

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA «A. L. BOVIO FOGGIA»

ISTITUTO «SAN GIUSEPPE» – SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIA PARITARIE

Via Concetto Marchesi 48 71121-Foggia



Progetto Olimpiadi

Attività pomeridiane di atletica
(con momenti di ritmica e balli di gruppo)



per alunni di: SCUOLA DELL'INFANZIA – PRIMARIA – SECONDARIA 1° GRADO

Sede

Palestra e spazi esterni Istituto San Giuseppe, Parco San Felice

Proposta di calendario

rivedibile in base alle esigenze dei partecipanti

Lunedì e venerdì

4-5-6 anni	16:00/17:00
7-8-9-10-11 anni	17:00/18:00 divisi in due gruppi per età
12-13-14 anni	18:00/19:15

Costi

Quota mensile pro-capite di iscrizione e frequenza	€. 20,00
Quota mensile pro-capite per gli alunni dell'Istituto San Giuseppe	€. 15,00
Costo annuale di tesseramento pro-capite per tutti i tesserati	€. 20,00

Finalità

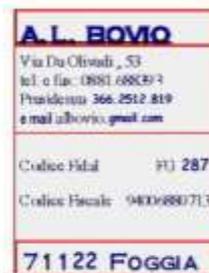
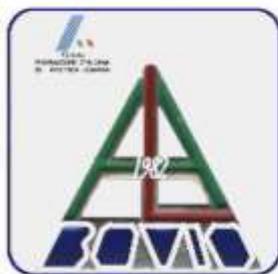
- Competenza *(imparare a migliorare le proprie abilità sportive)*
- Divertimento *(piacere che si ricava dal praticare quell'attività)*
- Affiliazione *(stare con amici e farsi nuovi amici)*
- Gruppo *(essere parte di un insieme)*
- Competere *(gareggiare, avere successo, vincere)*
- Forma Fisica *(sentirsi in forma e sentirsi più forte)*

Operatori

Personale specializzato con titolo accademico ed esperienza nel settore.

Per info e iscrizioni

prof. Nicola Caputo 329 432 9501



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA



"PROGETTO OLIMPIADI"



SERTO PER IL BENESSERE, PREVENZIONE E SICUREZZA IN EDUCAZIONE CORPOREA, MOTORIA, FISICA, SPORTIVA per gli alunni della

- | | | |
|-----------------------------------|---------------------|--------------------------------|
| 1. Scuola dell'Infanzia: | Campo di esperienza | "Il Corpo e il Movimento" |
| 2. Scuola Primaria: | | "Corpo, Movimento e Sport" |
| 3. Scuola Secondaria di 1° grado: | | "Educazione Fisica e Sportiva" |

INTRODUZIONE

Per **ricerca** del Benessere Motorio e Fisico si intende il coinvolgimento degli **alunni della Scuola dell'Infanzia, della Primaria e della Secondaria di 1° Grado**, che viene realizzato su livelli diversi quali la Scuola, le famiglie, la Fidal, la società AL Bovio, gli insegnanti, gli allenatori,.

Il progetto "**OLIMPIADI**" intende valorizzare gli scolari che devono avere la probabilità di apprendere gli elementi dello Sport e della Atletica Leggera.

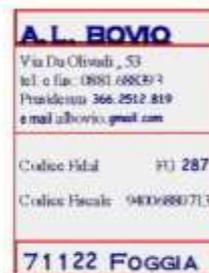
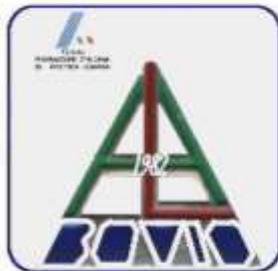
Le particolarità che distinguono i soggetti impegnati con lo Sport rappresentano nello stesso tempo:

1. l'identificazione delle caratteristiche dei risultati che un alunno ottiene impegnandosi nello Sport,
2. la valutazione sistematica, attraverso test e questionari, delle caratteristiche valide ai fini della previsione dell'evoluzione motoria, fisica e sportiva.



"PROGETTO OLIMPIADI"





ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA

IL PROGETTO "OLIMPIADI"

- E' una filosofia ed un veicolo di cambiamento.
- Pone al centro l'alunno, a partire dall'infanzia e per l'intero ciclo della vita.
- Tiene conto delle necessità degli atleti disabili nella progettazione e gestione di programmi sportivi.
- Delinea una chiara linea di sviluppo, a partire dal campo di gioco, al podio, al rimanere attivi per tutta la vita.
- Indica precise linee guida per pianificare la realizzazione ottimale dello scolaro in ciascuna fase di sviluppo.
- E' un modello integrato che riguarda lo sviluppo a lungo termine dell'alunno, sotto il profilo tecnico, tattico e comportamentale.
- Implica un progetto di insegnamento/apprendimento a lungo termine.
- Definisce i programmi sportivi relativi all'educazione motoria e fisica.

Il sistema di ricerca e promozione della crescita del benessere psico/fisico pluriennale (scuola dell'infanzia, primaria e di 1° grado) è **articolato in tre tappe**:

1. **La prima tappa** la possiamo definire con un carattere multilaterale, dove l'obiettivo è quello di determinare il livello delle capacità e abilità atletiche e motorie fondamentali di tutti gli alunni che desiderano praticare sport. Si punta:

- allo sviluppo multilaterale delle loro capacità motorie, con particolare accento su quelle coordinative;
- allo sviluppo fisico multilaterale;
- al miglioramento della Salute, del Benessere, della Sicurezza, della Prevenzione.

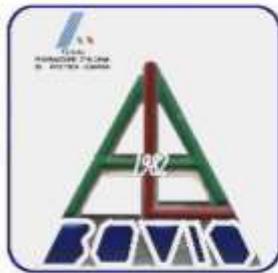
2. **La seconda tappa** determina l'attitudine per lo sport e per l'Atletica Leggera (camminare, correre, saltare, lanciare). L'obiettivo è quello di individuare gli alunni da un punto di vista motorio attraverso l'allenamento. Quest'ultimo deve mirare allo sviluppo di tutte le capacità motorie (organico/muscolari) che sono necessarie per l'Atletica Leggera e lo Sport.

3. **La terza tappa** ha come scopo il determinare quelle che sono le doti specifiche necessarie per lo Sport e l'Atletica Leggera. L'allenamento in questa tappa deve tener conto di una proporzione adeguata negli esercizi diretti alla preparazione generale e speciale.



"PROGETTO OLIMPIADI"





ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA

In definitiva si può affermare che si devono evidenziare i seguenti fattori relativi a:

- Competenza (imparare a migliorare le proprie abilità sportive).
- Divertimento (piacere che si ricava dal praticare quell'attività).
- Affiliazione (stare con amici e farsi nuovi amici).
- Gruppo (essere parte di un insieme).
- Competere (gareggiare, avere successo, vincere).
- Forma Fisica (sentirsi in forma e sentirsi più forte).

FASI DEL PROGETTO

Fasi	Specifico
1 Partenza attiva e valutazione d'ingresso (Corse, salti, lanci)	Attività postmeridiana presso l'Istituto San Giuseppe svolta da docenti/allenatori di Atletica Leggera laureati in Scienze Motorie e Sportive.
2 Apprendere i fondamentali e imparare ad allenarsi	Impegno dei gruppi di età 3/14 anni, suddivisi per pari età (Attività svolta dai docenti/allenatori di Atletica della A.L. Bovio Foggia laureato in Scienze Motorie)
3 Allenarsi a competere, valutazione sommativa e chiusura del progetto con consegna degli attestati.	Lezioni svolte presso la palestra, il cortile e gli spazi adeguati dell'Istituto San Giuseppe, il parco San Felice, il campo comunale di Atletica Leggera.

PREVISIONE DI SPESA

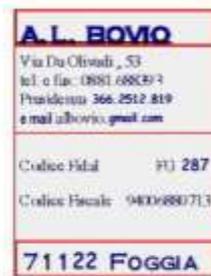
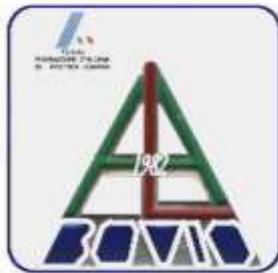
- Incasso quota mensile pro-capite di **iscrizione e frequenza** € **20,00**
- Incasso Quota mensile pro-capite **per gli alunni dell'Istituto San Giuseppe** € **15,00**
- Costo annuale di **tesseramento** pro-capite per tutti i tesserati € **20,00**

LINEE GUIDA DELLA PROGETTAZIONE MOTORIA PER ETA'



"PROGETTO OLIMPIADI"





**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA**

ANNI 3-4-5 CAMPO DI ESPERIENZA: IL CORPO E IL MOVIMENTO

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA

- Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia.
- Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé, di igiene e di sana alimentazione.
- Prova piacere nel movimento e sperimenta schemi posturali e motori, li applica nei giochi individuali e di gruppo, anche con l'uso di piccoli attrezzi ed è in grado di adattarli alle situazioni ambientali all'interno della scuola e all'aperto.
- Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.
- Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento.

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

TRE ANNI

- Riconosce e denomina le principali parti del corpo su di sé e sugli altri;
- esegue semplici percorsi seguendo le indicazioni date dall'insegnante;
- imita posizioni del corpo in modo intenzionale;
- controlla gli schemi motori di base (gattonare, camminare, strisciare, correre);
- utilizza oggetti e materiali messi a disposizione in modo corretto e attivo;
- collabora nelle attività igieniche di routine.

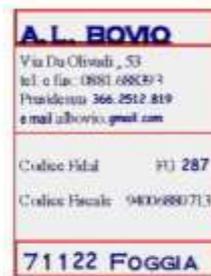
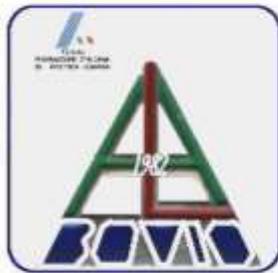
QUATTRO ANNI

- Denomina su sé stesso le parti del corpo e sugli altri e rappresenta il proprio corpo;
- imita posizioni del corpo in modo intenzionale;
- controlla gli schemi motori di base (rotolare, saltare, lanciare, ecc.) e si muove con sicurezza;



"PROGETTO OLIMPIADI"





**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA**

- posiziona il proprio corpo secondo riferimenti spaziali: sopra/sotto, in fila, davanti/dietro..;
- dimostra autonomia nella cura dei propri oggetti e ne conosce il loro utilizzo;
- utilizza in maniera corretta gli strumenti della palestra;
- inizia ad essere autonomo durante i momenti di routine;
- partecipa a giochi organizzati rispettando le regole:

CINQUE ANNI

- Riconosce e denomina le parti del corpo su di sé, sugli altri e su una immagine;
- rappresenta in modo completo la figura umana e la ricompone se divisa in più parti;
- coordina i movimenti della mano;
- controlla schemi dinamici segmentari e generali (afferrare, lanciare, tirare, spingere);
- controlla la posizione del corpo in equilibrio;
- inizia a distinguere la destra e la sinistra;
- si muove rispettando i comandi;
- ha cura della propria persona in modo autonomo e corretto;
- ha un comportamento corretto nell'uso dei servizi igienici;
- rispetta le regole dei giochi motori proposti;
- valuta il rischio in situazioni ludiche e motorie

SEI, SETTE, OTTO ANNI

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA

- Promuovere la conoscenza di sé, delle proprie potenzialità nella relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.
- Contribuire alla formazione della personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità.
- Consolidare stili di vita corretti e salutari.

OBIETTIVI EDUCATIVI E DI APPRENDIMENTO

- Consolidare gli schemi motori e posturali, coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati fra loro.



"PROGETTO OLIMPIADI"





**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA**

- Riconoscere e rinforzare la propria lateralità.
- Controllare e gestire le condizioni di equilibrio statico e dinamico.
- Orientarsi all'interno di uno spazio strutturato.
- Prendere coscienza della simmetria del corpo, riconoscere e denominare le parti del corpo su di sé e sugli altri.
- Usare il corpo a livello di gioco simbolico, mimare semplici situazioni.
- Giocare a coppie, giocare a gruppi (variando i compagni di gioco).
- Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature.
- Interagire con gli altri valorizzando le diversità.
- Partecipare ai primi giochi di squadra e alle prime esperienze di Atletica Leggera.
- Rispettare le regole dei giochi organizzati anche in forma di gara.
- Conoscere e rispettare il proprio corpo.
- Modulare la capacità di forza, di velocità e di resistenza adeguandola all'intensità e alla durata del gioco.

CONTENUTI

- Ascolto e osservazione del proprio corpo.
- Schemi motori e posturali via via più complessi e interagenti in funzione dell'Atletica Leggera.
- Conoscenza e gestione ragionata dello spazio e del tempo.
- Regole di vita, rispetto degli ambienti e criteri di sicurezza per sé e gli altri.
- Rispetto dei comandi e delle indicazioni (rispetto del proprio turno ecc.).
- Esperienze ritmiche.
- La cura del proprio corpo.
- Esercizi di equilibrio.
- I giochi sportivi e l'Atletica Leggera (prime conoscenze tecniche).
- Comunicazione e cooperazione in relazione con i compagni.
- Utilizzo adeguato e creativo degli strumenti e degli attrezzi.

NOVE, DIECI ANNI



"PROGETTO OLIMPIADI"





ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA

- Promuovere la conoscenza di sé, delle proprie potenzialità nella relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti.
- Contribuire alla formazione della personalità attraverso la conoscenza e la consapevolezza della propria identità.
- Consolidare stili di vita corretti e salutari.
- Promuovere il valore del rispetto delle regole .

OBIETTIVI EDUCATIVI E DI APPRENDIMENTO

- Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche.
- Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione.
- Organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri.
- Utilizzare modalità espressive e corporee anche attraverso forme di drammatizzazione.
- Conoscere ed applicare i principali elementi tecnici semplificati di discipline sportive in generale e dell'Atletica Leggera in particolare
- Partecipare attivamente all'Atletica Leggera e i giochi sportivi, organizzati anche in forma di gara, collaborando con gli altri, accettando la sconfitta, rispettando le regole, accettando la diversità, manifestando senso di responsabilità.
- Assumere comportamenti adeguati per la sicurezza nei vari ambienti di vita.
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, assumendo adeguati comportamenti e stili di vita salutistici.

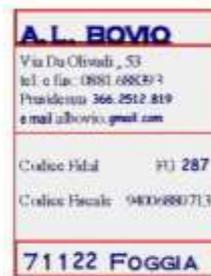
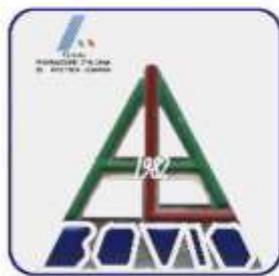
CONTENUTI

- Movimenti conosciuti e nuovi (inventati, prodotti in gruppo ecc.).
- Giochi ritmici e con il corpo.
- Uso di oggetti sportivi, attrezzi e strumenti.
- Giochi sportivi e Atletica Leggera (conoscenza tecnica di alcuni sport).
- Rispetto delle regole e delle diversità incontrate.
- Giochi collettivi. Attività ludiche individuali, a coppia, di gruppo e di squadra. Esercizi di equilibrio con attrezzi.



"PROGETTO OLIMPIADI"





**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA**

- Il Fanciullo acquisisce consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo e la padronanza degli schemi motori e posturali.
- Utilizza il linguaggio corporeo e motorio per comunicare i propri stati d'animo.
- Sperimenta una pluralità di esperienze che permettono di maturare competenze di GiocoSport e di GiocAtletica anche come orientamento alla futura pratica sportiva.
- Sperimenta in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.
- Agisce rispettando i criteri base di sicurezza per sé e per gli altri, sia nel movimento che nell'uso degli attrezzi.
- Riconosce alcuni essenziali principi relativi al proprio benessere psico-fisico legati alla cura del proprio corpo e a un corretto regime alimentare.
- Comprende, all'interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole l'importanza di rispettarle.

11, 12, 13 ANNI

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLA COMPETENZA

- Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo.
- Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva.
- Il gioco, lo sport, l'Atletica Leggera, le regole e il fair play

OBIETTIVI EDUCATIVI E DI APPRENDIMENTO

- Conoscere le proprie capacità motorie in condizioni facili e normali di esecuzione: accoppiamento /combinazione dei movimenti, differenziazione, equilibrio, orientamento, ritmo, reazione e trasformazione.
- Utilizzare e consolidare le proprie capacità in condizioni normali di esecuzione (equilibrio, orientamento, ritmo, accoppiamento/combinazione dei movimenti, differenziazione, reazione e trasformazione).
- Conoscere il livello di sviluppo e le tecniche di miglioramento delle capacità condizionali (resistenza, forza, velocità, mobilità articolare e allungamento muscolare). Dai giochi liberi e dall'Atletica Leggera alla consapevolezza degli obiettivi motori perseguibili sia nella attività spontanea che in quella sportiva strutturata; il valore del confronto e della competizione; l'attività sportiva come valore etico.
- Tecniche di espressione Corporea, Salute e Benessere, Prevenzione e Sicurezza, Rilassamento, Postura



"PROGETTO OLIMPIADI"





**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA "A. L. BOVIO FOGGIA"
ISTITUTO SAN GIUSEPPE CONGREGAZIONE SUORE PIE OPERAIE FOGGIA**

- Gestire in modo consapevole i propri stati d'animo; sapersi adattare alle situazioni circostanti mantenendo un comportamento adeguato e controllato.
- Conoscere e rispettare le regole dei giochi e degli sport praticati; acquisire i fondamentali individuali; saper svolgere alcune funzioni d'arbitraggio; riconoscere l'autorità dell'arbitro; introdurre e utilizzare regole idonee per la partecipazione di tutti al gioco; saper collaborare con i compagni e rispettare gli avversari; dare il giusto valore al risultato; saper accettare i propri limiti e migliorarli legalmente.
- Costruzione di uno stile di vita responsabile e dinamico; consapevolezza della propria efficienza fisica.
- Prendersi cura del proprio corpo; sapersi alimentare; rispettare i tempi di recupero; saper dedicare il tempo giusto al movimento necessario.

CONCLUSIONI

Il Progetto "Olimpiadi", si focalizza su quegli studenti che saranno impegnati nello sviluppo delle aree verbale e matematica e si basa su determinati assunti:

1. Gli studenti hanno bisogno di programmi sufficientemente stimolanti affinché possano esprimere completamente il loro potenziale.
2. Le valutazioni per età sono di cruciale importanza per valutare il livello di abilità e le conoscenze di ogni studente.
3. Gli studenti impegnati nello Sport incrementano di molto le abilità specifiche, conoscenze, interessi, motivazioni, obiettivi, personalità e stili di apprendimento.
4. Agli alunni deve essere data l'opportunità di interagire con pari dello stesso livello intellettuale.
5. Gli studenti hanno bisogno di modelli e mentori da seguire.

Foggia, 07 febbraio 2019



Il Presidente prof. Antonio Mazzilli



"PROGETTO OLIMPIADI"

