



SCHEDE PROGETTAZIONE ATTIVITÀ SPORTIVA
per le classi 1^a, 2^a, 3^a, 4^a e 5^a di scuola secondaria di II grado
Federazione Italiana Giuoco Handball

Nelle scuole secondarie la partecipazione è sia a livello individuale che di classe.

- Per gli **sport individuali** la partecipazione è a livello individuale (maschile e femminile).
- Per gli **sport di squadra** la squadra è rappresentata dalla classe o dal gruppo classe.
- Per il **premio multidisciplinare**, laddove l'Istituto scolastico voglia prevedere anche tale premio nella Fase di istituto, è previsto il coinvolgimento di tutta la classe in tre discipline sportive di cui almeno una individuale, una di squadra ed una terza a scelta tra individuale, di squadra o integrata. Tutte le studentesse e gli studenti concorrono al punteggio di classe, al quale possono contribuire sia individualmente, che suddivisi in piccoli gruppi, nel confronto con altre classi.

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività sia individuali che di squadra per dare il proprio contributo rispondendo ai principi dei Giochi della gioventù e valorizzando la partecipazione di tutti e il talento.

Nome dell'attività sportiva proposta	PALLAMANO 4 VS 4
Obiettivi di apprendimento <i>(in coerenza con le Indicazioni Nazionali per il Curricolo)</i>	• Comprendere e applicare le regole base del fairplay • Promuovere la consuetudine all'attività motoria e sportiva • Saper applicare strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche • Abituarsi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali • Collaborare con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità • Potenziamento delle capacità motorie , sportive ed espressive

Eventuali obiettivi trasversali e interdisciplinari	Attivare strategie di problem solving (riconoscere l'esistenza di un problema, cogliere i dati significativi, fare confronti, ipotizzare soluzioni motivando il proprio pensiero, individuare la migliore strategia verificare la bontà del risultato conseguito).
Attività propedeutiche <i>(dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)</i>	
Classi coinvolte specificare l'attività proposta per ogni classe (1 [^] , 2 [^] , 3 [^] , 4 [^] , 5 [^])	• “Prima Categoria - Classi 1[^] della scuola sec. di II grado” • “Seconda Categoria - Classi 2[^] e 3[^] sec. di II grado • “Terza Categoria - Classi 4[^] e 5[^] sec. di II grado.
Numero partecipanti (per gli sport di squadra all'interno della stessa classe)	Numero partecipanti: 10 (5M+5F)
Composizione delle squadre per lo svolgimento dell'attività sportiva proposta (solo per gli sport di squadra)	La squadra è composta da 5M e 5F. Tutti gli alunni iscritti a referto devono giocare. In coerenza con la proposta di composizione della squadra, e per una maggiore sicurezza durante l'attività di gara, si propone l'alternanza di genere come di seguito riportato: 4M vs 4M 4F vs 4F 4M vs 4M 4F vs 4F
Attrezzi/materiali <i>(descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)</i>	Essendo la pallamano un gioco molto semplice, l'attrezzatura per tutte le età saranno: n° 2 porte misura 3x2 di lega leggera oppure gonfiabili, n° 1 pallone soft misura n° 1
Spazio utilizzato <i>(descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)</i>	Impianto con misure: - 15 mt di larghezza e 28 mt di lunghezza La superficie di gioco deve essere omogenea e di vario tipo (legno, plastica, cemento).

Durata delle attività	32 minuti suddivisi in: In coerenza con la proposta di composizione della squadra, e per una maggiore sicurezza durante l'attività di gara, si propone l'alternanza di genere come di seguito riportato: 4M vs 4M 4F vs 4F 4M vs 4M 4F vs 4F
Preparazione del campo/dell'area di gioco	E' necessario tracciare la linea dell'area parallela alla linea di fondo a 6 mt dalla porta.
Regolamento dell'attività sportiva proposta <i>per le diverse categorie</i>	Le zone di sicurezza attorno al terreno di gioco devono essere di 1-3 m. Le aree di porta hanno una profondità di 6 m. La porta La porta ha una forma rettangolare con la larghezza di 3 m. e l'altezza di 2 m Le porte, dotate di rete, possono essere di legno, lega leggera o ferro, gonfiabili e SMILE-ITA. Devono essere messe in sicurezza. Zona di cambio Corrispondono alla metà campo davanti alle rispettive panchine Esse vanno dalla linea dell'area di porta fino alla linea di centro campo. Le panchine sono sullo stesso lato del campo La palla La palla è di taglia 1: peso 325/375gr. e circonferenza 54/56cm. Possibilmente di tipo soft La squadra È composta da 10 giocatori/trici (5M e 5 F) • In campo vengono schierati 4 giocatrici/tori, gli altri restano SEDUTI nella zona di cambio. • Durante tutta la gara la squadra può sostituire il portiere con un giocatore di campo per le azioni di attacco. Solo il giocatore con la maglia da portiere può agire anche all'interno della propria area di porta. • Un giocatore di campo può sostituire il portiere e viceversa indossando la divisa adeguata. Tempi di gioco La gara si gioca su 4 tempi della durata di 8'. Sono previsti due intervalli di 1' tra il 1° e 2° e tra il 3° e 4° tempo e un intervallo di 5' tra il 2° e il 3° tempo, con inversione del terreno di gioco.

Equipaggiamento

Le divise di gioco devono essere dello stesso colore.
Quella del portiere deve essere diversa sia da quella dai compagni che degli avversari. La numerazione consentita è libera.

Sostituzioni

Si effettuano in qualsiasi momento senza l'autorizzazione dei direttori di gara. Il giocatore entra in campo dopo che il compagno ha lasciato il terreno di gioco

Portiere

Può:

- toccare la palla con qualsiasi parte del corpo con intenzione difensiva e muoversi all'interno dell'area di porta senza restrizioni regolamentari.
- abbandonare l'area di porta quando non è in possesso di palla e giocarla nell'area di gioco

Non può:

- rientrare nell'area di porta con la palla
- Dopo che ha lanciato la palla ad un compagno, non può riprenderla

Trattamento di palla

È permesso:

- lanciare, prendere, fermare, spingere o colpire la palla con le mani (aperte o chiuse), le braccia, la testa, il tronco, le cosce e le ginocchia;
- palleggiare con una mano, (max 1 rimbalzo);
- passarsi la palla da una mano all'altra;
- giocare la palla in ginocchio, da seduti o sdraiato.

Non è permesso:

- trattenere la palla per più di 3";
- eseguire più di 3 passi con la palla tra le mani;
- riprendere il palleggio dopo averlo interrotto
- palleggiare più di 1 volta;
- toccare la palla più di una volta salvo che nel frattempo non abbia toccato il suolo, un altro giocatore o la porta.
- L'errata ricezione non è penalizzata.
- , prima che non l'abbia toccata un altro giocatore

Rimessa del portiere (rinvio)

Si esegue quando:

- un avversario entra nell'area di porta;
- dopo una rete
- il portiere controlla la palla nell'area di porta
- la palla esce dal fondo campo toccata dal portiere o da un avversario

- viene considerata eseguita quando la palla, giocata dal portiere, esce dall'area di porta
- se il portiere deve essere sostituito, prima di uscire deve eseguire la rimessa

Falli e condotta antisportiva

È permesso:

- usare le braccia e le mani per bloccare la palla
- usare la mano aperta per togliere la palla dalle mani dell'avversario;
- usare il proprio corpo per sbarrare la strada all'avversario;
- usare le braccia flesse per controllare e seguire i movimenti dell'avversario.

È vietato:

- colpire o strappare la palla dalle mani dell'avversario;
- bloccare o strattonare l'avversario;
- cinturare, trattenere, spingere, correre interferire, ostacolare o mettere in pericolo l'avversario.

Rimessa in gioco

Si esegue:

- quando la palla esce lateralmente o dal fondo se toccata per ultimo da un difensore.
- nel punto dove è uscita,
- o dalla linea dell'area di porta con passaggio verso il centro se esce dal fondo (se toccata dal difensore) o lateralmente dell'area di porta.

Tiro di punizione (tiro franco)

Si esegue nel punto dove è stata commessa l'infrazione o il fallo dalla squadra avversaria. Se ci si trova vicino alla linea dell'area di porta si esegue un passaggio verso il centro.

Gli avversari devono posizionarsi alla distanza di 3 m. dal tiratore. Punteggio

Quando la palla entra in porta viene sempre assegnato un punto in favore della squadra avversaria.

Esito della gara

Al termine dell'incontro la somma delle reti determina il punteggio che può essere di parità o a favore di una delle due squadre.

Tiro dai 7 m. (rigore)

È assegnato quando

- si interrompe una chiara occasione di rete
- irregolarmente (su tutto il terreno di gioco)
- l'interferenza di una persona esterna (fischio, intervento...)

il tiratore si posiziona con un piede nei pressi della linea non deve né toccarla dei 6 m e non può, né superarla, né toccarla. Al fischio può tirare in porta

- tutti gli altri giocatori devono stare ad una distanza di 3 m. dal punto di esecuzione

--	--

Nota: la linea dei 6m (lunga 1 m.) viene tracciata di fronte alla porta ad 1 m. dalla linea dell'area di porta

Sanzioni e penalizzazioni

Le sanzioni previste a carico dei giocatori sono:

- Ammonizione (cartellino giallo)
- È consentita una sola ammonizione al giocatore e 3 alla squadra;
- Esclusione dal gioco è di 1'.
- sono ammesse al massimo tre esclusioni per ogni giocatore. Dopo la terza esclusione l'atleta è squalificato e non può più rientrare in campo.
- chi subisce l'esclusione deve immediatamente abbandonare il terreno di gioco.
- chi è squalificato non può più rientrare.
- il giocatore sanzionato viene immediatamente sostituito in campo da un altro giocatore. Se non vi sono sostituti, il gioco prosegue con un giocatore in meno.

Inizio Gara

Si sorteggia il terreno di gioco. Nel terzo tempo le squadre cambiano il terreno di gioco.

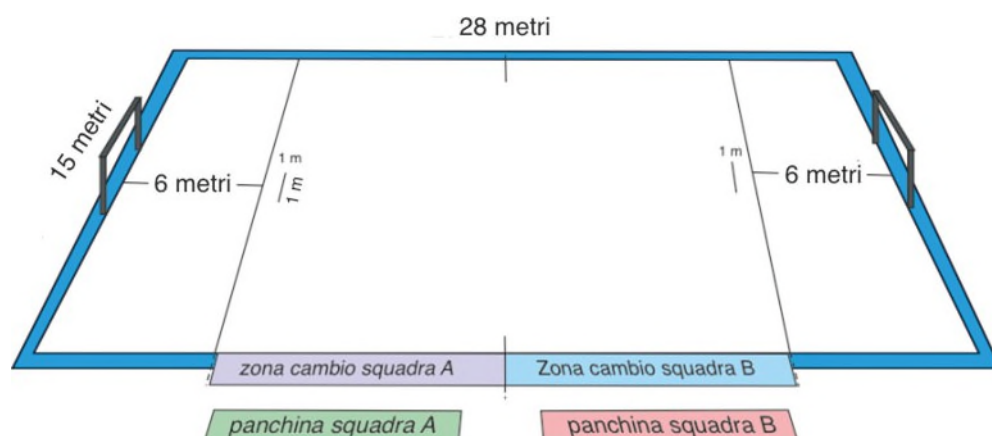
Il sorteggio effettuato dall'arbitro, con lancio della monetina, determina la squadra che inizierà il gioco con il possesso di palla.

Per gli sport individuali

Attività sportiva e regolamento previsti per il premio multidisciplinare

(se diverso dall'attività proposta per il premio individuale)

Eventuali disegni, immagini, grafici esplicativi



Punteggi dell'attività sportiva proposta	Il risultato finale è dato dalla somma delle reti realizzati in tutti i tempi. Nei tornei con formula di girone all'italiana, incasso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dei seguenti criteri: 1) Risultati conseguiti negli incontri diretti 2) Differenza reti negli incontri diretti 3) Differenza complessiva (reti realizzate e reti subite) 4) Maggior numero di reti realizzate 5) Squadra più giovane 6) In caso di parità in gare ad eliminazione diretta, al termine della gara, vengono tirati 5 rigori per squadra. Se il risultato resta ancora in parità si prosegue a oltranza con i tiri di rigore “ nel rispetto dell'alternanza di genere”.
Note aggiuntive	

ADATTAMENTI

(ripresi dagli adattamenti delle schede del progetto Scuola Attiva in collaborazione tra FIGH, FSSI e FISDIR)

Adattamento per allievi con disabilità visiva	Adattamento degli attrezzi: le palle vengono rese sonore con i sacchetti di plastica/cellofan polipropilene/carta. Le palle possono essere rese più visibili con colori accesi. Utilizzo di palle più grandi per favorire la ricezione, la visibilità e controllo. Tutti i partecipanti devono indossare colori accesi e dal forte contrasto cromatico per favorire la visibilità
Adattamento per allievi con disabilità uditiva	Adattamenti sul "piano della comunicazione": anche se il bambino sordo porta le protesi acustiche o l'impianto cocleare non sempre riesce a percepire perfettamente il parlato. Dunque: 1. Per una buona lettura labiale la distanza ottimale è di circa un metro; 2. Parlare con il viso rivolto alla luce; 3. Chi parla deve tenere ferma la testa; 4. Parlare con un tono di voce normale; 5. La velocità del discorso deve essere moderata: non troppo veloce, ne troppo lenta; 6. Usare frasi brevi, semplici ma complete. Mettere in risalto la parola principale della frase con espressioni facciali; 7. Quando si usano termini inconsueti, scrivere a stampatello su una lavagna; 8. In una conversazione di gruppo, aspettare che il bambino guardi le labbra di chi interviene; 9. Barba baffi, e comunicazione a labbra strette, chiuse ostacolano la lettura labiale; 10. Ipotizzare la collaborazione di un Assistente alla Comunicazione, non solo ma soprattutto, se il bambino conosce la Lingua dei Segni. Utilizzare "strategie di comunicazione visive efficaci per il sordo": 1. Presentazione scritta su lavagna dell'intera lezione e video di esercizi; 2. Dimostrazione degli esercizi prima del turno del bambino sordo; 3. Utilizzare il "Linguaggio Mimico" mentre si spiegano le attività.

	Adattamenti sul "piano psico-relazionale": fare attenzione se il bambino sordo è "eccessivamente assertivo" e dice di aver sempre capito, utilizzando feedback di comprensione.
Adattamento per allievi con disabilità motoria	Adattamento delle regole: in una superficie di gioco più ampia, gli allievi sono seduti a terra o su una carrozzina, e il pallone viene lanciato da seduti. I giocatori possono spostarsi dalla posizione in cui si trovano ma senza alzarsi in piedi.
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva	Adattamenti dell'organizzazione degli spazi, dei tempi, delle procedure comunicative e delle metodologie 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 per alcuni, nel ruolo di Tutor.
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali	