

PROGETTO “CENTRO SPORTIVO SCOLASTICO” 2019/2020

Liceo “C PORTA” ERBA

PREMESSA E FINALITA' DI BASE

Il Centro Sportivo Scolastico pone al centro dell'attività le persone da educare alle regole e ai sani principi più che l'ottenimento di risultati agonistici (che non saranno comunque trascurati). Gli allievi e le allieve avranno la possibilità, se lo vorranno, di frequentare i gruppi pomeridiani per poi cimentarsi nelle attività proposte: la corsa campestre, l'atletica leggera su pista, la pallavolo per gruppi classe con un monte ore orario stabilito in base alle risorse economiche a disposizione.

OBIETTIVI SPECIFICI

Gli insegnanti coinvolti nel progetto si preoccuperanno di migliorare i gesti tecnici fondamentali dei propri allievi e considereranno lo sport in funzione formativa. I corsi saranno mirati soprattutto allo sviluppo delle qualità coordinative. Per le qualità condizionali (forza, resistenza, potenza e velocità) si cercherà di migliorare il livello iniziale di partenza. Per gli allievi più brillanti, normo dotati o soggetti con disabilità si tenderà a fare acquisire gesti tecnici specifici per preparare al meglio le fasi provinciali e successive dei “giochi studenteschi”. Per i meno portati si curerà in particolare il miglioramento dei gesti elementari contribuendo a un loro recupero motorio. Il coinvolgimento ampio a queste iniziative prescindere dai risultati tecnici. Più che al confronto con gli altri (agonismo) si punterà al “*gareggiare con sé stessi*” superando i propri limiti nelle fasi d'istituto. Nell'attività di squadra non verrà trascurato l'elemento ludico. Per tutti, con le attività di gruppo sportivo si cercherà di promuovere un miglior livello di socializzazione, nel rispetto dei compagni e delle regole.

MODALITA' ATTUATIVE

Preventivamente verranno forniti agli allievi moduli di iscrizione sulle attività che gli insegnanti intendono svolgere. In base agli interessi dei ragazzi, che scelgono le attività su base facoltativa, si andranno a formare i gruppi sportivi e a orientare i ragazzi per specialità (atletica) o ruolo (sport di squadra). Si forniranno programmi individualizzati o per gruppi affini, stabilendo orario e tipo di contenuti. L'insegnante curerà il percorso degli allievi in base agli obiettivi da perseguire. Le lezioni avranno carattere frontale con l'utilizzo degli stessi allievi nei compiti di esemplificazione, giuria e arbitraggio.

METODOLOGIA

Si proporranno lezioni ed esercizi nel rispetto della legge della “*progressività del carico*” (da un gesto semplice ad uno via via più complesso). Nel biennio il metodo seguito all'inizio sarà di tipo globale per dirigersi sempre più nell'analitico (nel triennio si partirà direttamente dall'analitico). Verranno forniti esempi ed esecuzioni dei gesti, dall'insegnante o da allievi già inseriti in società sportive, così da permettere l'apprendimento della tecnica in modo corretto.

ATTIVITA' PROPOSTE

1) GRUPPO SPORTIVO FINALIZZATO ALLA PARTECIPAZIONE AI GIOCHI STUDENTESCHI

Periodo da inizio ottobre a fine maggio, con carattere continuativo, con il seguente gruppo:

- Fino a n° 2 ore settimanali di preparazione alla corsa campestre e atletica leggera su pista (Prof Ciceri). Attuato il lunedì presso *Centro sportivo di Merone*.

2) TORNEI INTERNI (per classe)

Periodo da inizio ottobre a fine dicembre (calcetto) e da inizio gennaio a fine maggio (pallavolo), con carattere continuativo, con il seguente gruppo:

- n° 2 ore settimanali per lo svolgimento dei tornei di calcetto o pallavolo (Prof. Gucciardo) presso la *palestra Bomman* di Via Bassi a Erba.

3) PARTECIPAZIONE ALLE VARIE FASI DEI GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI

Con le seguenti discipline:

- *corsa campestre* M/F,
- *atletica su pista* M/F,

4) FASI D'ISTITUTO CON ORGANIZZAZIONE AUTONOMA E LORO TEMPISTICA

Per un effettivo e motivato coinvolgimento degli allievi alle attività, si intendono inserire le iniziative sportive in orario pomeridiano secondo il seguente calendario, in ordine cronologico:

- | | | |
|---|--------------------------|--|
| <i>corsa campestre</i> | fine novembre | (presso <i>Parco Villa Amalia</i> Erba), |
| <i>interni di atletica leggera su pista</i> | fine marzo/inizio aprile | (presso Centro Sportivo di Merone), |
| <i>interni di nuoto inizio</i> | inizio aprile | (Piscina di Merone). |

RISULTATI ATTESI

Qualificazione alla fase regionale, con squadra femminile, o "allievi" individualisti, normodotati e con disabilità nelle specialità di corsa campestre e atletica leggera. Una parte significativa del lavoro sarà rivolto agli allievi con disabilità; in questo caso verranno valorizzati soprattutto i risultati conseguiti nelle prestazioni personali con obiettivi di socializzazione e miglioramento dell'autostima.

INSEGNANTI IMPEGNATI NEL PROGETTO

- 1) Prof. Giancarlo Ciceri (referente corsa campestre e atletica su pista; referente soggetti con disabilità nella corsa campestre e atletica su pista),
- 2) Prof. Pina Gucciardo (referente tornei interni di squadra e collaboratore per gestione soggetti con disabilità nella corsa campestre e atletica su pista alle gare),
- 3) Prof. Carla Frigerio (solo fasi interne),
- 4) Prof. Giuseppe Giannella (solo fasi interne).

Nelle fasi interne saranno impegnati tutti i docenti di scienze motorie.

COORDINATORE DEL PROGETTO nominato dal Dirigente Scolastico: Prof. Giancarlo Ciceri.

I nomi dei partecipanti ai vari corsi, con le lezioni e le ore effettivamente svolte, verranno raccolte in apposito registro a cura dei docenti responsabili.

A fine anno si stenderà un resoconto dettagliato, a cura del coordinatore di dipartimento, dei risultati ottenuti rispetto agli obiettivi stabiliti e si cercheranno eventuali correzioni per la prosecuzione del progetto l'anno successivo.

Erba 06.05.2019

Il coordinatore del Progetto
Prof. Giancarlo Ciceri

Il Dirigente Scolastico
Prof. Piermichele De Agostini