

## PROGETTO SPORT A SCUOLA



*ANNO SCOLASTICO 2013/2014*

## **PROGETTO SPORT A SCUOLA**

**Centro Olimpico Federale – Via dei Sandolini, 79 – 00122 Lido di Ostia/RM – Tel.  
06/56191552 – Fax. 06/56191527**

### **PROGETTO SPORT A SCUOLA FIJLKAM**

**“La FIJLKAM nella Scuola: Judo, Lotta e Karate  
per educare attraverso lo Sport”**

**Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali  
Via dei Sandolini, 79  
00122 – Lido di Ostia / RM**

### **SOGGETTO PROPONENTE:**

*La Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali è costituita dalle Società e dalle Associazioni Sportive Dilettantistiche affiliate che svolgono l'attività sportiva e promozionale senza scopo di lucro in tutti gli stili e le specialità del Judo, della Lotta, del Karate, dell'Aikido, del Ju-Jitsu e del Sumo. Gli sport controllati dalla Federazione sono*

*praticati a livello dilettantistico in armonia con le deliberazioni e gli indirizzi delle rispettive Federazioni Internazionali, purché non siano in contrasto con le deliberazioni e gli indirizzi del CIO, del CONI e nel rispetto delle leggi dello stato italiano che regolano la materia.*

*La FIJLKAM è la sola Federazione riconosciuta ed autorizzata dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano a disciplinare e gestire in Italia l'attività sportiva e promozionale del Judo, della Lotta, del Karate, dell'Aikido, del Ju-Jitsu e del Sumo ed a rappresentarla*

*all'estero. Ha, inoltre, lo scopo di sviluppare l'attività finalizzata a quella internazionale, nell'ambito delle direttive impartite dalle rispettive Federazioni Internazionali.*

*Attraverso la Scuola Nazionale Federale ed in armonia con le indicazioni del CONI, la FIJLKAM cura anche la formazione continua e permanente (aggiornamento ed il perfezionamento) degli Insegnanti Tecnici, degli Ufficiali di Gara e dei Dirigenti Sportivi.*

*Inoltre, la nostra Federazione, direttamente ed attraverso i Comitati Provinciali CONI, i propri Comitati Regionali e Provinciali e le Società Sportive Affiliate, ha da tempo stabilito un rapporto di fattiva collaborazione con il mondo della Scuola. Tale rapporto è basato*

*sulla consapevolezza che lo Sport è un efficace mezzo educativo se basato sulla condivisione, da parte della Federazione, degli obiettivi posti dai Programmi Ministeriali per la Scuola Primaria e Secondaria di Primo Grado.*

*Gli Sport di Combattimento da noi disciplinati, già presenti nelle forme previste dalla normativa in vigore nella Scuola e nei Giochi Sportivi Studenteschi, appartengono all'area degli Sport Situazionali, caratterizzati da attività Neuro-Cognitivo-Motoria particolarmente*

*efficace per lo sviluppo di una serie di funzioni di fondamentale importanza per lo sviluppo dell'individuo in età evolutiva. Infatti, si tratta di Discipline che sotto il profilo antropologico hanno segnato il percorso evolutivo dell'Umanità. Con la nascita delle Olimpiadi moderne, attraverso i meccanismi della ritualizzazione e dell'inclusione nella dimensione ludicosportiva, Judo, Lotta e Karate hanno conosciuto una grande diffusione nel Continente*

*Europeo, grazie soprattutto ai grandi benefici psico-fisici che portano ai praticanti. Presso le Società Sportive affiliate alla Federazione queste specialità vengono praticate a partire dai 5 anni. Esiste, infatti, una forte domanda da parte delle Famiglie che ne vedono le valenze educative e formative. Questo si evince anche dalle statistiche presentate dal CIO a livello internazionale e da un'indagine pubblicata dal periodico il Sole 24 Ore Sport secondo la quale le discipline FIJLKAM sono tra gli sport più praticati dai bambini al di 3 sotto dei 10 anni. Va, inoltre, sottolineato il fatto che la presenza femminile è molto consistente ed in costante crescita (ad esempio, nel Karate, il numero dei praticanti femminili e maschili si equivale). Questo trend è ormai in atto da anni e la FIJLKAM ha adeguato le proprie strategie in termini culturali, metodologici, didattici, organizzativi ecc. alle esigenze delle Famiglie e ai bisogni di formazione dei piccoli praticanti.*

*Gli Sport gestiti dalla nostra Federazione, attraverso il loro percorso educativo e formativo elaborato in termini progettuali, secondo linee guida indicate dai progetti Corpo, Movimento, Prestazione ed Educazione Motoria di Base, recepiscono anche le più recenti*

*acquisizioni delle Neuroscienze Cognitive e della Psicopedagogia. Ciò ha consentito ai ragazzi in "età scolare" di sviluppare capacità Neuro-Cognitivo-Motorie molto evolute e polivalenti, con approfondimenti specifici, ove richiesto, compatibili con le fasi sensibili dell'età evolutiva. Dal punto di vista metodologico, oltre all'approccio multilaterale, va sottolineata la particolare attenzione al contesto ludico ed alla stimolazione della capacità di collaborare nelle fasi di apprendimento. Tale approccio contempla, infatti, l'interrelazione e l'interazione collaborativa con i compagni oltre all'acquisizione di coerenti comportamenti ispirati alla sicurezza ed al Fair play, senza i quali non è possibile alcuna forma di apprendimento o addestramento.*

*La positività delle esperienze fino ad oggi vissute dalle specialità del Judo, della Lotta e del Karate nelle Scuole dove sono stati attivati i Progetti e l'interesse mostrato da Docenti Scolastici ed Alunni può consentire un ulteriore passo per il consolidamento di questo*

*rapporto. Per questo motivo riteniamo necessario sviluppare tutte le possibilità previste nel nostro Progetto, basato su una visione strategica più organica, che prevede il coinvolgimento del Docente Scolastico come riferimento centrale per i ragazzi e le Famiglie nell'ambito di una corretta promozione dello Sport nella scuola*

*e sviluppando con maggior attenzione la formazione in tale ambito dei Docenti stessi e dei nostri Quadri Tecnici, allo scopo di offrire alla Scuola una proposta completa ed efficace.*

*In questa prospettiva la Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali, condividendo pienamente le linee guida formulate, intende aderire al Protocollo d'Intesa CONI – MIUR proponendo programmi, differenziati secondo le direttive del MIUR e coerenti alle Attività Motorie Generali e Specifiche, da realizzarsi nella Scuola Primaria e Secondaria.*

### TITOLAZIONE:

*“La FIJLKAM nella Scuola: Judo, Lotta e Karate per educare attraverso lo Sport”  
Progetto di Promozione delle Discipline Federali nella Scuola.*

### AMBITO DI APPLICAZIONE:

*La FIJLKAM col presente Progetto intende rapportarsi all'Istituzione Scolastica, proponendo discipline di grande fascino e di tradizione millenaria, che traggono origine da epoche storiche e da luoghi e culture diverse. Tali specialità sono portatrici di ricchezza culturale e stabilmente inserite nella famiglia degli Sport Olimpici e nei Programmi Olimpici Mondiali e/o Continentali. Nel passato hanno sempre recepito tutte le linee guida del CONI in materia di Attività Giovanile e sono state completamente rivisitate e adeguate*

*metodologicamente alla luce delle Scienze Motorie e della moderna Psicopedagogia e Didattica. Riteniamo, quindi, giunto il momento di mettere a disposizione della Scuola*

*questi valori culturali di appartenenza, identità, passione oltre al patrimonio di risultati*

*acquisiti e pubblicati, durante le ricerche nell'ambito delle Neuroscienze fin qui effettuate*

*su individui in età evolutiva e sui grandi Campioni, in collaborazione con i più prestigiosi*

*Atenei italiani.*

*Il Progetto, adeguando, differenziando e modulando metodologie e contenuti delle Discipline Federali, vuole contribuire allo sviluppo completo ed armonico della personalità dei giovani. I Programmi proposti, distinti, progressivi e gradualmente, vengono predisposti*

*secondo itinerari metodologici commisurati all'età, delineando una pratica scolastica divertente e soprattutto sicura.*

*Coerentemente con una convinta adesione alle direttive del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, la FIJLKAM ritiene opportuno presentare un Programma differenziato per la Scuola Primaria e per quella Secondaria di I° grado, sia perché lo stesso è stato sperimentato ed ampiamente collaudato, sia per sostenere al meglio*

*l'impegno sul piano didattico e su quello operativo.*

*La FIJLKAM fa proprie le finalità della SCUOLA DEL PRIMO CICLO (Primaria e*

*Secondaria), ovvero la promozione del pieno sviluppo della persona, ed intende contribuire alla creazione di uno stimolante ambiente di apprendimento, con apporti culturali delle sue Discipline di origine occidentale e orientale in modo da contribuire a stimolare le varie dimensioni della personalità degli Alunni e contribuire a favorire l'accesso a una conoscenza, interpretazione, simbolizzazione e rappresentazione del mondo anche secondo un approccio multiculturale e multi-etnico.*

*Le discipline della FIJLKAM si prestano in modo particolarmente efficace ad interagire con i seguenti Ambiti Disciplinari, correlati tra loro, in termini di conoscenze, abilità e competenze:*

*- AMBITO LINGUISTICO – ARTISTICO – ESPRESSIVO (utilizzo e spiegazione di termini, concetti ecc. provenienti da altre culture, esercitazioni con musiche di varie aree geografiche, approccio alla ritmica di base, apprendimento di termini relativi a*

*movimenti in lingua originale e in lingua italiana ecc.);*

*- AMBITO STORICO – GEOGRAFICO (storia e origine delle discipline federali, simbolismi e ritualità, capacità di orientarsi in altre aree geografiche ed epoche ecc.);*

*- AMBITO SCIENTIFICO – MOTORIO (anatomia elementare, apprendimento di termini*

*anatomici, parallelismi tra antico empirismo orientale e scienza occidentale ecc.).*

*- AMBITO AMBIENTALE - SALUTISTICO (interazione con l'ambiente, benessere psicofisico da assumere quale costume permanente ecc.).*

*In estrema sintesi possiamo ipotizzare che i campi di interazione educativa tra la nostra Federazione, il CONI e la Scuola siano piuttosto articolati e che possano presupporre un efficace contributo al percorso formativo nel Primo Ciclo di Istruzione.*

### DESTINATARI DEL PROGETTO:

*Il Progetto si rivolge, come detto, alle Scuole Primarie, alle Scuole Secondarie di I° grado ed agli Istituti Comprensivi distribuiti su tutto il territorio nazionale. I destinatari sono, dunque, gli Alunni, i Docenti Scolastici e le Famiglie ai quali la Federazione intende far conoscere, apprezzare e praticare le proprie discipline attraverso attività*

*divulgative, formative, ludiche e promozionali.*

### FINALITA' DEL PROGETTO:

*· Contribuire con le proprie competenze specifiche al successo del progetto formativo Sport a Scuola, valorizzando gli aspetti formativi dello Sport, proponendolo come strumento didattico in grado di contribuire, in armonia con altri insegnamenti, ad un equilibrato sviluppo di tutte le aree della personalità degli Alunni;*

*· Proporre un percorso di benessere psico-fisico da assumere quale costume culturale permanente e come mezzo per lo sviluppo dell'intelligenza motoria (capacità*

*neurocognitivo motoria).*

*· Migliorare le capacità di apprendimento ed il livello di concentrazione dell'Alunno che, grazie alle discipline FIJLKAM, sviluppa un'organizzazione mentale in grado di regolare sequenze psico-motorie, favorendo, quindi, la propensione ad assumere processi*

*decisionali con differente grado di responsabilità.*

*· Individuare i mezzi e le strategie che sostengano ed implementino il processo di collaborazione con la Scuola, favorendo la possibilità di poter organizzare attività curricolari ed extra-curricolari attraverso il supporto della Federazione che prevede figure tecniche locali appartenenti alle Società Sportive ed al CONI Territoriale;*

*· Coinvolgere maggiormente i Comitati Regionali e Provinciali e le Società Sportive della Federazione, oltre alle Strutture Territoriali del CONI, nei loro ruoli di primi promotori dei nostri Sport sul territorio, grazie ad un più stretto rapporto con gli Istituti Scolastici e gli*

*Uffici Scolastici Provinciali e Regionali ed all'attivazione di nuove iniziative promozionali;*

*· Contribuire al processo di arricchimento professionale e culturale dei Docenti Scolastici, attraverso un aggiornamento costituito da approcci culturali, metodologici e propedeutici ai fondamentali delle Discipline Federali, fornendo loro un dettagliato quadro teorico dell'importanza dell'interazione neuro-psico-motoria in funzione dello sviluppo della personalità.*

### **OBIETTIVI DEL PROGETTO:**

*· Aumentare la pratica qualificata delle attività motorie nella Scuola ed in particolare integrare Judo, Lotta e Karate nel percorso formativo scolastico;*

*· Sviluppare la conoscenza delle Discipline FIJLKAM nella Scuola;*

*· Presentare a livello nazionale le proposte FIJLKAM per la Scuola;*

*· Proiettare il rapporto tra lo Sport e il gioco, tra l'attività motoria e il divertimento a Scuola;*

*· Interagire con i Docenti Scolastici interessati attraverso procedure condivise, creando un'efficace rete di rapporti;*

*· Collocare le Discipline FIJLKAM nell'ambito dei POF scolastici.*

*· Formare ed aggiornare gli Insegnati Tecnici Federali circa le tematiche riguardanti la promozione dello Sport nella Scuola.*

### **INIZIATIVE:**

*Il Progetto prevede un insieme di iniziative che, opportunamente coordinate e differenziate in funzione delle esigenze e preferenze dei Docenti Scolastici, dei POF e dei rapporti possibili con le realtà territoriali delle singole Scuole, consentano di cogliere pienamente gli obiettivi programmati:*

*• Corsi di Formazione per Docenti Scolastici;*

*• Corsi di Formazione e Aggiornamento per Insegnati Tecnici Federali;*

- *Progetti Formativi integrati con i programmi ministeriali;*
- *Manifestazioni Scolastiche territoriali;*
- *Seminari su Neuroscienze e Sport di Combattimento;*
- *Eventi promozionali.*

#### *Corsi di Formazione per Docenti Scolastici*

*Sono lo strumento che la Federazione, in riferimento alla Direttiva del Ministero dell'Istruzione n. 90/2003 sulla formazione del personale docente della Scuola, mette a disposizione dei Docenti Scolastici interessati ad apprendere la didattica delle Discipline Federali ed il pieno utilizzo delle potenzialità del Progetto Federale ed a conoscere più da vicino il mondo della Federazione. Tali Corsi potranno essere organizzati a livello nazionale o territoriale, con la collaborazione dei Comitati Regionali FIJLKAM e delle Strutture Territoriali del CONI, e rivolti alle Scuole Primarie e Secondarie.*

*Tali Corsi, differenziando, adattando e modulando i contenuti delle discipline federali, vogliono contribuire, attraverso la formazione del Docente Scolastico nell'insegnamento della pratica ludicomotoria, allo sviluppo completo ed armonico della personalità degli Alunni, favorendone le iniziative ed aiutandoli a conquistare la propria identità. La struttura ed i contenuti dei Corsi saranno adattati ai differenti gruppi di Docenti Scolastici, suddivisi a seconda della tipologia della Scuola di appartenenza.*

#### **FINALITA' DEI CORSI DI FORMAZIONE PER DOCENTI SCOLASTICI:**

- *Contribuire al processo di formazione professionale e culturale dei Docenti Scolastici, attraverso un aggiornamento delle tecniche propedeutiche di base e delle metodologie delle discipline federali, fornendo loro un quadro teorico dettagliato dell'importanza dell'interazione psico-motoria.*
- *Coinvolgere emotivamente i Docenti Scolastici in un'attività pratica con importanti risvolti di tipo sociale, per poter più facilmente organizzare un lavoro completo nelle proprie Scuole.*
- *Creare la possibilità di confrontare le esperienze dei Docenti Scolastici che operano in contesti e realtà differenti.*
- *Favorire la possibilità di poter organizzare attività extra-curricolari attraverso la presentazione dell'organizzazione della Federazione, che prevede figure tecniche locali di supporto per il mondo della Scuola.*

#### **OBIETTIVI DEI CORSI DI FORMAZIONE PER DOCENTI SCOLASTICI:**

- *Interagire con i Docenti Scolastici interessati attraverso procedure condivise.*
- *Sviluppare una rete di rapporti per la diffusione delle discipline FIJLKAM nella Scuola.*
- *Verificare nell'ambito dei Corsi la penetrazione della proposta e la sua efficacia.*
- *Acquisire elementi critici o di supporto dai partecipanti ai Corsi.*

#### **METODOLOGIE DI LAVORO:**

- *Suddivisione dei Docenti per gruppi omogenei in base alla tipologia della Scuola*

*d'appartenenza.*

- Simulazioni di attività con soggetti in età evolutiva appartenenti alle classi scolastiche previste nel Progetto.*
- Relazioni frontali, tenute da Docenti della Scuola Nazionale FIJLKAM, su diversi argomenti relativi al tema del Corso.*
- Attività pratiche di gruppo a "tema".*
- Analisi e commento delle metodologie di insegnamento impostate praticamente.*
- Proposte di piani di lezione differenziate per tipologia di Scuola.*
- Tematiche relative a soggetti diversamente abili inseriti nella classe.*

*Ai partecipanti dei suddetti Corsi verrà riconosciuto il titolo di Operatore Sportivo Scolastico FIJLKAM, con il compito di divenire i primi promotori delle Discipline Federali nella Scuola, grazie*

*anche all'eventuale collaborazione con gli Insegnanti Tecnici Federali.*

*Corsi di Formazione e Aggiornamento per Insegnati Tecnici Federali*

*La Federazione, nell'ottica di offrire un supporto sempre più qualificato alla pratica sportiva nella Scuola, predisporrà all'interno di tutti i Corsi di Formazione Nazionali e di Aggiornamento Territoriali dei moduli specifici ed obbligatori riguardanti il contesto della*

*promozione dello Sport a Scuola, le nuove direttive ministeriali in ambito sportivo e le tematiche inerenti l'attività infantile ed il Giocosport.*

*Progetti Formativi integrati con i programmi ministeriali Rappresentano il punto fondamentale del Progetto Federale ed hanno lo scopo di avviare gli Alunni alla pratica dello Sport e delle Discipline Federali in particolare. Tenuto presente che l'autonomia scolastica prevede la completa libertà delle Scuole nel programmare l'attività didattica in funzione degli obiettivi propri dell'Ordine di Studi, questi Progetti potranno svolgersi in diverse forme: essere gestiti esclusivamente dai Docenti Scolastici o svolti in collaborazione con Insegnanti Tecnici qualificati delle Società Sportive presenti sul territorio.*

*Tali Progetti, realizzati e presentati direttamente presso gli Istituti Scolastici, dovranno sempre fare riferimento alle direttive ministeriali e dovranno aderire al Progetto Federale in tema di Sport a Scuola secondo le seguenti metodologie di lavoro generali ed i seguenti programmi formativi differenziati in base ai diversi gradi di istruzione:*

### **METODOLOGIE DI LAVORO:**

- Momenti d'insegnamento individuale e collettivo, diversificati in relazione alle fasce d'età ed organizzati in modo da essere motivanti;*
- Approccio di tipo ludico-sportivo, ove vengono proposte situazioni di confronto e evitate accuratamente le esasperazioni tecnico-agonistiche, promuovendo uno sviluppo polivalente della motricità e della personalità e fondendo l'educazione motoria e quella sportiva; Momenti di Giocosport collettivo per diffondere i valori propri dello Sport come le regole ed il fair play.*

## PROGRAMMI FORMATIVI:

*Tutte le attività vengono applicate tenendo sempre conto del concetto dell' "obliquità" dell'offerta formativa. L'offerta motoria da noi proposta prevede, infatti, un intervento diversificato per gli Alunni con capacità diverse ed in questo modo è possibile interagire con il gruppo-classe con attività che permettano a tutti di lavorare.*

*SCUOLA PRIMARIA:*

*TRAGUARDI DELLE COMPETENZE*

*L' INTELLIGENZA MOTORIA:*

- FUNZIONI SENSO-PERCETTIVO-MOTORIE;*
- IL LINGUAGGIO MOTORIO;*
- IL MOVIMENTO NELLO SPAZIO E NEL TEMPO;*
- IL GIOCO, LO SPORT, LE REGOLE, IL FAIR PLAY; SICUREZZA E PREVENZIONE, SALUTE E BENESSERE.*

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

### CLASSI 1-2-3

- CAPACITA' DI DISCRIMINAZIONE PROPRIO ED ESTEROCETTIVA;*
- SCHEMI POSTURALI E MOTORI;*
- CAPACITA' DI GESTIRE L' EQUILIBRIO IN CONDIZIONI STATICHE E DINAMICHE;*
- STRUTTURAZIONE MOVIMENTO SECONDO CATEGORIE SPAZIO-TEMPORALI;*
- RITMO, SUONO, MOVIMENTO;*
- CODICI MOTORI E COMUNICAZIONE;*
- GIOCHI SITUAZIONALI, DI OPPOSIZIONE (MEDIATA E/O DIRETTA);*
- GIOCHI SITUAZIONALI REGOLAMENTATI CON E SENZA ATTREZZI;*
- PERCEZIONE E COMPrensIONE DELLA RELAZIONE TRA INVESTIMENTO DI TEMPO ED ENERGIE E IL PROPRIO PROGRESSO, BENESSERE E SALUTE. INDICAZIONI DIDATTICHE (MEZZI/STIMOLI)*
- ESERCIZI A CARATTERE GENERALE IN DECUBITO (PROPRIOCETTIVITA') E IN PIEDI (COORDINAZIONE GENERALE E SEGMENTARIA);*
- ESERCIZI PER L'EQUILIBRIO (PICCOLA ACROBAZIA), ROTOLAMENTI, TECNICHE DI CADUTA AUTOPROTETTIVE ECC;*
- ESERCIZI DI RITMO;*
- ESERCIZI POSTURALI FINALIZZATI;*
- ESERCIZI PER LA MOBILITA' ARTICOLARE;*
- ESERCIZI INTERATTIVI CON ATTREZZI, PALLA, PARTNER, ECC;*
- PERCORSI; GIOCHI, GIOCHI TECNICI. FONDAMENTALI DELLE SPECIALITA' COMPATIBILI CON LE FASI SENSIBILI;*

## *METODI*

- *METODO LUDICO;*
- *METODO LIBERA ESPLORAZIONE;*
- *METODO PROBLEM SOLVING.*

### *MATERIALE DIDATTICO*

- *MATERASSINI componibili;*
- *OVER;*
- *CONI;*
- *CERCHI;*
- *PALLONI DI SPUGNA, ECC.*

### *VALUTAZIONE*

*I TEST DI VALUTAZIONE SULLO SVILUPPO DELL'ATTIVITÀ NEURO-COGNITIVO MOTORIA*

*VERRANNO CONCORDATI CON IL DOCENTE SCOLATICO CURRICULARE DESIGNATO E*

*SARANNO COSTITUITI PREFERIBILMENTE DA:*

- *UN PERCORSO (SOMMINISTRAZIONE PERIODICA);*
- *UN GIOCO TECNICO (SOMMINISTRAZIONE PERIODICA);*
- *UN TEST TECNICO (SOMMINISTRAZIONE AL TERMINE).*

*Questa struttura della valutazione verrà proposta in forma combinata come occasione di confronto nelle manifestazioni in forma di Gioco Sport.*

## *OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO*

### *CLASSI 4-5*

*- CONSAPEVOLEZZA E COMPrensIONE DELLE FUNZIONI MUSCOLARI E ARTICOLARI, DELLE FUNZIONI CARDIO-RESPIRATORIE, ECC. E DEI CAMBIAMENTI DETERMINATI*

*DALL'ESERCIZIO FISICO;*

*- CAPACITA' DI DISCRIMINAZIONE PERCETTIVA IN CONTESTO VARIABILE E DI INTERAZIONE DINAMICA CON L'AMBIENTE, GLI OGGETTI E GLI ALTRI;*

*- CAPACITA' DI REALIZZARE MOVIMENTI COMPLESSI;*

*- CAPACITA' DI REALIZZARE MOVIMENTI SCANDITI CON L'USO DEL METRONOMO O DI COLONNE SONORE;*

*- CONOSCERE ALCUNI FONDAMENTALI DELLE DISCIPLINE FIJLKAM;*

*- CONOSCERE LE REGOLE E SAPERLE COMPRENDERE NELLE LORO FINALITA', CONDIVIDERLE E RISPETTARLE;*

*- CAPACITA' DI COLLABORARE CON GLI ALTRI;*

*- CAPACITA' DI AGIRE IN SICUREZZA PER SALVAGUARDARE SE' E GLI ALTRI;*

*- CONSAPEVOLEZZA DELLA RELAZIONE TRA MOVIMENTO, ESERCIZIO FISICO E ALIMENTAZIONE.*

*INDICAZIONI DIDATTICHE (MEZZI/STIMOLI)*

- *ESERCIZI PER LA FORZA RAPIDA, PER LA RESISTENZA ANAEROBICA ALATTACIDA, PER LA RAPIDITA', PER LA MOBILITA' ARTICOLARE;*
- *ESERCIZI TECNICI ELEMENTARI INTERATTIVI;*
- *ESERCIZI DI REAZIONE COMPLESSA;*
- *ESERCIZI DI COMPOSIZIONE MOTORIA RITMICAMENTE ORGANIZZATI;*
- *ESERCIZI TECNICI ELEMENTARI DI PROBLEM SOLVING;*
- *ESERCIZI DI GRUPPO;*
- *ESERCIZI DI GRUPPO CON SCAMBIO DI RUOLI; ORGANIZZAZIONE E CONTROLLO DELLA SICUREZZA ATTIVA E PASSIVA.*

## *METODI*

- *METODO LUDICO;*
- *METODO LIBERA ESPLORAZIONE;*
- *METODO PROBLEM SOLVING.*
- *MATERIALE DIDATTICO*
- *MATERASSINI componibili;*
- *OVER;*
- *CONI;*
- *CERCHI;*
- *PALLONI DI SPUGNA, ECC.*

## *VALUTAZIONE*

*I TEST DI VALUTAZIONE SULLO SVILUPPO DELL'ATTIVITÀ NEURO-COGNITIVO MOTORIA VERRANNO CONCORDATI CON IL DOCENTE SCOLASTICO CURRICULARE DESIGNATO E SARANNO COSTITUITI PREFERIBILMENTE DA:*

- *UN PERCORSO (SOMMINISTRAZIONE PERIODICA);*
- *UN GIOCO TECNICO (SOMMINISTRAZIONE PERIODICA);*
- *UN TEST TECNICO (SOMMINISTRAZIONE AL TERMINE).*

*Questa struttura della valutazione verrà proposta in forma combinata come occasione di confronto nelle manifestazioni in forma di Gioco Sport.*

## *SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO:*

### *TRAGUARDI DELLE COMPETENZE*

#### *L'INTELLIGENZA MOTORIA:*

- *IL PENSIERO SITUAZIONALE / TATTICO;*
- *IDENTITÀ PERSONALE E SAPERE, SAPER ESSERE, SAPER FARE - VALENZE E LIMITI;*
- *IL CORPO E LE ABILITÀ MOTORIE SPORTIVE SPECIFICHE;*
- *SALUTE E PRATICA SPORTIVA; COLLABORAZIONE, INTEGRAZIONE, REGOLE, RISPETTO, FAIR PLAY, RIFIUTO DELLA VIOLENZA.*

## OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

### CLASSI 1- 2 – 3

- SAPER RILEVARE E COMPRENDERE I CAMBIAMENTI MORFOLOGICI DEL CORPO E AGIRE IN MODO ADEGUATO PER MIGLIORARNE L'EFFICIENZA E LA CONDIZIONE;
- SAPER MANTENERE UN IMPEGNO MOTORIO E L'AUTOCONTROLLO DELLE FUNZIONI MUSCOLARI E CARDIO-RESPIRATORIE;
- SAPER UTILIZZARE EFFICACEMENTE LA COORDINAZIONE GENERALE PER REALIZZARE GESTI TECNICI;
- SAPER UTILIZZARE IN MODO CREATIVO REPERTORI PERSONALI;
- SAPER MODULARE LE AZIONI TECNICHE IN CONTESTO SPAZIO/TEMPORALE VARIABILE;
- SAPER DECODIFICARE GLI ATTI MOTORI DI AVVERSARI E COMPAGNI E I GESTI DEGLI ARBITRI (IN RELAZIONE AI REGOLAMENTI);
- PARTECIPARE IN FORMA PROPOSITIVA ALLA SCELTE DI TATTICHE DI COMPETIZIONE;
- COMPRENDERE E CONOSCERE I REGOLAMENTI ASSUMENDO ANCHE IL RUOLO DELL'ARBITRO;
- SAPER GESTIRE SITUAZIONI DI GARA CON AUTOCONTROLLO, EQUILIBRIO E FAIR PLAY, RIFIUTARE QUALSIASI FORMA DI VIOLENZA;
- SAPER COMPRENDERE LE RISPOSTE ADATTATIVE DELL'ORGANISMO ALL'ATTIVITA' NEURO-PSICO-MOTORIA; COMPRENDERE LA CORRELAZIONE TRA CARICHI MOTORI, STATO DI SALUTE E ALIMENTAZIONE.

### INDICAZIONI DIDATTICHE (MEZZI/STIMOLI)

- ESERCIZI PER LA FORZA RAPIDA, PER LA RESISTENZA ANAEROBICA ALATTACIDA, PER LA RAPIDITA', PER LA MOBILITA' ARTICOLARE;
- ESERCIZI DI REAZIONE COMPLESSA;
- ESERCIZI DI COMPOSIZIONE MOTORIA RITMICAMENTE ORGANIZZATI;
- ESERCIZI DI GRUPPO;
- ESERCIZI DI GRUPPO CON SCAMBIO DI RUOLI;
- ORGANIZZAZIONE E CONTROLLO DELLA SICUREZZA ATTIVA E PASSIVA.
- PERCORSI;
- GIOCOSPORT.
- ESERCIZI TECNICI ELEMENTARI INTERATTIVI; ESERCIZI TECNICI ELEMENTARI DI PROBLEM SOLVING.

## METODI

- METODO LUDICO;
- METODO LIBERA ESPLORAZIONE;
- METODO PROBLEM SOLVING;
- METODO DELLE SERIE DI RIPETIZIONI ;
- METODO DELLE UNITA' SITUAZIONALI;
- METODO DEGLI ESERCIZI DI GARA ;
- PICCOLE COMPETIZIONI.

### MATERIALE DIDATTICO

- MATERASSINI componibili;
- OVER;
- CONI;
- CERCHI;
- PALLONI DI SPUGNA, ECC.

### VALUTAZIONE

*I TEST DI VALUTAZIONE SULLO SVILUPPO DELL'ATTIVITÀ NEUROCOGNITIVO MOTORIA VERRANNO CONCORDATI CON IL DOCENTE SCOLASTICO CURRICULARE DESIGNATO E SARANNO COSTITUITI PREFERIBILMENTE DA:*

- UN PERCORSO (SOMMINISTRAZIONE PERIODICA);
- UN GIOCO TECNICO (SOMMINISTRAZIONE PERIODICA);
- UN TEST TECNICO (SOMMINISTRAZIONE AL TERMINE).

*Questa struttura della valutazione verrà proposta in forma combinata come occasione di confronto nelle manifestazioni in forma di Giochi Sportivi Studenteschi.*

### *Manifestazioni Scolastiche Territoriali*

*Predisposti i nuovi Regolamenti delle tre Discipline Federali al fine di organizzare, in orario curriculare, manifestazioni di Gioco Sport e Giochi Sportivi Studenteschi di Judo, Lotta e Karate. La Federazione, per mezzo dei Comitati Regionali, supporterà organizzativamente le gare, fornendo le attrezzature ed il personale necessario al corretto svolgimento delle stesse.*

*Sempre in ambito di Manifestazioni Scolastiche, la Federazione è disponibile a fornire una propria proposta per arricchire ed integrare i programmi dei nuovi Giochi della Gioventù, organizzati dal*

*CONI in collaborazione con il MIUR, attraverso dei percorsi già presenti nei manuali didattici delle Discipline Federali ed inerenti le abilità atletiche e ginnico-espressive degli Alunni.*

*Seminari su Neuroscienze e Sport di Combattimento hanno lo scopo di illustrare l'importanza nel contesto situazionale dei processi decisionali in termini di adeguatezza e rapidità, come risultato di adattamenti corticali (aree visuo-spaziali, prefrontali e frontali, fronto-parietali e motorie) prodotti da una attività motoria progettata e programmata*

*secondo determinati protocolli in funzione di obiettivi generali e specifici (Judo, Lotta, Karate).*

## Eventi promozionali

*Queste manifestazioni a carattere puramente promozionale rappresentano per gli Alunni il momento del gioco e della messa in pratica delle attività apprese. Esse possono essere organizzate dai Comitati Regionali e Provinciali o dalle Società Sportive, anche in collaborazione con gli Istituti Scolastici, prevedendo differenti formule di svolgimento. In tali contesti vengono distribuiti gadget e materiale promozionale a tutti i partecipanti per renderle delle vere Feste dello Sport e del divertimento.*

**NB:**

*Gli Istituti Scolastici che vorranno aderire a tutte le suddette iniziative potranno anche affiliarsi gratuitamente alla Federazione e tesserare gratuitamente gli Alunni per lo svolgimento della sola attività non agonistica, anche con il supporto della Società Sportiva.*

## RISORSE E MATERIALI

*La Federazione, proseguendo la positiva esperienza dello scorso anno, in collaborazione con l'eventuale sponsor, potrà inviare attraverso i Comitati Regionali e le Società Sportive dei kit promozionali a tutti gli Istituti Scolastici che aderiranno alle attività ed ai progetti proposti secondo gli standard definiti e per un periodo di tempo minimo concordato.*

*Per le attività di promozione e per l'organizzazione dei Progetti nelle Scuole verranno predisposti opuscoli, manuali multimediali e DVD didattici di presentazione delle discipline federali e del Progetto, che saranno messi a disposizione di tutti gli Istituti Scolastici, degli Uffici Scolastici Territoriali e di tutte le Società Sportive, anche attraverso il Sito Internet Federale.*

*I Docenti della Scuola Nazionale Federale saranno a disposizione per l'organizzazione del Corso di Formazione Nazionale rivolto ai Docenti Scolastici, fornendo loro anche il necessario materiale didattico (manuali e DVD).*

## COMUNICAZIONE DEL PROGETTO:

- *Comunicati stampa che presentino l'attività e le diverse tappe;*
- *Area del sito internet federale dedicata al Progetto che aggiorni sulle varie iniziative (Corsi, Progetti, Eventi, Circolari, Modulistica, ecc.);*
- *Realizzazione di materiale divulgativo e promozionale;*
- *Utilizzo della Rivista Federale Athlon per la diffusione del Progetto a tutti gli affiliati e tesserati della Federazione;*
- *Comunicazione e diffusione del Progetto garantita dalle Strutture Periferiche federali e del Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca;*

*· Corsi di Formazione per Docenti Scolastici che, oltre a trasmettere contenuti didattici, contribuiscono alla diffusione del Progetto.*

*\* \* \* \* \**

*Il Presidente Federale  
Matteo Pellicone*