

## Laboratorio per Sport e movimento

### Il nostro sport

**Obiettivi:** collaborare con gli altri e condividere pensieri ed emozioni, sviluppare pensiero creativo e mettersi alla prova nella comunicazione efficace.

**Metodologia:** in gruppo, brainstorming.

**Strumenti/materiali:** una LIM, un cartellone, pennarelli colorati.

**Discipline:** Educazione Fisica, Italiano, Educazione Civica.

Lo sappiamo tutti, fare sport – o meglio, svolgere un'attività sportiva – fa bene all'**organismo** e alla **mente**. Porta benefici ai muscoli e all'apparato scheletrico, soprattutto dei più piccoli che sono in fase di crescita, e aiuta a mantenersi in forma, a sviluppare coordinazione ed equilibrio. Lo sport insegna anche a mettersi in gioco, a rispettare le regole, a stare con gli altri, ad accettare una sconfitta e a saper gestire una vittoria, oltre naturalmente a darci tanta gioia. Grazie a questo laboratorio, però, avrete anche l'occasione di mettervi alla prova in uno **sport nuovo e inclusivo**, adatto alle inclinazioni e alle attitudini di ciascuno di voi, da chi pratica abitualmente un'attività sportiva continuativa a chi non si muove quasi mai! E il motivo è semplice: perché **sarete voi a immaginare questo nuovo sport**, le sue regole, le modalità di gioco, gli spazi in cui si svolge e i suoi obiettivi. E lo farete tenendo conto delle **predisposizioni di tutti**. Uno sport adatto alla vostra classe, insomma, che aiuterà ciascuno a confermare – o a scoprire! – il proprio **talento** per lo sport e il movimento.

– Spieghiamo che insieme inventeremo un **nuovo sport** che possa coinvolgere tutta la classe, un'attività motoria che tenga conto delle abilità e delle attitudini di **ciascuno**, nessuno escluso! È infatti questa l'unica indicazione da tenere presente durante l'attività: allo sport che inventerete dovranno partecipare **tutti e tutte**, nessuno rimarrà in panchina!

– Disponete la classe in cerchio e **parliamone insieme**: il vostro sarà uno sport di velocità o con poco movimento? Ci vorrà una palla o un altro materiale? In quale spazio si potrà giocare? All'aperto o al chiuso? Sarà individuale, a piccole o grandi squadre?

– Scrivete sulla LIM le **idee** che trovano maggiore riscontro, ma assicuratevi che tutti e tutte possano dire la propria, ma soprattutto che siano sempre tenute in considerazione le caratteristiche o le difficoltà di ciascuno.

– Durante la discussione, ricordate alla classe che un'attività sportiva, per funzionare e risultare divertente, può anche essere **semplice** e con **poche regole**: a tal proposito, potete fare l'esempio di una



# A scuola di **TALENTO**

corsa (che si può fare saltellando su uno o due piedi, in un sacco, trasportando un oggetto, tenendo per mano un compagno...) o di uno sport di lancio (che potrà essere una palla, un frutto, un palloncino pieno d'acqua...). Se volete, potete anche prendere spunto da uno o più **sport già esistenti**: è quello che ha fatto un professore di ginnastica negli Stati Uniti, nel 1891, che ispirandosi a un tradizionale gioco chiamato duck on a rock – in cui bisogna lanciare una palla in un cestino – inventò il basket!

– Una volta stabiliti l'obiettivo e le regole del vostro nuovo sport, scriveteli con dei pennarelli colorati su un **cartellone**, che poi appenderete in classe. E non dimenticate di trovargli un **nome** adatto!

– Adesso però viene la parte migliore, perché uno sport nasce per essere **praticato**. Quindi, per concludere il laboratorio, non vi rimane che preparare il terreno di gioco e cominciare a giocare tutti insieme al vostro nuovo sport! Sarà anche l'occasione per scattare qualche foto ricordo della sua prima partita in assoluto, e chissà... magari un giorno diventerà famoso e verrà giocato in tutto il mondo, proprio come è accaduto al basket!