

## ATLETICANDO

Per valorizzare la motricità a Scuola non c'è attività più naturale e gradevole dell'impostazione atletica: se essa è collegata alle diverse discipline curricolari ed è svolta ampliandone i contenuti interdisciplinari, diventa un valido motore di accrescimento globale dell'allievo.

**Il prof. Francesco Casolo**, direttore tecnico, coordinatore del Corso di laurea in Scienze motorie dell'Università Cattolica di Milano e responsabile della zona sud del Centro Studi CSI, ha studiato e svolto per diversi anni un Progetto che è stato inserito nell'ambito degli

**Interventi per la valorizzazione ed il potenziamento  
dell'Attività Motoria, Fisica e Sportiva nella Scuola Primaria**  
(D.M. n. 56 del 10.06.'05)

SI RIPORTANO GLI ELEMENTI SOSTANZIALI DEL PROGETTO SVOLTO A SCUOLA

### SCHEDE riepilogativa

#### L' Istituto Comprensivo di VERGIATE

**Presso le Sedi di erogazione del Servizio di:**

- 1) Scuola primaria "E. De Amicis" Vergiate
- 2) Scuola primaria "Cimbro-Cuirone" Cimbro
- 3) Scuola primaria "Medaglie d'Oro" Corgeno

**Ha promosso il seguente Progetto dal titolo:**

### *ATLETICANDO a SCUOLA*

#### **PRESENTAZIONE e DESCRIZIONE:**

##### **a) Obiettivi Generali del Progetto:**

- Sviluppo e consolidamento delle capacità psicomotorie e acquisizione delle abilità legate a corse, salti, lanci.
- Conoscere il corpo.
- Giocare, imparare divertendosi con i compagni.

## **b) O.S.A. in programma**

### ***SCIENZE MOTORIE e SPORTIVE***

<ul style="list-style-type: none"><li>- Consolidamento schemi motori e posturali.</li><li>- Affinamento delle capacità coordinative generali e speciali</li><li>- Le principali funzioni fisiologiche e i loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico.</li><li>-</li><li>- Variazioni fisiologiche indotte dall'esercizio e tecniche di modulazione/recupero dello sforzo (frequenza cardiaca e respiratoria)</li><li>-</li><li>- Salute e benessere.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Utilizzare schemi motori e posturali, le loro interazioni in situazione combinata e simultanea</li><li>- Eseguire movimenti precisati e adattarli a situazioni esecutive sempre più complesse.</li><li>- Controllare la respirazione, la frequenza cardiaca, il tono muscolare</li><li>- Modulare i carichi sulla base delle variazioni fisiologiche dovute all'esercizio.</li><li>- Eseguire le attività proposte per sperimentare e migliorare le proprie capacità.</li><li>- Utilizzare tecniche di sperimentazione e miglioramento delle proprie capacità</li><li>- Rispettare le regole.</li><li>- Svolgere un ruolo attivo e significativo nelle attività di gioco-sport individuale.</li><li>- Cooperare nel gruppo, confrontarsi lealmente, anche in una competizione, con i compagni.</li><li>- Assumere comportamenti igienici e salutistici..</li></ul>
--	--

### ***EDUCAZIONE alla SALUTE***

<ul style="list-style-type: none"><li>- Organi e apparati del corpo umano e le loro principali funzioni.</li><li>-</li><li>- Norme di comportamento per la sicurezza nei vari ambienti</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comprendere che l'uomo si deve confrontare con i limiti della salute ed elaborarli, integrandoli nella propria personalità.</li><li>- - Elaborare tecniche di osservazione e di "ascolto" del proprio corpo per distinguere i momenti di benessere da quelli di malessere..</li><li>- - Dar prova di perizia e di autocontrollo in situazioni che lo richiedono</li></ul>
--	---

### ***EDUCAZIONE alla CITTADINANZA***

<ul style="list-style-type: none"><li>- I concetti di diritto/dovere, libertà responsabile, identità, pace, sviluppo umano, cooperazione, sussidiarietà.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Interagire, utilizzando buone maniere, con persone conosciute e non, con scopi diversi.</li><li>- Accettare, rispettare, aiutare gli altri e i "diversi da sé", comprendendo le ragioni dei loro comportamenti.</li><li>- Suddividere incarichi e svolgere compiti per lavorare insieme con un obiettivo comune</li></ul>
--	---

## **c) Contenuti dell'iniziativa (strategie e metodologia dell'intervento, interdisciplinarietà, trasferibilità, intese intraprese):**

Attività globale e per tentativi ed errori, curando la presa di coscienza e la verbalizzazione dei contenuti dell'attività, fino ad arrivare ad alcune proposte di tipo analitico.

#### d) Tempi di realizzazione e precedenti attività:

Il Progetto è sviluppato con durata semestrale per un'ora settimanale x classe.

Numero complessivo delle ore di attività programmate pari a N. **19 per classe**

di cui in orario obbligatorio	In orario facolt.vo	nell'extra-scuola
<b>16 per classe</b>		<b>3 (manifestazione finale)</b>

Il Progetto è riconducibile ad attività già strutturata e realizzata dall'Istituzione Scolastica nei precedenti anni scolastici

Il progetto è legato a precedenti interventi di attività motoria attuati dal Centro Studi CSI in collaborazione con l'Istituto Comprensivo e l'Amm. Comunale.

#### e) Strutture e spazi da utilizzare: le attività si svolgeranno

In strutture scolastiche	Interne alla Sede di erogazione del Servizio
Specificare tipologia	a) palestra
	b) ambiente naturale
	c) aula multimediale

Il Progetto prevede particolari attività rivolte all'inclusione e all'integrazione scolastica sotto forma di

- lezione dedicata alla visione dei filmati olimpici per conoscere gli atleti delle diverse nazionalità (sport senza confini).
- lezione dedicata alla conoscenza delle proposte di Enti locali ed Associazioni della Provincia per la promozione dell'attività sportiva per i diversamente abili.

#### f) Didattica

- Il Progetto vede la realizzazione di "formazione in situazione" dei docenti partecipanti alle attività"

- Viene prevista a supporto specifica attività di formazione

- Specifica delle attività di monitoraggio e verifica sugli esiti:
  - Schede individuali
  - Scheda classe
  - Scheda di rilevazione finale

- Ricadute attese
  - Aggiornameto sul campo dei docenti della scuola primaria
  - Coinvolgimento delle famiglie perchè stimolino al movimento i figli e comprendano l'unitarietà degli apprendimenti nella motricità e la sua valenza formativa

- Sensibilizzare gli alunni più sedentari ad incrementare il tempo dedicato all'attività sportiva
- Possibilità di continuare e approfondire durante il periodo estivo le attività in campus o centri estivi attuati nel comune dalla ditta che collabora alla realizzazione del progetto

## g) Comunicazione

<p><b>Come si pubblicizzerà l'iniziativa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tramite incontri con i genitori che saranno sensibilizzati all'importanza del movimento</li> <li>• Con pieghevole informativo sulle attività proposte distribuito alle famiglie coinvolte nel progetto</li> </ul>	<p><b>Testimonial: giovani campioni e olimpionici del territorio</b></p>
--	--

- **Manifestazione conclusiva al termine delle attività**  
Manifestazione di fine anno che coinvolga sia le classi che partecipano al progetto, sia le altre classi della scuola e i genitori.