo gli ostacoli - Una linea di partenza, 3 ostacoli di altezza compresa tra i

	30cm e i 40cm, 2 coni, un cronometro, un metro, scotch. Gli ostacoli devono garantire l'incolumità dei ragazzi e devono cadere facilmente, meglio se fatti di plastica o protetti da gomma; possono anche essere costruiti con altro materiale e forma (es. cartoni piegati a sezione triangolare) Staffetta infinita 8 coni (alti almeno 20cm), una funicella, un cronometro, un metro, scotch
Spazio utilizzato <i>(descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)</i>	Lancia, colpisci e corri - Spazio libero per la fila almeno 4 metri prima della linea di partenza 4 metri per posizionare il cerchio e almeno 8m liberi dopo il cerchio, larghezza del campo non meno di 6m Superiamo gli ostacoli - Un'area di forma rettangolare con le dimensioni dei lati 18m/9m Staffetta infinita - Un rettangolo con i lati lunghi 18mX9m e uno spazio esterno di almeno 2m. (se non dovessero esserci 2m esterni va bene un rettangolo 16mX7m)
Durata delle attività <i>(ogni classe dovrà essere impegnata nel gioco-sport per un tempo complessivo pari a max 30'. Specificare anche la durata delle eventuali turnazioni)</i>	Lancia, colpisci e corri 10'/15' per le 2 prove. Superiamo gli ostacoli - Ogni allievo eseguirà una prova. Durata totale 15'. Staffetta infinita 10'/15' per le 2 prove.
Preparazione del campo/dell'area di gioco	Lancia, colpisci e corri Se non dovesse esserci una linea crearla con dello scotch o del gesso (lunga almeno 2m). Fissare a terra il cerchio con dello scotch con la parte prossimale distante 4m dalla riga.

Superiamo gli ostacoli

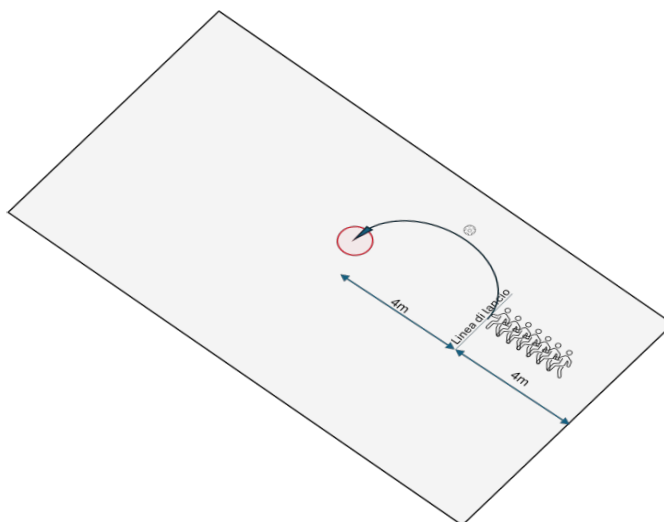
- La linea di partenza può anche essere di scotch. Un ostacolo posto a 5m dalla linea di partenza, un altro a 7m dal precedente e di seguito un cono posto a 3m dall'ostacolo in linea col lato destro dell'ostacolo. Si posiziona un altro cono 2m a sinistra del precedente e un ostacolo per il ritorno 5m dopo il cono. Attenzione a posizionare gli ostacoli in modo che possano cadere lungo la direzione di corsa.

Staffetta infinita

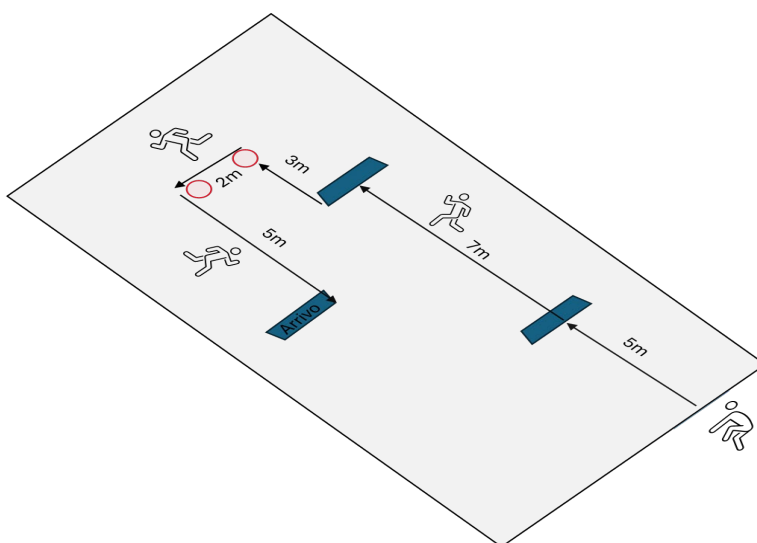
- Posizionare 4 coni ai vertici del rettangolo (non serve che il rettangolo abbia i lati segnati). Posizionare altri 4 coni ognuno a 2m verso il centro del rettangolo all'interno dei coni sui vertici. Mettere un quadratino di scotch sotto ai coni per non perdere la posizione in caso di spostamento degli stessi.

Regolamento del gioco-sport proposto	Lancia, colpisci e corri • Posizionare i bambini (metà classe) in fila dietro alla linea di partenza con il capofila che tiene la palla di spugna in mano. Al via parte il cronometro e il capofila prova a lanciare la palla dentro il cerchio, dopo il lancio supera la linea per recuperare la palla, torna indietro e la consegna (senza lanciarla) prima possibile al nuovo capofila che ripete l'operazione. Dopo aver consegnato la palla l'alunno si rimette in fila per attendere il suo nuovo turno. Il gioco termina allo scadere del tempo (3') indipendentemente dall'alunno che sta giocando in quel momento. Ogni metà classe svolgerà 1 volta la prova. Superiamo gli ostacoli • L'attività si svolge uno alla volta. L'alunno si posiziona dietro alla linea di partenza e al comando via corre più velocemente possibile superando i 2 ostacoli consecutivi; quindi, gira a sinistra passando all'esterno dei coni, senza toccarli, e torna indietro superando l'ultimo ostacolo. L'insegnante fa partire il tempo al suo comando via e ferma il tempo alla presa di contatto col suolo del primo appoggio dopo l'ultimo ostacolo. L'abbattimento degli ostacoli non comporta nessuna penalità. Staffetta infinita • Dividere ogni gruppo (metà classe) in quattro gruppi (non importa se non si riesce a farli dello stesso numero) e posizionare ogni gruppo in fila all'esterno del rettangolo dietro ad uno dei coni sui vertici. Consegnare ad un capofila di un gruppo posto all'inizio di un lato lungo la funicella piegata in 4 e legata (nel caso di gruppi non dello stesso numero scegliere un gruppo con un componente in più). Prima del via i capofila possono posizionarsi tra i 2 coni. Al via parte il cronometro e il capofila con la funicella corre in senso antiorario fino a raggiungere il capofila successivo, gli consegna la corda e si mette in fila in quel gruppo. Chi riceve il testimone non potrà iniziare a correre prima di avere la funicella in mano. Il gioco termina allo scadere del tempo (3') indipendentemente dall'alunno che sta correndo in quel momento. Ogni metà classe svolgerà 1 volta la prova.
Eventuali disegni, immagini,	Lancia, colpisci e corri

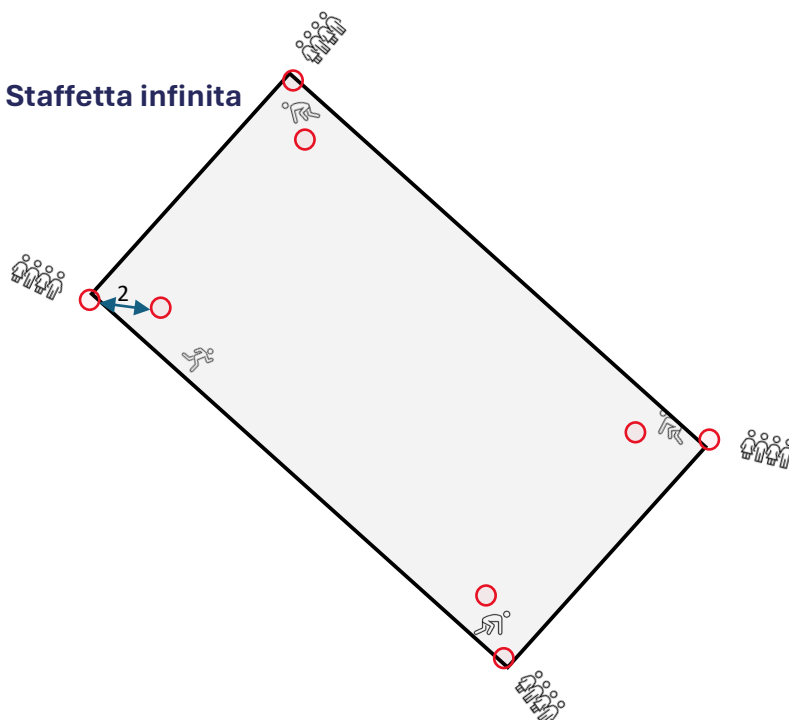
grafici esplicativi



Superiamo gli ostacoli



Staffetta infinita



Punteggi del gioco-sport
proposto

Lancia, colpisci e corri

- Ogni volta che la palla entra nel cerchio o ne tocca un

(punteggi che determineranno una classifica per classe per il singolo gioco-sport)	bordo al volo (senza che rimbalzi prima fuori dal cerchio) viene assegnato un punto alla squadra, viene assegnato un punto anche quando viene consegnata la palla al nuovo capofila. Alla fine del tempo si contano i punti della prova. Il punteggio finale sarà la somma dei punteggi dei 2 gruppi della classe e determinerà la classifica finale delle classi partecipanti al gioco. Superiamo gli ostacoli • Vengono registrati tutti i tempi (al centesimo di secondo), sommati e divisi per il numero di alunni della classe in modo da ottenere la media della percorrenza del percorso della classe. I tempi medi realizzati da ogni classe determinano la classifica finale delle classi partecipanti. Alla classe prima classificata vengono assegnati 8 punti e per le posizioni successive si scala di un punto a partire da 7. Alla classe ottava classificata ed alle successive viene attribuito 1 punto Staffetta infinita • Ogni volta che viene completato un giro intero del percorso viene assegnato un punto alla squadra. Alla fine del tempo si contano i punti della prova. Se al momento dello stop chi corre si trova sul secondo lato vengono assegnati 0,25 punti in più, 0,50 se si trova tra sul terzo, 0,75 se è sul quarto. Il punteggio finale sarà la somma dei punteggi dei 2 gruppi della classe e determinerà la classifica finale delle classi partecipanti.
Attribuzione punteggi dei Giochi	La classifica generale sarà data dalla somma dei punteggi ottenuti nelle diverse attività (individuali e di squadra) praticate da ogni classe.
Note aggiuntive	
ADATTAMENTI	
Adattamento per allievi con disabilità visiva	Principi organizzativi e criteri di conduzione dell'attività con alunni ciechi e ipovedenti • Le attività motorie devono essere organizzate in gruppi numericamente contenuti, così da consentire un

controllo più efficace degli spazi, ridurre le interferenze e favorire il rispetto delle distanze di sicurezza durante gli spostamenti.

- È necessario educare progressivamente il gruppo classe a contenere il rumore, soprattutto nelle fasi in cui l'alunno utilizza l'ascolto come principale canale di orientamento, evitando suoni inutili, voci sovrapposte e distrazioni acustiche.
- Nei casi di cecità o ipovisione grave l'allievo verrà accompagnato per mano da un compagno (o da un docente), con la funzione di guida per tutta la durata della prova.
- Nei casi di ipovisione lieve o moderata che non richiedono accompagnamento, è opportuno:
 - svolgere le attività in ambienti adeguatamente illuminati;
 - utilizzare riferimenti visivi ben marcati, con colori fortemente contrastanti rispetto allo sfondo;
 - fornire, se necessario, istruzioni verbali semplici, chiare e anticipate, in modo da facilitare l'organizzazione dell'azione motoria.

Attività: *Lancia, colpisci e corri*

- Prima dell'avvio dell'attività, l'alunno deve essere messo nelle condizioni di esplorare e comprendere:
 - la posizione di lancio;
 - la distanza dal bersaglio;
 - le dimensioni e la forma del bersaglio.
- Il bersaglio deve essere adattato alle capacità visive dell'alunno, aumentando le dimensioni (cerchio ampio, quadrato 1×1 m, 2×2 m, ecc.) e, se necessario, modificando la distanza di lancio.
- Durante la fase di lancio, il compagno-guida fornisce un riferimento sonoro battendo un tamburello o strumento analogo all'interno del bersaglio, così da facilitare l'orientamento spaziale del gesto.
- In questa fase di preparazione e orientamento, il tempo non viene cronometrato.
- Il recupero della palla è sempre effettuato dal compagno-guida o da un altro alunno incaricato, evitando spostamenti autonomi non sicuri.

Correttivi generali

- **Correttivi di classifica:** attribuzione di punteggi aggiuntivi nella classifica della specialità (ad es.: +0,5 pt,

+1pt...).

Attività: *Superiamo gli ostacoli*

- In presenza di ipovisione non grave, gli ostacoli tradizionali vengono sostituiti da:
 - funicelle colorate appoggiate a terra;
 - colori a forte contrasto rispetto al pavimento;
 - due coni colorati posizionati lateralmente per rendere maggiormente percepibile il passaggio.
- In caso di ipovisione grave o cecità, la prova viene trasformata in una corsa adattata, inserendo una richiesta tecnica semplice, ad esempio:
 - un lieve cambio di direzione;
 - uno slalom molto ampio;
 - una variazione controllata del percorso.

Correttivi generali

- **Correttivi sul risultato:** riduzione del tempo registrato (ad es. -30%, -50%, secondo criteri prestabiliti).
- **Correttivi di classifica:** assegnazione di punteggi aggiuntivi nella graduatoria della specialità (ad es. +0,5pt, +1pt...).

Attività: *Staffetta infinita*

- Prima dell'esecuzione della prova, il percorso deve essere esplorato e memorizzato camminando, con la guida di un compagno o dell'insegnante (accompagnamento sottobraccio o per mano).
- Nelle prove cronometrate, la scelta del compagno-guida o dell'insegnante tutor avviene tenendo conto:
 - delle competenze di guida;
 - del grado di fiducia reciproca.
- La guida può essere realizzata:
 - per mano;
 - tramite cordino di collegamento, se più funzionale.
- È possibile sostituire il testimone con un cambio al tocco, effettuato direttamente sull'alunno con disabilità o tra l'alunno e il compagno tutor.

Correttivi generali

- **Correttivi sul risultato:** riduzione del tempo finale (ad es.: -30%, -50%, o secondo regolamento).
- **Correttivi di classifica:** attribuzione di punteggi compensativi nella classifica di specialità (ad es.:

	+0,5pt, +1pt...).
Adattamento per allievi con disabilità uditiva	Comunicazione Visiva: Utilizzare segnali visivi chiari e gesti per facilitare la comprensione delle istruzioni. L'uso di lavagne, schemi e immagini può supportare l'apprendimento e rendere le informazioni più accessibili. Posizionamento Adeguato: Assicurarsi che gli alunni sordi siano posizionati in modo da poter vedere bene l'insegnante e gli altri compagni, specialmente durante le dimostrazioni e le spiegazioni. Coinvolgimento Attivo: Favorire la partecipazione attiva degli alunni sordi, coinvolgendoli in ruoli di leadership o di guida all'interno del gruppo. Questo aiuta a sviluppare la loro autostima e promuove un senso di appartenenza. Adattamenti delle Attività: Modificare le attività sportive, se necessario, per garantire che tutti gli studenti possano partecipare in modo equo. Ad esempio, si possono semplificare le regole o utilizzare attrezzature specifiche per facilitare la partecipazione. Feedback Positivo: Fornire feedback visivo e positivo durante le attività, per rinforzare gli sforzi e i progressi degli alunni. Questo incoraggia la motivazione e l'impegno. Collaborazione con Compagni: Coinvolgere i compagni di classe per supportare gli alunni sordi durante le attività, facilitando la comunicazione e l'interazione. Questo può anche promuovere un ambiente di apprendimento più coeso. Sviluppo delle Competenze Sociali: Promuovere il lavoro di squadra e la cooperazione tra tutti gli alunni, incoraggiando il rispetto reciproco e la comunicazione aperta. Educazione alla Salute: Integrare nei programmi di attività fisica momenti di educazione alla salute, spiegando l'importanza dell'attività fisica, della nutrizione e del benessere psicofisico. Divertimento e Motivazione: Assicurarsi che le attività siano divertenti e coinvolgenti, in modo da mantenere alta la motivazione degli alunni e incoraggiarli a partecipare attivamente. Attraverso queste attività e considerazioni, si intende creare un ambiente stimolante e inclusivo, dove ogni alunno possa scoprire le proprie passioni sportive, sviluppare competenze utili per la vita e costruire relazioni positive con i propri compagni

Adattamento per allievi con disabilità motoria	Indicazioni generali di sicurezza e organizzazione In presenza di alunni con difficoltà di equilibrio o che effettuano spostamenti in carrozzina, è indispensabile porre particolare attenzione agli aspetti legati alla sicurezza. In particolare è necessario: • valutare l'eventuale utilizzo di ausili per la deambulazione; • prevedere forme di assistenza o affiancamento, quando necessario; • ridurre al minimo il rischio di urti o collisioni accidentali, anche involontarie; • delimitare temporaneamente spazi riservati durante lo svolgimento delle prove; • considerare adeguati spazi di pertinenza, per arresto e frenata delle carrozzine, evitando tratti troppo brevi o affollati. Attività: <i>Lancia, colpisci e corri</i> Alunni deambulanti e non deambulanti L'organizzazione dell'attività deve essere adattata in base alle effettive capacità motorie dell'alunno. È possibile prevedere: • la sostituzione del pallone in spugna con attrezzi più facilmente impugnabili, come: ○ anelli, ○ clavette, ○ palline di diversa dimensione; • l'adozione di modalità di lancio alternative, ad esempio: ○ lancio dal basso, ○ lancio all'indietro, ○ lancio laterale; • l'adeguamento del bersaglio, aumentando le dimensioni (cerchio più ampio, quadrato 1×1 m, 2×2 m, ecc.) e modificando la distanza in funzione delle possibilità dell'alunno; • la possibilità, per alunni con difficoltà di equilibrio, di eseguire il lancio in posizione seduta; • la sospensione del cronometraggio: ○ durante la fase di recupero dell'attrezzo; ○ durante il posizionamento e la preparazione al lancio; • il recupero dell'attrezzo affidato a un compagno o a un tutor, evitando spostamenti non sicuri dell'alunno. Correttivi generali
---	---

- **Correttivi di classifica:** attribuzione di punteggi compensativi nella classifica della specialità (ad es.: +0,5 pt, 1pt...).

Attività: *Superiamo gli ostacoli*

Alunni deambulanti

In relazione alle capacità motorie dell'alunno, è possibile:

- sostituire gli ostacoli tradizionali con funicelle appoggiate a terra, predisponendo un percorso parallelo;
- svolgere la prova in coppia, con un compagno o tutor che svolge funzione di guida e supporto;
- ridurre la lunghezza complessiva del percorso oppure limitare la prova al solo tratto di andata, escludendo il ritorno.

Alunni non deambulanti

Per gli alunni in carrozzina la prova può essere riorganizzata prevedendo:

- la predisposizione di un percorso parallelo, ad esempio sostituendo gli ostacoli con il passaggio tra due "porte" (formate da delimitatori) leggermente sfalsate, per introdurre piccoli cambi di direzione come richiesta tecnica alternativa;
- la riduzione della distanza totale o l'esecuzione della prova su un solo tratto;
- la possibilità di un preavvio alla partenza (2–3 metri) per facilitare il superamento dell'inerzia iniziale della carrozzina.

Correttivi generali

- **Correttivi sul risultato:** riduzione del tempo registrato (ad es.: –30%, –50%, secondo criteri stabiliti);
- **Correttivi di classifica:** assegnazione di punteggi aggiuntivi nella graduatoria della specialità (ad es.: +0,5pt, +1pt...).

Attività: *Staffetta infinita*

Alunni deambulanti

In base alle possibilità motorie individuali, si può prevedere:

- lo svolgimento della prova in coppia, con un compagno o tutor che fornisce guida e sostegno;
- la modifica della lunghezza della prova, ad esempio:
 - giro ridotto,
 - distribuzione asimmetrica dei giri (ad es.: ½ giro

	con il compagno successivo che percorre 1 giro e $\frac{1}{2}$...) - la sostituzione del testimone con un cambio al tocco, effettuato sull'alunno con disabilità o dal compagno tutor; - la possibilità di una partenza lanciata (2–3 metri) per facilitare l'avvio dell'azione; - nei casi più complessi, l'esclusione del risultato dal calcolo finale, facendo partire l'alunno per primo e bloccando il tempo nelle frazioni successive, così da consentire una rilevazione corretta per il resto della classe. Alunni non deambulanti Per gli alunni in carrozzina è possibile: - ridurre la lunghezza complessiva della prova; - sostituire il testimone con un cambio al tocco in ricezione, effettuato sulla carrozzina o su qualsiasi parte del corpo; - prevedere l'arrivo sul prolungamento della linea di partenza, su una corsia parallela, evitando qualsiasi contatto fisico diretto per garantire la sicurezza; - nei casi più complessi, non includere il risultato nel calcolo finale, adottando le stesse modalità di gestione del tempo previste per gli alunni deambulanti. Correttivi generali Correttivi di classifica: attribuzione di punteggi compensativi nella classifica di specialità (ad es.: +0,5 pt, + 1 pt...).
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva	Attività: <i>Lancia, colpisci e corri</i> Adattamenti delle dimensioni del campo di attività motoria prevista, dei materiali, delle regole, dell'organizzazione degli spazi, dei tempi e delle procedure comunicative in relazione ai punti di forza e di debolezza dei singoli alunni. Adattamento dei giochi attraverso diverse possibili alternative di esecuzione per grado di difficoltà. Utilizzo di strategie comunicative, visive e di strutturazione spazio-tempo. Coinvolgimento dei compagni di classe come risorsa educativa e per alcuni nel ruolo di Tutor.

Correttivi generali

- **Correttivi di classifica:** attribuzione di punteggi compensativi nella classifica della specialità (ad es.: +0,5 pt, 1pt...).

Attività: *Superiamo gli ostacoli*

Adattamenti delle dimensioni del campo di attività motoria prevista, dei materiali, delle regole, dell'organizzazione degli spazi, dei tempi e delle procedure comunicative in relazione ai punti di forza e di debolezza dei singoli alunni.

Adattamento dei giochi attraverso diverse possibili alternative di esecuzione per grado di difficoltà.

Utilizzo di strategie comunicative, visive e di strutturazione spazio-tempo.

Coinvolgimento dei compagni di classe come risorsa educativa e per alcuni nel ruolo di Tutor.

Correttivi generali

- **Correttivi sul risultato:** riduzione del tempo registrato (ad es.: -30%, -50%, secondo criteri stabiliti);
- **Correttivi di classifica:** assegnazione di punteggi aggiuntivi nella graduatoria della specialità (ad es.: +0,5pt, +1pt...).

Attività: *Staffetta infinita*

Adattamenti delle dimensioni del campo di attività motoria prevista, dei materiali, delle regole, dell'organizzazione degli spazi, dei tempi e delle procedure comunicative in relazione ai punti di forza e di debolezza dei singoli alunni.

Adattamento dei giochi attraverso diverse possibili alternative di esecuzione per grado di difficoltà.

Utilizzo di strategie comunicative, visive e di strutturazione spazio-tempo.

Coinvolgimento dei compagni di classe come risorsa educativa e per alcuni nel ruolo di Tutor.

Correttivi generali

- **Correttivi di classifica:** attribuzione di punteggi compensativi nella classifica di specialità (ad es.: +0,5 pt, + 1pt...).
-

Per tutte le attività indicate:

- prevedere forme di assistenza o affiancamento, a secondo del bisogno del supporto necessario

	all'alunno/a; • ridurre al minimo il rischio di urti o collisioni accidentali, anche involontarie; • delimitare temporaneamente spazi riservati durante lo svolgimento delle prove;
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali	