

## Progetto Sportivo Scolastico “ Principi Grimaldi “

a.s. 2016 - 2017

a cura dei docenti: Civello Vincenzo, Paternò Francesco e Pulino Alberto

Il progetto sportivo che i docenti sopra citati vorrebbero realizzare nel corso dell'anno scolastico 2016 - 2017 nasce dall' esigenza di realizzare, per mezzo dell' attività motoria, un percorso di supporto ad un lavoro avviato da colleghi di altre discipline , tendente al superamento di svariati limiti evidenziati , in percentuale più o meno incisiva , in parecchi alunni del nostro Istituto.

Nello specifico, le motivazioni di fondo che giustificano la proposta di tale progetto ai nostri allievi sono:

- le difficoltà nell'affrontare piccoli problemi quotidiani.
- l'insicurezza di fronte alle situazioni da risolvere
- l'attenzione sempre più ridotta
- l'incapacità di orientarsi e di operare scelte ponderate
- un evidente aumento dei disturbi specifici dell'apprendimento
- problemi di reciproca accettazione
- difficoltà di integrazione

A queste concrete ed ineludibili problematiche se ne aggiungono altre, quali:

- la diffusione di frequenti episodi di bullismo
- un approccio esagerato e sconsiderato all' alcool ed al tabacco con conseguente abuso di queste sostanze
- l'eccessivo e ingiustificato ricorso agli integratori e ad altre sostanze dotate di presunti effetti salutistici

Il tutto ci dimostra con quale facilità e con che frequenza la razionalità e il buon senso cedano il posto a comportamenti inconsulti e sconsiderati.

Non parliamo poi dell'adozione di stili di vita non corretti le cui più evidenti manifestazioni sono :

**la sedentarietà** , quasi imposta dalla diffusione di mezzi di trasporto utilizzati sempre più spesso, anche per spostamenti di pochi metri;

**l'impiego ossessionante di apparecchiature elettroniche** ( computer, cellulari, ipod, televisori ,etc.) frutto di dilaganti e incontrollabili scelte generazionali.

**la totale mancanza di cultura alimentare** che unita al bisogno di omologarsi al gruppo e alle scelte dei coetanei, spinge i giovani ad alimentarsi in modo non regolato - in termini di tempo e di distribuzione dei nutrienti- e non adeguato alle loro esigenze.

Non dimentichiamo, infine , l'esigenza di favorire l'affezione per lo sport puro, esaltante, gratificante, salutistico, ben lontano dalle immagini e dai contesti sportivi che ci vengono propinati quotidianamente in televisione o sui quotidiani sportivi .

Pertanto, per aiutare i giovani a vivere la quotidianità con maggiore serenità e fiducia e per tentare di arginare gli effetti negativi derivanti da quanto precedentemente elencato, noi docenti, nella piena convinzione che l'attività motoria organizzata consenta di raggiungere straordinari risultati in ambito formativo e di sviluppo globale della personalità, proponiamo di utilizzarla come strumento di provata efficacia e di grande valenza educativa.

Da qui l'idea di dare concreta realizzazione a questo progetto.

#### **FINALITA':**

- diffondere fra i giovani l'amore e l'attenzione per la salute psicofisica
- sviluppare una nuova cultura sportiva;
- aumentare il senso civico ed educare alla legalità;
- migliorare l'aggregazione, l'integrazione e la socializzazione;
- limitare la dispersione scolastica e arricchire, nel contempo, l'offerta formativa dell'istituto.

#### **OBIETTIVI**

- educare i giovani a cogliere tutta la positività derivante dall'esercizio fisico.
- rendere i giovani consapevoli delle loro potenzialità e dei grandi risultati ottenibili dominando il proprio corpo.
- allenare la mente e lo spirito con la buona volontà.
- saper lavorare in gruppo, anche con compagni gravati da disabilità
- saper valutare i risultati ed autovalutarsi
- acquisire capacità di autocontrollo
- acquisire i fondamentali individuali in un contesto di squadra
- partecipare ad attività agonistiche promosse da enti esterni
- attivare comportamenti di prevenzione verso alcune devianze giovanili e ampliare la conoscenza di tematiche come l'alcolismo, il fumo, l'uso di sostanze chimiche atte al miglioramento di prestazioni fisiche, nonché fanatismo, violenza e razzismo.
- scoprire e orientare le attitudini personali, nei confronti delle attività motorie, che possano tradursi in capacità di integrarsi e differenziarsi nel gruppo.

## **DESTINATARI DEL PROGETTO**

Il progetto è rivolto a tutti gli allievi dell'istituto ma strutturato su varie fasi in funzione dell'età degli alunni.

## **FASE ATTUATIVA**

Il progetto prevede la realizzazione delle seguenti attività elencate in ordine cronologico (ma senza una scansione precisa, almeno per una parte di esse, dal momento che la stessa è vincolata alle direttive provenienti dall'ufficio di coordinamento provinciale).

- a) corsa campestre : fase d'istituto e fase provinciale ( eventuale partecipazione alla fase regionale)
- b) attività di preatletismo generale e aspecifico per selezionare gli atleti ed indirizzarli verso le specialità a loro più congeniali;
- c) avviamento all'atletica leggera e partecipazione a:
  - competizioni di atletica leggera con altri istituti di istruzione secondaria superiore
  - campionati studenteschi di atletica leggera.
  - eventuale partecipazione alle fasi regionali di atletica leggera
- d) Avviamento alla pallavolo
- e) Tornei di: pallavolo, calcio a cinque, basket a tre.

## **TEMPI :**

La realizzazione delle attività sopraindicate, dovrebbe abbracciare un arco temporale compreso tra il \_\_\_\_\_

I giorni destinati allo svolgimento delle varie attività dovrebbero essere il lunedì e il mercoledì dalle ore 14.30 alle 17.30 .

Potrebbero esserci delle variazioni in itinere legate alle necessità di recuperare le giornate nelle quali l'attività venisse rinviata per cause di forza maggiore ( condizioni meteo proibitive, consigli di classe o altri impegni dei docenti, specifiche esigenze degli alunni.)

Concordemente con i docenti di altre discipline saranno impartite lezioni teoriche su alimentazione, doping, alcolismo, fumo, bullismo, razzismo, educazione alla sportività ed etica sportiva.

## **ATTREZZATURE NECESSARIE**

- Impianto di pallavolo, campo di calcio a 5
- Grandi e piccoli attrezzi come materassi, cavallina, ritti per il salto in alto, tappetini, ostacoli, ecc.
- Palloni di pallavolo, calcio e pallacanestro, divise e casacche .

## **TEMPI DI VERIFICA**

Iniziale ( effettuata già nel corso della normale attività didattica)

In itinere

Finale

## **STRUMENTI PER LA VERIFICA**

Test

Gare

Tornei

I docenti

Vincenzo Civello

Francesco Paternò

Alberto Pulino