Progetto F.I.D.A.L. di avviamento all'atletica leggera

"A SCUOLA CON L'ATLETICA"

Proponente: prof. Carmine Ricci (consigliere regionale FIDAL – Puglia addetto ai rapporti con la scuola)

INTRODUZIONE e Analisi dei bisogni

Un attento esame della nostra società e dei suoi bisogni e, in particolare, di quelli relativi al mondo della scuola – principale agenzia formativa ed educativa - non può prescindere dal ruolo che "la cultura del sapere motorio assume come prerequisito fondamentale per l'acquisizione di corretti stili di vita e di una sana e permanente educazione sportiva"(legge 28.03.2003 n. 53).

I programmi di educazione fisica presenti nelle nuove "Indicazioni nazionali per il curricolo della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione (4 settembre 2012), evidenziano che *le attività motorie e sportive forniscono agli alunni le occasioni per riflettere sui cambiamenti del proprio corpo, per accettarli e viverli serenamente come espressione della crescita e del processo di maturazione di ogni persona; offrono, altresì, occasioni per riflettere sulle valenze che l'immagine di sé assume nel confronto col gruppo dei pari. L'educazione motoria è, quindi, l'occasione per promuovere esperienze cognitive, sociali, culturali e affettive per realizzare lo sviluppo integrale della persona.*

La conquista di abilità motorie e sportive e la possibilità di sperimentare il successo delle proprie azioni, sono fonte di gratificazione che favoriscono l'autostima dell'alunno e l'ampliamento progressivo della sua esperienza, arricchendola di stimoli sempre nuovi.

Lo sport è, quindi, uno strumento efficace per aiutare i nostri giovani a "crescere" da un punto di vista cognitivo, emotivo-affettivo, sociale oltre che motorio. **Le esperienze sportive**, la conquista delle abilità tecniche e la possibilità di mettersi in gioco per sperimentare il successo e, a volte, l'insuccesso, permettono di imparare a modulare e controllare le proprie emozioni.

Inoltre, è ampiamente riconosciuto che *l'attività sportiva promuove il valore del rispetto delle regole concordate e condivise e i valori etici che sono alla base della convivenza civile; siamo tutti impegnati a trasmettere e a far vivere ai ragazzi i principi di una cultura sportiva portatrice di rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di controllo dell'aggressività, di negazione di qualsiasi forma di violenza*.

Gli obiettivi di apprendimento finalizzati al raggiungimento delle "competenze", si realizzano attraverso:

- *il corpo e le funzioni senso-percettive*

- *il movimento del corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo*

- *il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva*

- *il gioco, lo sport, le regole e il fair play*

- *salute e benessere, prevenzione e sicurezza;*

Ritornando alle **esperienze sportive,** si può dire che storicamente l'istituzione dei"Giochi della Gioventù" prima e dei "Campionati Studenteschi" dopo, indette dal Ministero, sono state le occasioni concrete (oltre le ore di educazione fisica) di far conoscere agli alunni le discipline sportive, sperimentarle e valorizzare le proprie eventuali attitudini. La "caduta" delle attività sportive extrascolastiche, ha prodotto inevitabilmente l'abbassamento dei livelli di promozione sportiva per tutti gli sport e per l'atletica in particolare. Ecco l'esigenza di attivare le progettualità di avviamento sportivo tendenti a sostituire ciò che in passato era realizzato dal Ministero della P.I. prima e dal M.I.U.R. dopo, tramite appunto, l'organizzazione dei "Campionati Studenteschi" a cura dei docenti di educazione fisica.

L'istituzione dei "Centri sportivi scolastici", sono stati realizzati in ambito locale valorizzando la disponibilità degli insegnanti della scuola, nel pieno rispetto delle autonomie scolastiche dal punto di vista dell'ampliamento dell'offerta formativa. Tuttavia, tranne isolate e lodevoli realtà, in ambito nazionale non sono stati raggiunti i grandi numeri, né gli obiettivi dei "Campionati Studenteschi": **l'attività sportiva rivolta a tutti gli studenti** che come è noto **parte dall'attività di classe.**

Il presente progetto, rivolto a tutte le scuole, si muove nella direzione e nell'ambizione , di coinvolgere un numero maggiore di studenti, per offrire agli stessi la possibilità di sperimentarsi, mettersi in gioco, esplorare le proprie eventuali attitudini sportive. Le esperienze motorie, ovviamente, vanno realizzate attraverso una didattica multilaterale, orientata cioè ad una elevata varietà di stimoli e propedeutica a tutte le discipline sportive.

DESTINATARI DEL PROGETTO

Il progetto consiste in un corso di aggiornamento rivolto ai docenti di educazione fisica delle scuole secondarie di I grado e di II grado operanti nel primo biennio, per "riprendere" e "recuperare" le competenze già esistenti e indirizzarle verso l'avviamento dell'atletica leggera, che storicamente è ritenuta la disciplina di base per tutte le discipline sportive.

Gli argomenti degli incontri del corso riguarderanno le fasi organizzative della didattica, l'apprendimento dei propedeutici e le tecniche delle diverse discipline dell'atletica leggera*, secondo il seguente calendario:*

1. *30/09/2022 Incontro in aula ore 16.30*

   - Principi generali della programmazione e organizzazione dell'allenamento in ambito giovanile;

   - Programmazione didattica dell'atletica leggera nei programmi di educazione fisica;

   - Presentazione di una proposta didattica di progettazione per l'educazione fisica, finalizzata all'acquisizione delle competenze motorie, contenente l'apprendimento delle discipline dell'atletica leggera in riferimento ai Programmi ministeriali;

   - I valori educativi dello sport (il gioco, lo sport, le regole e il fair play).

   Relatori: proff. Domenico Di Molfetta – Carmine Ricci

2. *04/10/2022 Incontro presso il Campo Comunale di atletica leggera "Mondelli-Colella" ore 15.30*

   - le corse di velocità e ostacoli

   Relatori: proff.sse Lucia Colella – Elisa Silvestris

3. *12/10/2022 Incontro presso il Campo Comunale di atletica leggera "Mondelli-Colella" ore 15.30*

   - I salti: alto e lungo

   Relatori: prof. Davide Colella

4. *20/10/2022 Incontro presso il Campo Comunale di atletica leggera "Mondelli-Colella" ore 15.30*

   - I lanci: vortex – peso – disco

   Relatori: proff. Ivano Del Grosso – Vincenzo Pagano – Domenico Di Molfetta

5. *28/10/2022 Incontro presso il Campo Comunale di atletica leggera "Mondelli-Colella" ore 15.30*

   - Le corse di resistenza e marcia

   Relatori: proff. Umberto Schinco – Romeo Tigre - Carmine Ricci

6. *04/11/2022 Incontro in aula o al Campo ore 15.30*

   - Discussione e approfondimenti sulle tematiche trattate anche in forma interdisciplinare. ***I docenti frequentanti, che volessero eventualmente richiedere approfondimenti specifici, possono fare richiesta comunicando l'argomento durante il penultimo incontro programmato.***

   Relatori: ***tutti***

Il Corso è gratuito e possono partecipare massimo n.40 docenti (nel caso di superamento delle adesioni previste, sarà adottato il seguente criterio: 1°- precedenza ad almeno un docente per scuola, 2°- ordine di arrivo delle richieste di partecipazione).

Alle lezioni pratiche possono partecipare massimo nr.2 allievi/e per scuola (sarà cura dei propri docenti acquisire le autorizzazioni da parte dei genitori e delle scuole).

Le lezioni saranno tenute dallo staff tecnico composto da docenti laureati in scienze motorie e specialisti di settore della Federazione Italiana di Atletica leggera.

Le richieste vanno inviate al Comitato provinciale F.ID.A.L. di Foggia (Fiduciario tecnico prof. Umberto Schinco) all'indirizzo di p.e. cp.foggia@fidal.it (tel. 328.8458449) entro lunedì 26 settembre 2022.

Durante l'anno scolastico sarà possibile predisporre ulteriori incontri "sul campo" per approfondimenti tecnici, rivolti soprattutto ai docenti e ai loro studenti particolarmente dotati. Tali incontri saranno realizzati previo accordo con i responsabili specialisti di settore.

OBIETTIVI

Favorire la partecipazione delle Scuole al "Progetto tecnico dei Campionati Studenteschi", ampliando maggiormente la partecipazione degli studenti e delle studentesse all'atletica leggera. ***Sarà determinante la programmazione didattica all'interno delle attività curriculari e le "fasi d'Istituto",*** *per garantire a tutti la possibilità di provare, conoscersi e scegliere la disciplina sportiva rivelata e vicina alle proprie attitudini.*

In questa direzione vanno valorizzati gli esercizi e le attività propedeutiche per:

la marcia

le corse di velocità e di resistenza

le corse con gli ostacoli

i salti (lungo, alto)

i lanci (peso, disco, vortex-giavellotto)

ATTIVITA' DA REALIZZARE

Le fasi operative del Progetto sono le seguenti:

1° fase: aggiornamento teorico-pratico per i docenti di educazione fisica che intendono svolgere l'attività sportiva scolastica;

2° fase: approfondimento tecnico sul campo per i docenti che ne faranno richiesta (attività pratica sarà rivolta agli studenti che manifesteranno particolari predisposizioni); la resistenza sarà la prima attività che può essere realizzata, in quanto, la "corsa campestre" si effettua durante l'inverno e precede le attività su pista;

3° fase: le scuole potranno realizzare con i propri docenti la "fasi d'Istituto" presso il campo di atletica. Compatibilmente con gli impegni dei docenti, il C.P. FIDAL offrirà collaborazione tecnica sul campo. E' consigliabile proporre tale attività in forma di "prove multiple": ogni studente può prendere parte a 3 gare seguente programma:

cat. Ragazzi/e: m.60 – m.60 Hs – m.600 - lungo – alto – vortex – peso – marcia Km.2 (facoltativa-promozionale)

cat. Cadetti/e: m.80 – m.80 Hs – m.1000 – lungo – alto – vortex – peso - marcia Km.2 (facoltativa-promozionale)

cat. Allievi/e: m.100 – m.100 Hs – m.1000 – lungo – alto – peso – disco - marcia Km.3 (facoltativa-promozionale)

La proposta didattica, indicata come argomento del 1° incontro, riguarderà una progettazione in forma "modulare" per vitalizzare lo sviluppo degli schemi motori (camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, ecc.) attraverso le diverse combinazioni motorie, che tenendo conto delle numerose varianti spaziali, temporali, qualitative e quantitative, provvederà allo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali indispensabili per "accogliere" gli apprendimenti tecnici delle discipline dell'atletica leggera.

Nel primo incontro è prevista anche la comunicazione riguardante il tema di legalità, l'etica e i valori dello sport (la lealtà, il riconoscimento e il rispetto dell'altro, l'onestà, l'osservanza delle regole, il senso dell'amicizia, la solidarietà, il superamento delle distinzioni e delle discriminazioni), il fair play e la lotta al doping.

TEMPI DI DURATA E LUOGO DI SVOLGIMENTO

- Ottobre: fase di aggiornamento in aula e al Campo di atletica;
- Novembre – dicembre: fase di preparazione alla corsa campestre presso il Campo di atletica o altri luoghi eventualmente predisposti per le attività di cross;
- Da gennaio: fase di ulteriori approfondimenti tecnici, con allenamenti mirati a cura dei propri docenti con la collaborazione dei tecnici specialisti di settore presso il campo di atletica.

COSTI DEL PROGETTO

nessuno

ATTIVITA' DI PROMOZIONE E DIVULGAZIONE – ENTI COINVOLTI

Nel caso di approvazione e realizzazione del Progetto, si cercherà di darne ampia diffusione agli Enti locali per esaltare i valori educativi delle proposte. Nel caso in cui, alcuni Enti, apprezzando l'iniziativa, volessero offrire finanziamenti, questi saranno utilizzati per l'acquisto di medaglie, diplomi, magliette, cappellini, ecc. da utilizzare durante le fasi d'istituto.

VALUTAZIONE

Sarà somministrato un questionario d'ingresso per conoscere le precedenti esperienze motorie e sportive. Con i docenti della scuola saranno individuati gli *indicatori dei livelli di apprendimento* e di test in ingresso e alla fine del percorso didattico per quantificare il grado di miglioramento delle qualità di corsa, salto e lancio e degli aspetti coordinativi del gesto motorio.

RISULTATI ATTESI

Il confronto tra i docenti partecipanti al corso e i tecnici specialisti, costituirà per entrambi, un arricchimento delle competenze relative all'insegnamento.

Le esperienze motorie offerte ai ragazzi, saranno per i docenti curriculari l'occasione per conoscere meglio i ragazzi/e e i loro progressi.

Per la Federazione Italiana di Atletica leggera, la possibilità di promuovere l'atletica, contribuire all'arricchimento motorio dei ragazzi/e e favorire attraverso la consapevolezza dei propri mezzi, la scelta delle specialità dell'atletica leggera. La possibilità di "allargare" il numero dei partecipanti alle attività sportive scolastiche.

Le attività sportive realizzate saranno occasione per esaltare dei valori educativi dello sport.

Se i risultati saranno positivi, si potrà valutare l'opportunità di estendere l'iniziativa ad un maggior numero di scuole, così da ambire, nel tempo e con più efficacia ad un programma di "ricerca del talento".

Considerata l'evidente valenza pedagogica del "Progetto", si spera che tale iniziativa possa essere presa in considerazione dalle singole scuole, quale elemento significativo per ampliare la propria offerta formativa (PTOF), nell'ambito delle attività extracurriculari e educative: le risorse economiche, andrebbero a compensare gli esigui finanziamenti predisposti dal Ministero per lo svolgimento "Campionati studenteschi" e a completo vantaggio per gli studenti.

I referenti del "Progetto":

prof. Umberto Schinco (fiduciario tecnico provinciale FIDAL)
prof. Davide Colella (consigliere provinciale FIDAL addetto al settore pista)
prof. Carmine Ricci (consigliere regionale FIDAL con delega al settore scuola)

Foggia 09/09/2022

Il Presidente del Comitato Provinciale FIDAL

Avv. Romeo Tigre