FIPA LIBERTAS

PROGETTO "SPORT A SCUOLA" DI PANCRAZIO

a cura del
Dott. Luciano Baderna

INDICE

Introduzione ..... pag. 1

Prefazione storico – culturale ..... pag. 1

Finalità del Progetto ..... pag. 7

Riconoscimento Commissione Europea ..... pag. 7

Impegno e contributo FIPA alla formazione dei giovani del futuro pag. 8

I punti cardini del progetto formativo ..... pag. 12

Scuola dell'infanzia pag.13

Scuola primaria ..... pag. 15

Scuola secondaria di 1° grado ..... pag. 19

Principali azioni coerenti al progetto ..... pag. 22

Strutture e materiali utili per la ricerca sperimentale ..... pag. 23

PROGETTO VERTICALE INTEGRATO CON I PROGRAMMI MIUR
Primo segmento del percorso scolastico:
scuola dell'infanzia
scuola primaria
scuola secondaria di primo grado

A SCUOLA CON IL PANCRAZIO

EDUCAZIONE E BENESSERE

ATTRAVERSO UN APPROCCIO NEURO-SCIENTIFICO
E
STORICO CULTURALE

Con il FINE di PROMUOVERE:
uno Sport, che ponendo particolare attenzione alle disabilità, contribuisca allo sviluppo di una nuova cultura sportiva, migliorando l'aggregazione, l'integrazione e la socializzazione favorendo il pieno sviluppo delle potenzialità di ciascun individuo.

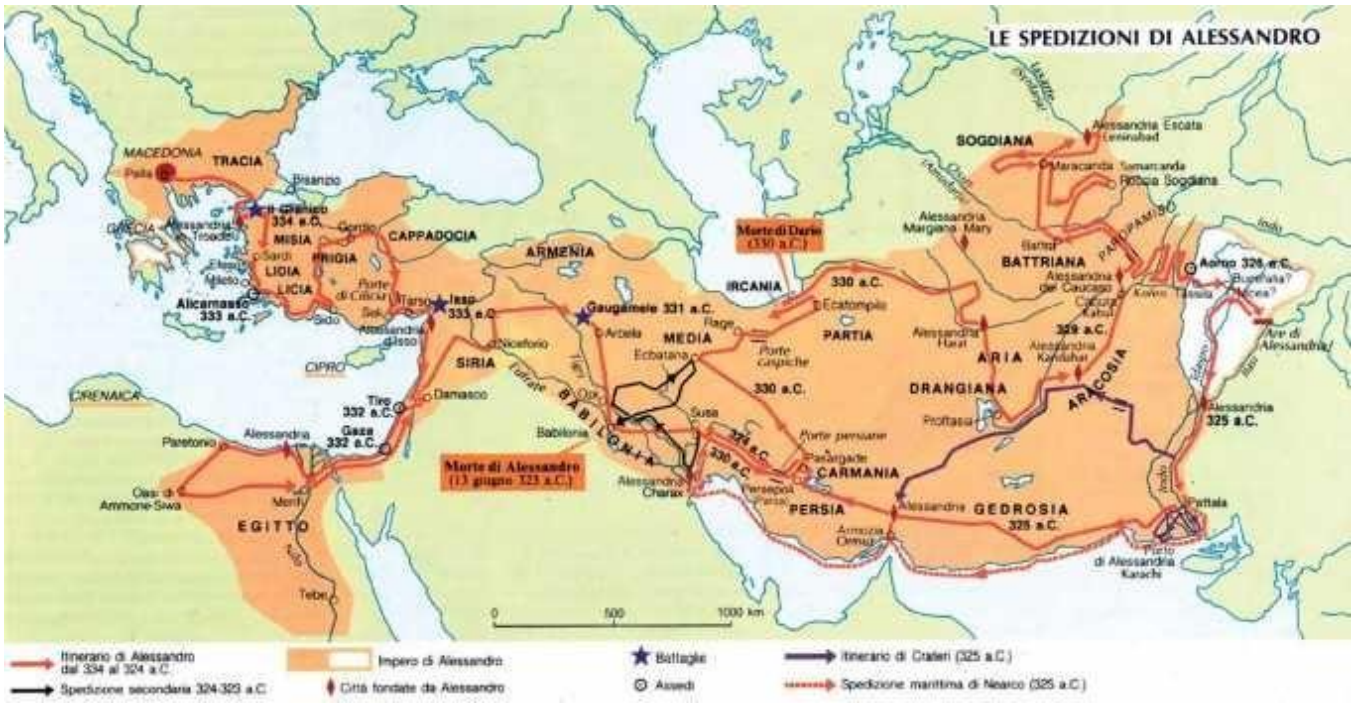
Lo sport ha il potere di cambiare il mondo. Ha il potere di suscitare emozioni. Ha il potere di unire le persone come poche altre cose al mondo. Parla ai giovani in un linguaggio che capiscono, lo sport può creare speranza dove prima c'era solo disperazione. E' più potente di qualunque governo nel rompere le barriere razziali. Lo sport ride in faccia ad ogni tipo di discriminazione.

(Nelson MANDELA)

Prefazione STORICO-CULTURALE della Disciplina
Tratto dal libro "Le origini delle arti marziali il Pancrazio" di Italo Morello

Il pancrazio, può essere giustamente considerato il padre di tutte le arti marziali così come oggi le conosciamo, anche se poi ebbero sviluppo enorme in oriente.
Nasce nell'antica Grecia come lotta antichissima ed elemento costitutivo del pentathlon antico insieme alla corsa, salto in lungo, disco e giavellotto, presente e codificato sin dalla prima olimpiade (776 a. C. Olimpia), appassionava per la sua spettacolarità le folle di Olimpia, dove i due contendenti si affrontavano a corpo nudo, cosparso di olio e due guanti molto esili e leggeri per coprire le nocche delle mani.

Studiare la sua storia e praticare la parte propedeutica delle sue tecniche, consente all'alunno praticante, di sviluppare capacità Neuro-Cognitivo-Motorie molto evolute e polivalenti, e offre la possibilità di un arricchimento storico-culturale facendoci riappropriare di un pezzo di storia che ci appartiene. L'approccio proposto inoltre, prevede l'interrelazione e l'interazione



collaborativa con i compagni, oltre all'acquisizione di coerenti comportamenti ispirati alla sicurezza ed al fair play.

Il Pancrazio è di origine greca e parzialmente anche nostra, visto che metà Italia faceva parte della Magna Grecia, per questo motivo, numerosi atleti italiani hanno partecipato agli antichi giochi Olimpici.
Il nome Pancrazio deriva da due vocaboli Pan = Tutto + Kratos = Forza, dunque tutta la forza. Il Pancrazio, nell'antica storia, è nato come forma di combattimento per la sopravvivenza, la sua antichità è dimostrata con dei riferimenti nell'Iliade e nelle storie del narratore da Orfeo risalendo al 4° - 5° secolo a. C. mentre i più antichi reperti archeologici risalgono al 2000 a.C.

Successivamente, il Pancrazio è stato una forma di combattimento per i soldati infatti Alessandro Magno addestrando le sue truppe con questa forma di combattimento, divennero imbattibili con le armi e senza, infatti riuscì a conquistare mezzo mondo, partendo dalla Macedonia e arrivando fino ai confini della Cina.

In seguito il Pancrazio divenne una disciplina di tutto rispetto e nel 648 a. C. fu introdotto nei programmi olimpici, esso veniva praticato da persone nobili e gente comune, infatti filosofi come **Platone e Aristotele erano lottatori di Pancrazio**.

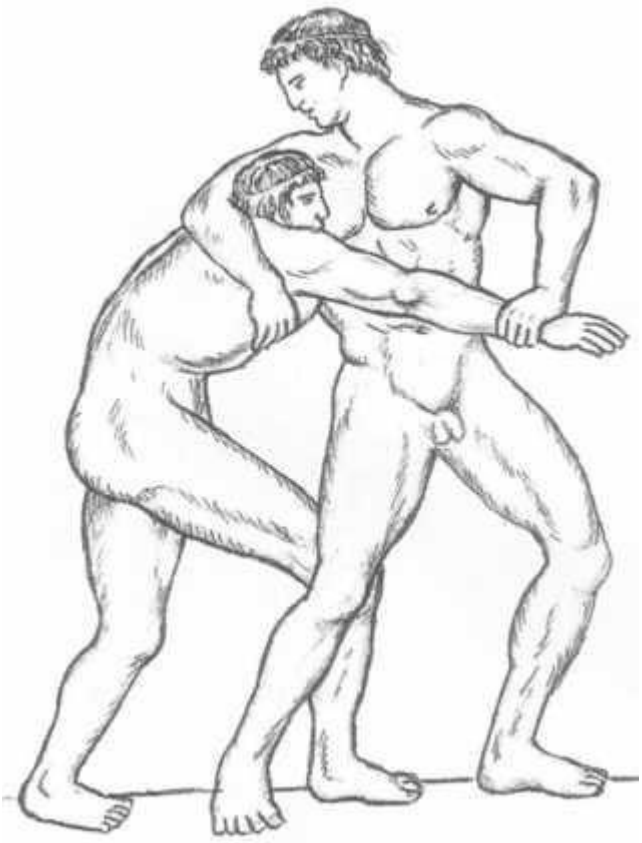
Addirittura dal 200 a.C. fino al 393 d.C. data in cui vennero sospese le Olimpiadi furono organizzate anche gare di Pancrazio per bambini. Gli atleti che prendevano parte alle competizioni, erano suddivisi in fasce di età, come emerge da un'antica iscrizione, la quale è stata scoperta nella Calcide. Le fasce erano cinque: 1) giovanissimi, 2) ragazzi; 3) efebi; 4) imberbi; 5) uomini. Filostrato ci riferisce che queste competizioni erano chiamate Eraclee.

Aristotele descrivendo le modalità di esercizi dei ragazzi affermava. "Fino alla giovinezza (adolescenza) è necessario che svolgano esercizi più leggeri, che sia fornito cibo rinvigorente e che limitino gli sforzi alla necessità, affinché non ci sia nessun impedimento alla loro crescita."

Aggiungiamo ugualmente anche la descrizione di Aristotele, delle capacità fisiche necessarie alla disciplina: "La virtù agonistica del corpo scaturisce dalla grandezza, dalla forza e dalla velocità".

Colui che è capace di slanciare le gambe in avanti è abile nella corsa, colui che è capace di stringere e prendere è abile nella lotta, colui che è abile nello spingere con il colpo è abile nel pugilato, colui che è abile in entrambe le cose è abile nel Pancrazio, colui che è abile in tutto è abile nel **pentathlon.**"

ALCUNE SCHEDE DI APPROFONDIMENTO STORICO/CULTURALE DELLE TECNICHE DI PANCRAZIO CHE TESTIMONIANO LA SUA ANTICHITA'



Dipinto su di un vaso del V secolo a. C. ed è custodito nel Museo di Villa Giulia, Cerveteri.

LA STORIA

L'arte della **ceramica** e della pittura vascolare raggiunse nella **Grecia antica** un alto livello di qualità artistica ed è anche una testimonianza privilegiata della vita e cultura degli antichi Greci.

I vasi greci sono pervenuti ai giorni nostri in gran numero, ma la quantità dei ritrovamenti ceramici rappresenta probabilmente solo un'infima parte della produzione dell'epoca, anche in considerazione del fatto che esistono oggi più di 50.000 vasi provenienti dalla sola Atene.

Questa immagine è stata tratta da un'anfora delle Panatenee del V secolo a.C. e si trova nel Metropolitan Museum, New York, (America).

LA STORIA

Le anfore panatenaiche sono anfore prodotte per contenere l'olio sacro che nell'antica Grecia veniva consegnato come premio agli atleti vincitori dei giochi panatenaici.

I Giochi Panatenaici erano un insieme di competizioni sportive che nell'antica Grecia si tenevano ogni quattro anni ad Atene. I giochi facevano parte di una più ampia serie di feste di carattere religioso, le Panatenee che si celebravano invece con cadenza annuale. Per i cittadini ateniesi i Giochi Panatenaici erano la competizione più prestigiosa, anche se in realtà non erano importanti come i Giochi olimpici o altri Giochi panellenici.

Statuetta bronzea di Eracle contro Busiride, periodo Romano, Museo archeologico nazionale di Atene, (Grecia)

LA STORIA

Dopo aver sconfitto Anteo, egli andò in Egitto e uccise Busiride, il re della regione, che era abituato ad uccidere gli stranieri che giungevano nella sua terra."

Eroe e semidio della mitologia greca, corrispondente alla figura della mitologia etrusca **Heracle** e a quella della mitologia romana **Ercole**. Figlio di Alcmena e di Zeus, egli nacque a Tebe ed era dotato di una forza sovrumana. Il patronimico poetico che lo definisce è Alcide, derivante da Alceo, suo nonno paterno putativo. La vicenda di questo eroe non è raccontata in una sola opera, ma ne sono state scritte molte che lo vedono protagonista, marginalmente o particolarmente. Celebri le sue incredibili imprese, quali ad esempio le dodici fatiche che lo vedono affrontare serpenti dalle molteplici teste, leoni dalla pelle impossibile da scalfire, uccelli in grado di sparare piume affilate come lame e molti altri mostri che l'eroe, sia per coraggio sia per astuzia, riuscì sempre a sconfiggere. Rimase imbattuto sino alla propria fine terrena, che avvenne dopo che egli si diede fuoco presso un rogo, dilaniato dal dolore che Deianira, sua moglie, ignara del tradimento del centauro Nesso, aveva causato intingendo la sua tunica in un veleno mortale. Nell'Ade andò solo la sua ombra: egli salì nell'Olimpo dove sposò Ebe, la coppiera degli dei e divenne il dio guardiano, ricongiungendosi perfino con Era, sua eterna nemica.

Maggiore eroe greco, divinità olimpica dopo la morte, Eracle fu venerato come simbolo di coraggio e forza, ma anche di umanità e generosità, anche presso i Romani. Era ritenuto protettore degli sport e delle palestre[1]. Fu onorato in numerosi santuari sparsi in tutta la Grecia e le sue tante imprese, espressione dell'altruismo e della forza fisica, lo fecero credere il fondatore dei Giochi olimpici antichi.

Busiride, crudele Re d'Egitto che sacrificava a Zeus tutti i viandanti, per propiziarsi la pioggia e buon raccolto. Anche Eracle avrebbe dovuto subire la stessa sorte ma riuscì a liberarsi e a uccidere Busiride.

FINALITÀ DEL PROGETTO

- ✓ Approfondire le conoscenze sul funzionamento neuro scientifico del controllo motorio e quindi dell'apprendimento (l'uomo ha conquistato la terra basandosi sulla sua capacità di apprendimento e sviluppando quindi funzioni modulari efficaci).
- ✓ Dimostrare la connessione tra sviluppo motorio e sviluppo delle capacità cognitive (memorie e funzioni esecutive).
- ✓ Dimostrare che intervenendo con un approccio neuro scientifico si riesce a influire positivamente sullo sviluppo cognitivo.
- ✓ Dimostrare che intervenendo sullo sviluppo motorio si influisce positivamente sullo sviluppo della socializzazione e sull'uso corretto della comunicazione non verbale.

F. I. P. A.

La Federazione Italiana Pancrazio Athlima (FIPA), d'ora in poi detta FIPA, è una Federazione Nazionale avente per scopo la diffusione del Pancrazio sportivo (Athlima) e del Belt Wrestling (lotta con presa alla cintura) in ogni sua espressione attraverso la promozione e l'organizzazione su tutto il territorio nazionale e mondiale di attività sportive dilettantistiche a carattere amatoriale, seppure con modalità competitive ed agonistiche nel rispetto delle normative vigenti, volte alla formazione fisica, morale, sociale e della salute dei cittadini, nonché di tutte le attività culturali, sociali, ricreative, salutistiche, del tempo libero, di formazione extrascolastica e del turismo sociale che possono contribuire all'arricchimento della persona umana;

LA FIPA persegue inoltre finalità assistenziali e di promozione sociale. Le attività sportive dilettantistiche, esercitate a carattere agonistico, dovranno rispettare quanto sancito dai regolamenti tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Associate di Arti Marziali; e attività sportive dilettantesche, esercitate a carattere promozionale, dovranno rispettare quanto sancito dai regolamenti tecnici degli Enti di Promozione Sportiva per il miglior raggiungimento delle finalità istituzionali.

LA FIPA è retta da norme statutarie e regolamentari ispirate al principio di partecipazione all'attività sociale da parte di chiunque, in condizione di uguaglianza e pari opportunità. Le funzioni della FIPA, in ambito sportivo**, sono svolte nel rispetto dei principi, delle regole e delle competenze del CONI, del CIO, della WPAC - UWW e della FIJLKAM.**

N.B: la FIPA ha il riconoscimento da parte della Commissione Europea
http://ec.europa.eu/sport/resources/networks_partners/national_sport_organisations_en.htm

IMPEGNO E CONTRIBUTO DELLA FIPA

ALLA FORMAZIONE DEI GIOVANI DEL FUTURO

La volontà della Federazione Italiana Pancrazio Athlima, d'ora in poi FIPA è quella di contribuire con il proprio impegno e nel **RISPETTO DELLE INDICAZIONI DEL CURRICOLO PER IL PRIMO CICLO D'ISTRUZIONE del MIUR**, allo sviluppo di una nuova cultura dell'educazione motoria e sportiva scolastica.

La FIPA, in termini progettuali, con questo Progetto ha elaborato per i ragazzi in età evolutiva un percorso educativo e formativo secondo le linee guida indicate dai programmi multimediali Progetti "Corpo, Movimento, Prestazione" ed "Educazione Motoria di Base", che furono elaborati a suo tempo da CONI e Istituto dell'Enciclopedia Italiana, recepiscono includendo anche le più recenti acquisizioni della Psicopedagogia e delle Neuroscienze Cognitive.
Ciò consentirà ai ragazzi in età scolare lo sviluppo di capacità Neuro-Cognitivo-Motorie molto evolute e polivalenti compatibili con le fasi sensibili dell'età evolutiva. La metodologia applicata pone particolare attenzione al contesto ludico tramite un approccio multilaterale e polivalente ponendo in primo piano lo sviluppo della coordinazione sociale attraverso la stimolazione della capacità di collaborazione e l'interrelazione con i compagni, favorendo l'acquisizione di comportamenti ispirati alla sicurezza e rispettosi delle diversità. 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.

ASPETTI EDUCATIVI DEGLI SPORT DA COMBATTIMENTO E DEL PANCRAZIO ATHLIMA GESTITO DALLA FIPA

Le arti marziali e gli sport da combattimento hanno da sempre tra gli obiettivi fondamentali, l'autocontrollo, l'autostima, la ricerca del benessere psico-fisico, la ricerca di uno sviluppo e crescita personale e il rispetto di questo valore anche per gli altri. Questo è quanto un Maestro di Arti Marziali nel rispetto del proprio allievo dovrebbe sviluppare. Tale obiettivo coincide anche con la moderna definizione di salute data dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità), cioè, "*uno stato di benessere fisico mentale e sociale e non la semplice assenza dello stato di malattia o infermità"*.
In continuità con la tradizione, l'obiettivo fondamentale è la proposta di un percorso di benessere psico-fisico quale costume culturale permanente, che determina un migliore livello di concentrazione dell'alunno e un'organizzazione mentale in grado di regolare sequenze psico-motorie caratterizzate da processi decisionali equilibrati ed efficaci della valutazione situazionale che consentano di assumersi responsabilità.
Puntando sull'interazione collaborativa e sul confronto con i compagni improntato al rispetto e fair play sarà possibile favorire lo sviluppo delle capacità di aggregazione e di socializzazione degli alunni

MOTIVAZIONE DELL'INTERVENTO

Il progetto FIPA, nasce con lo scopo di proporre alle scuole del **primo segmento del percorso scolastico** (scuola dell'infanzia, primaria e secondaria di primo grado) un mezzo

efficace (e collaudato) per fare educazione motoria e sportiva con un approccio multilaterale e polivalente.
Il gioco e l'attività sportiva, sono strumenti efficaci per aiutare i bambini e i giovani ad affrontare situazioni che ne favoriscano la crescita psicologica, emotiva, sociale, oltre che fisica.
La scuola, soprattutto a seguito dell'introduzione dell'**autonomia**, è sempre più punto di riferimento per la famiglia e per la società. Le famiglie dal canto loro, richiedono una scuola che sia un centro educativo il cui intervento vada oltre gli ambiti disciplinari.
Nella nostra società, emerge inoltre una preoccupante situazione di disagio dei giovani inseriti nella complessa realtà di un mondo globalizzato e multirazziale che li rende sempre più fragili e disorientati aumentando i problemi di comunicazione.
Il disagio giovanile determina difficoltà nel comportamento, ansia da prestazione, insicurezza di fronte alle situazioni da risolvere, attenzione sempre più ridotta, l'incapacità di orientarsi e un allarmante aumento dei disturbi specifici dell'apprendimento.
Le diminuite esperienze ludico-motorie imposte alla società contemporanea dalla nuova rivoluzione tecnologica industriale hanno causato nei bambini e nei giovani una scarsa percezione del proprio corpo che compromette l'equilibrato sviluppo delle loro capacità motorie, **fondamentali per l'incremento della conoscenza e dei concetti astratti** e che, inevitabilmente, provoca in loro una cattiva accettazione di sé stessi.
Infine è crescente la preoccupazione per l'adozione di non corretti stili di vita sempre più sedentari e per una cattiva alimentazione, che determinano un aumento considerevole dei casi di **obesità** e delle malattie ad essa collegate.

La scuola, per vocazione, si fa carico della formazione della persona ponendola al centro dell'azione educativa in tutti i suoi aspetti, di conseguenza è chiamata ad affrontare problemi non solo di tipo cognitivo ma anche di tipo affettivo e comportamentale e quindi ricerca metodologie che consentano di risolvere i problemi della crescita in tutti i campi esistenziali.
E' evidente che la scuola dell'obbligo ha la necessità di un appropriato potenziamento delle discipline motorie e di favorire lo sviluppo di comportamenti ispirati ad uno stile di vita sano.
Affrontare il **problema dell'ipocinesi** e di una **corretta educazione al movimento** e allo sport, significa effettuare un deciso intervento per **l'Educazione alla salute** in quanto educare i giovani in età evolutiva ad una corretta attività motoria e sportiva è un primo passo alla **lotta all'obesità**, problema sempre più diffuso tra i bambini occidentali che manifestano abitudini alimentari e di vita che sicuramente la favoriscono. L'obesità infantile è al contempo causa e conseguenza della scarsità di movimento, poiché un bambino obeso difficilmente accetterà il suo corpo quindi starà male con se stesso con la conseguenza di stare male anche con gli altri compromettendo la **socializzazione** in un periodo della vita in cui questa è fondamentale per lo sviluppo di una vita sociale futura soddisfacente. La scuola già da tempo si è posta come obiettivo la socializzazione, conscia dell'importanza che questa ha sull'**autostima** dei bambini e sull'acquisizione di una sicurezza che, ormai è dimostrato, influisce positivamente sulla motivazione al lavoro scolastico e sul raggiungimento di risultati scolastici soddisfacenti. Purtroppo molte **difficoltà scolastiche e di apprendimento** non hanno cause fisiologiche ma solo **cause sociali e motivazionali** e su queste la scuola è chiamata a fare tutto quanto è in suo potere per mettere tutti nelle condizioni ottimali per sfruttare al meglio le proprie potenzialità anche in vista di una società in continuo progresso.
La scuola, nel processo attuale in atto di **globalizzazione** è sempre di più **multirazziale** e quindi ad affrontare i problemi **di aggregazione, di socializzazione e di integrazione** di una massa sempre più complessa di alunni che necessariamente devono imparare a comunicare tra di loro e con gli altri non solo col registro linguistico ma anche con altri registri comunicativi come ad esempio il linguaggio corporeo e dei movimenti.
E' necessario quindi contribuire allo sviluppo una nuova cultura sportiva che operi per risolvere questi problemi e, non da ultimo, ridurre le distanze tra lo sport maschile e lo sport femminile, ponendo attenzione anche all'inclusione scolastica degli alunni con disabilità.

RUOLO ATTUALE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE

E' unanimemente riconosciuto che le attività motorie e sportive sono un mezzo efficace per promuovere la cultura del rispetto dell'altro e delle regole, sono veicolo di inclusione sociale e possono aiutare a contrastare le problematiche legate al disagio giovanile.
In questo quadro diventa un obbligo sociale e morale anche per le Associazioni e Federazioni sportive proporre alla scuola modelli di attività che contribuiscano a realizzare un appropriato percorso fisico motorio che stimoli lo sviluppo di comportamenti ispirati ad uno stile di vita sano con particolare riferimento all'educazione fisica, allo sport, alla corretta alimentazione, all'intercultura, alla dispersione scolastica.
La pratica e la cultura sportiva, possono contribuire a trasmettere valori quali la passione, il rispetto e la lealtà anche in situazioni concrete di gara sotto stress competitivo, a conoscere meglio se stessi e a forgiare i caratteri dei giovani mettendoli in grado di affrontare dei sacrifici in nome di un obiettivo, stimolandoli ad impegnarsi di più nello sport, nella scuola, nella società.

ALLENAMENTO, EDUCAZIONE, SOCIALIZZAZIONE
(manuale "A suola con la FIJLPIK")

"… L'allenamento è un insieme di pratiche progettate, programmate e organizzate, secondo procedure metodologicamente corrette, in funzione di obiettivi sportivi generali e specifici. Esso è il contesto altamente specialistico nel quale si realizza anche un'importante funzione educativa sociale e socializzante. Infatti, educare significa modificare in modo permanente e socialmente accettabile, secondo esigenze che vanno anche oltre il contesto specifico, il comportamento dei praticanti. Poiché il concetto di socializzazione esprime quell'insieme di processi interattivi dell'individuo all'interno di una collettività che trasforma il Genotipo in Fenotipo Sociale, ne consegue che gestire correttamente le situazioni di allenamento comporta necessariamente, fare anche opera educativa."
Le Discipline praticate nella FILKAM**,** quindi anche il Pancrazio**, "secondo una determinata ottica, attivano in modo molto efficace quell'insieme di processi che interessano positivamente tutte le dimensioni della personalità. Esse si basano su sistemi di regole che danno un preciso indirizzo e chiari limiti al comportamento dell'atleta in azione, sia sotto il profilo interrelazionale che sotto il profilo motorio. La connotazione più importante e di maggior valenza educativa e socializzante è l'organizzazione del comportamento motorio che si esprime per mezzo di azioni simbolicamente aggressive**
Tale condizione viene realizzata tramite un severo controllo delle azioni di attacco e di difesa, attiva e passiva, che mantiene la situazione all'interno di un elevato grado di sicurezza. I meccanismi che vengono attuati sono, i seguenti:

A) INTERAZIONE NEURO-COGNITIVO-MOTORIA B) COLLABORAZIONE E AFFIDAMENTO C) SOLIDARIETÀ …"

Il progetto, attraverso le sue diverse fasi, si prefigge pertanto di affrontare queste problematiche in modo scientifico e con una metodologia rigorosa senza peraltro avere la presunzione di risolvere i problemi una volta per sempre, ma aprendo un dialogo alla ricerca di trasmissione di competenze che attraverso la ricerca in itinere mettano in condizione gli operatori di affrontare i problemi nuovi nel momento in cui si presentano.
Tutto questo, come già sottolineato, **è reso possibile dall'autonomia scolastica** in cui perfettamente si inserisce il presente progetto tentando di dare una risposta concreta alle esigenze della scuola.

La possibile collaborazione si articola attraverso l'attuazione di tre fasi:
Corsi di formazione per gli operatori della scuola
Intervento diretto sulle classi
Ricerca sui risultati delle verifiche in itinere e dei test somministrati

I PUNTI CARDINI DEL PROGETTO FORMATIVO

- ✓ Proporsi come Partner della Scuola, insieme agli altri soggetti interessati, per il miglioramento della pratica motoria e della formazione globale dell'Alunno, definendo un percorso in continuità verticale, a partire dalla Scuola dell'Infanzia, tra la Scuola, le nostre Società Sportive e la Federazione
- ✓ Porre l'attenzione sui possibili sviluppi futuri della società civile attuale, tenendo presente i ruoli importanti che avranno per i giovani la cultura, il movimento e lo sport.
- ✓ Sviluppare una rete di rapporti per la realizzazione di progetti formativi integrati in ambito scolastico.
- ✓ Favorire corretti stili di vita che contrastino l'ipocinesi e l'obesità
- ✓ Favorire l'integrazione attraverso l'interrelazione e l'interazione collaborativa con i compagni e di rispetto dell'ambiente
- ✓ Ridurre le distanze tra lo sport maschile e lo sport femminile
- ✓ Favorire l'inclusione scolastica degli alunni con disabilità
- ✓ Determinare interazione tra Sport di Combattimento ed ambiti disciplinari in termini di conoscenze, abilità e competenze, che consentono di intervenire anche sul comportamento dell'Alunno
- ✓ Contribuire allo sviluppo di una diversa cultura dell'educazione motoria.

OBLIQUITA' DELLE ATTIVITA' LUDICO-MOTORIE E SPORTIVE PROPOSTE

Tutte le attività vengono proposte favorendo le opportunità di successo personale, quindi tenendo sempre presente il concetto dell'"obliquità" dell'offerta formativa ("condizione nella quale ciascun bambino vive il successo della propria azione, qualunque siano le sue capacità" Serafino Rossini, 2002). In questo modo è possibile interagire con il gruppo-classe con attività che permettano a tutti di lavorare.

SCUOLA DELL'INFANZIA

L'acquisizione di corretti stili di vita e di una sana e permanente educazione sportiva appartengono ormai alla cultura del sapere motorio, così come la grande importanza che l'educazione motoria riveste nella formazione integrale della persona sin dalla primissima infanzia. Il bambino, infatti dapprima interiorizza gli schemi posturali e motori di base con i riferimenti spazio temporali attraverso l'elaborazione delle informazioni senso-percettive prodotte dalle proprie esperienze motorie e gli stessi dati, attraverso un processo di simbolizzazione, diverranno strumenti operativi del pensiero. L'educazione motoria nella scuola dell'infanzia, oltre a facilitare l'apprendimento di un corretto comportamento motorio, agendo sull'organizzazione globale e segmentaria del piccolo alunno, permette di approfondire la conoscenza del sé, del sé e l'altro, attraverso la relazione, l'interrelazione, la collaborazione e la comunicazione di sentimenti e di bisogni con i pari e con gli adulti.

L'attività psicomotoria proposta nel progetto, si fonda sulla relazione e si realizza attraverso il corpo e il movimento, utilizzando come struttura privilegiata il gioco che stimola il piacere di fare, la fantasia e la creatività, con attività che spronino gli alunni alla ricerca delle soluzioni per prove ed errori, aggiungendo alcune delle regole e dinamiche di gestione derivate dal Pancrazio**.**

Durante tutto il percorso pedagogico operativo, **fondamentale per l'insegnante è l'osservazione** di come vengono eseguiti gli schemi motori, le reazioni alle attività proposte e le dinamiche di gruppo che si scatenano durante le interrelazioni collaborative o oppositive. Tale costante osservazione fornisce dati relativi all'effettiva coscienza che il bambino ha di sé e del suo adattamento all'ambiente, per cui l'insegnante registrando tutta una serie di comportamenti motori e relazionali che il piccolo alunno invia con il corpo e il movimento, può **valutare** e programmare al meglio in funzione degli obiettivi di apprendimento modulando e reinventando là dove si presentassero delle difficoltà.

L'insegnante della scuola dell'infanzia assume in questo contesto, la caratteristica di animatore e mediatore culturale, con competenze metodologiche e didattiche affiancate a preparazione e competenze specifiche della disciplina.

L'alunno inoltre, durante le attività motorie svolte, si dovrà sentire rassicurato nel trovare spazi, luoghi, tempi e materiali a lui consoni, come ad esempio l'operare su una superficie composta da materassini componibili, che sono un vero e proprio **"materiale didattico indispensabile"** per lo sviluppo delle funzioni neuro cognitivo motorie. Essi infatti, sono concepiti in modo da consentire la gestione di una attività che renda possibile coinvolgere contemporaneamente tutti i soggetti che compongono la classe evitando tempi morti e attese difficilmente gestibili.

(aforisma di Confucio)

“Se ascolto, dimentico; se guardo, ricordo; se faccio, capisco”

FINALITA’ DEI TRAGUARDI DELLE COMPETENZE
(indicazioni nazionali 2012)

- L’alunno 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

- **3 ANNI**

➢ Sviluppo delle funzioni senso percettive, riconoscere e nominare le parti del corpo e conoscere le possibilità motorie del proprio corpo.

- **4 ANNI.**

Presa di coscienza del proprio corpo, musica e movimento, lavoro a coppie.

- **5 ANNI**

- Controllo degli schemi motori e posturali di base, equilibrio, coordinazione oculo-manuale e podalica, giochi di coppie e di gruppo organizzati con regole riconosciute e rispettate,
- Rappresentare il corpo fermo e in movimento.

➢ Scoperta della varietà delle differenze tra i popoli e le culture, riflessione sulle ricchezze di queste diversità.

INDICAZIONI DIDATTICHE, MEZZI

- Giochi imitativi con e senza brani musicali, liberi, guidati, di collaborazione, di contatto, simbolici, popolari, di equilibrio, gioco-dramma...
- Percorsi con molteplici varianti.

VERIFICA
La verifica è effettuata sulla base di osservazioni sistematiche.

SCUOLA PRIMARIA

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
(indicazioni nazionali 2012)

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, il fair play;
Sicurezza e prevenzione, salute e benessere;

N.B. Con la finalità di orientare in modo metodologicamente corretto gli operatori scolastici e nel rispetto delle "fasi sensibili" come momento ideale per lo sviluppo delle funzioni neuro cognitivo motorie in età evolutiva, anche se non previsti dalle indicazioni nazionali del 2012 vengono strutturati e proposti gli:

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE TERZA DELLA SCUOLA PRIMARIA

- Capacità di discriminazione percettiva (esterocettiva e propriocettiva);
- Coordinare e utilizzare diversi schemi posturali e motori combinati tra loro;
- Controllare e gestire l'equilibrio del proprio corpo in condizioni statiche e dinamiche;
- Strutturazione e organizzazione del movimento secondo categorie spazio-temporali e a strutture ritmiche;
- Riconoscere e riprodurre semplici sequenze ritmiche con il proprio corpo e con attrezzi;
- Utilizzare in modo personale il corpo ed il movimento per esprimersi e comunicare;
- Giochi di movimento e presportivi individuali e di squadra e di opposizione mediata e o diretta situazionali di opposizione cooperando e interagendo rispettando le regole consapevoli del valore delle stesse;
- Giochi regolamentati con e senza attrezzi;
- Percepire e riconoscere sensazioni di benessere legate all'attività ludico-motoria.
- Differenze tra i popoli e le culture, riflessione sulle ricchezze di queste diversità

INDICAZIONI DIDATTICHE, MEZZI:

- Esercizi posturali di base (Canali System);
- Esercizi a carattere generale in decubito e in piedi;
- Esercizi per l'equilibrio di piccola acrobazia, rotolamenti, tecniche di caduta autoprotettive;
- Esercizi di ritmo;
- Esercizi posturali finalizzati;
- Esercizi per la mobilità articolare;
- Esercizi interattivi con attrezzi, palla, partner.;
- Percorsi singoli, paralleli, differenziati, a staffetta, a gara individuali o di squadra
- Giochi, giochi di destrezza, giochi di "prese", giochi tecnici, giochi individuali, collettivi, di gruppo, di squadra;
- Fondamentali delle specialità compatibili con le fasi sensibili;
- Prove multiple

METODI

- Metodo ludico;
- Metodo della correzione reciproca
- Metodo della scoperta guidata
- Metodo per contrasti
- Metodo per assegnazione dei compiti
- Metodo per metafore
- Metodo libera esplorazione;
- Metodo problem solving.

MATERIALE DIDATTICO

- Materassini componibili;
- Over;
- Coni;
- Cerchi;
- Palloni di spugna, ecc.

VALUTAZIONE

I test di valutazione verranno concordati con il Docente scolastico curriculare designato e saranno costituiti preferibilmente da:

- Un Test posturale con il metodo Canali System (somministrazione periodica);
- Un Percorso (somministrazione periodica);
- Un Gioco Tecnico (somministrazione periodica);
- Un test tecnico (somministrazione al termine).

La valutazione verrà proposta in forma combinata nelle manifestazioni in forma di "Gioco Sport-Scuola Pancrazio Athlima"

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA DELLA SCUOLA PRIMARIA

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO AL TERMINE DELLA CLASSE QUINTA DELLA SCUOLA PRIMARIA:
(indicazioni nazionali 2012)

- Capacità di realizzare movimenti complessi Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea **(correre/saltare, afferrare/lanciare, ecc.)**;
- Capacità di discriminazione percettiva in contesto variabile e di interazione dinamica con l'ambiente, gli oggetti e gli altri;
- Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri**;**
- Capacità di realizzare movimenti scanditi con l'uso di colonne sonore elaborando ed eseguendo semplici sequenze di movimento o semplici **coreografie individuali e collettive;**
- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di alcuni fondamentali discipline FIPA, nello specifico del Gioco Sport Scuola Pancrazio Athlima**;**
- Saper utilizzare numerosi giochi derivanti dalla tradizione popolare applicandone indicazioni e regole;
- Capacità di collaborare con gli altri partecipando attivamente alle varie forme di gioco organizzate anche in forma di gara;
- Conoscere le regole e saperle comprendere nelle loro finalità, condividerle e rispettarle;
- Rispettare le regole nella competizione sportiva; **-** saper accettare la sconfitta con equilibrio, e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando senso di responsabilità;
- Capacità di agire in sicurezza per salvaguardare sé e gli altri;
- Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza per sé e per gli altri nei vari ambienti di vita;
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita;
- Acquisire consapevolezza e comprensione delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti determinati dall'esercizio fisico;
- Differenze tra i popoli e le culture, riflessione sulle ricchezze di queste diversità e sul ruolo che riveste lo sport nel rompere le barriere razziali, culturali e sociali

INDICAZIONI DIDATTICHE, MEZZI:

- Esercizi posturali metodo Canali System
- Esercizi per la forza rapida, per la resistenza aerobica e anaerobica alattacida, per la rapidità;
- Esercizi di equilibrio, piccola acrobazia, rotolamenti, tecniche di caduta autoprotettive;
- Esercizi per la mobilità articolare;
- Esercizi con attrezzi, palla, partner;
- 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;
- Percorsi singoli, paralleli, differenziati, a staffetta, a gara individuali o di squadra
- giochi, giochi di destrezza, giochi di “prese”, giochi tecnici, individuali, collettivi, di gruppo, di squadra;
- fondamentali delle specialità compatibili con le fasi sensibili;
- prove multiple
- Organizzazione e controllo della sicurezza attiva e passiva.

VALUTAZIONE

I test di valutazione verranno concordati con il Docente scolastico curriculare designato e saranno costituiti preferibilmente da:

- Un Test posturale con il metodo Canali System (somministrazione periodica);
- 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.

SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

TRAGUARDI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE
(indicazioni nazionali 2012)

- consapevolezza delle proprie competenze motorie sia nelle valenze nei punti di forza che nei limiti
- utilizzo del le abilità motorie e sportive acquisite adattandole al il movimento in situazione
- utilizzo degli aspetti comunicativo-relazionali del linguaggio motorio per entrare in relazione con gli altri (il pensiero situazionale / tattico;)
- rispetto delle regole, rispetto, fair play
- riconoscere, ricercare e applicare a se stesso comportamenti di promozione dello “star bene” in ordine a un sano stile di vita e alla prevenzione
- rispettare i criteri base di sicurezza per se e per gli altri
- collaborazione, integrazione, assunzione di responsabilità impegno per il bene comune

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO (Classi 1- 2 – 3)

- Saper utilizzare efficacemente la coordinazione generale per realizzare gesti tecnici;
- Saper utilizzare in modo creativo repertori personali per risolvere situazioni nuove o inusuali;
- Saper modulare utilizzare e correlare le azioni tecniche in contesti spazio-temporali variabili;
- Saper decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco e di sport-scuola gli atti motori di avversari e compagni e i gesti degli arbitri (in relazione ai regolamenti);
- Saper decodificare i gesti arbitrali in relazione all'applicazione dei regolamenti;
- Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste in forma originale e creativa, proponendo anche varianti;
- Partecipare in forma propositiva alla scelta di tattiche di competizione mettendo in atto comportamenti collaborativi;
- Comprendere, conoscere e applicare i regolamenti assumendo anche il ruolo dell'arbitro;
- Saper gestire situazioni di gara con autocontrollo, rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta;
- Equilibrio e fair play, rifiutare qualsiasi forma di violenza;
- Saper disporre, utilizzare e riporre correttamente gli attrezzi salvaguardando la propria e l'altrui sicurezza;
- Saper adottare comportamenti appropriati per la sicurezza propria e dei compagni anche rispetto a possibili situazioni di pericolo;
- Praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici;
- Conoscere ed essere consapevoli degli effetti nocivi legati all'assunzione di integratori, di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool).
- Differenze tra i popoli e le culture, riflessione sulle ricchezze di queste diversità e sul ruolo che riveste lo sport nel rompere le barriere razziali, culturali e sociali

INDICAZIONI DIDATTICHE (MEZZI/STIMOLI)

- Esercizi posturali metodo Canali System;
- Esercizi per la forza rapida, per la resistenza aerobica e anaerobica alattacida, per la rapidità;
- per la mobilità 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 singoli, paralleli, differenziati, a staffetta, a gara individuali o di squadra
- Giochi, giochi di destrezza, giochi di "prese", giochi tecnici, individuali, collettivi, di gruppo, di squadra;
- Esercizi tecnici elementari interattivi;
- Esercizi tecnici elementari di problem solving.
- Esercizi tecnici elementari interattivi;
- Esercizi tecnici elementari di problem solving.
- Gioco Sport-Scuola Pancrazio Athlima;

METODI

- Metodo ludico
- Correzione reciproca
- Scoperta guidata
- Per contrasti
- Assegnazione dei compiti
- Per metafore
- Metodo libera esplorazione
- Metodo problem solving
- Metodo delle serie di ripetizioni;
- Metodo delle unità situazionali;
- Metodo degli esercizi di gara;
- Piccole competizioni.

MATERIALE DIDATTICO

- Materassini componibili;
- Over;
- Coni;
- Cerchi;
- Palloni di spugna, ecc.

VALUTAZIONE:

I test di valutazione verranno concordati con il Docente scolastico curriculare designato e saranno costituiti preferibilmente da:

- Un Test posturale con il metodo Canali System (somministrazione periodica);
- 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."

RICERCA SUI RISULTATI DEI TEST SCIENTIFICI SOMMINISTRATI
(previo accordo con il corso di Laurea in Scienze Motorie di Parma)

OBIETTIVI:

1. L'analisi della camminata (Gait Analysis) per stabilire eventuali patologie a carico del sistema nervoso e/o muscolo-scheletrico.
2. Approfondire le conoscenze sul funzionamento neuro scientifico del controllo motorio e quindi dell'apprendimento (l'uomo ha conquistato la terra basandosi sulla sua capacità di apprendimento e sviluppando quindi funzioni modulari efficaci.)
3. Dimostrare la connessione tra sviluppo motorio e sviluppo delle capacità cognitive (memorie e Funzioni esecutive);
4. Dimostrare che intervenendo con un approccio neuro scientifico si riesce a influire; positivamente sullo sviluppo cognitivo;
5. Dimostrare che intervenendo sullo sviluppo motorio si influisce positivamente sullo sviluppo della socializzazione e sull'uso corretto della comunicazione non verbale;

PRINCIPALI AZIONI COERENTI AL PROGETTO

	TITOLO	Tipologia di finanziamento
	FORMAZIONE: **A) Un'attività sportiva *scolastica* vissuta compiutamente che ha visto e prevede una partecipazione** **A VARI LIVELLI** Classe, interclasse, interistituto (ore curriculari, laboratori e/o Centri Sportivi Scolastici) Gare e/o manifestazioni a vari livelli (comunali, provinciali ecc.…) con lo scopo di verificare il livello di accettazione sociale dell'attività e di individuare eventuali correttivi nell'organizzazione o nella proposta Possibilità di poter partecipare a camp estivi **Formazione:** Tecnici federali, studenti di scienze motorie, personale docente. **RICERCA:** Svolta attraverso la Formazione di un Centro Studi per la raccolta ed elaborazione dati derivanti dal monitoraggio delle classi coinvolte sulla valutazione dei test somministrati **SPERIMENTAZIONE** Condotta sui seguenti fronti (da definire) Sperimentazione di uno sviluppo interdisciplinare dell'esperienza Utilizzare l'alfabetizzazione motoria per educare alla comunicazione Favorire le relazioni interpersonali Sviluppare un maggiore adattamento all'ambiente e alle sue modifiche Sviluppo interdisciplinare dell'esperienza Rafforzamento dell'integrazione dei giovani attraverso interscambi culturali nazionali ed internazionali	

STRUTTURE E MATERIALI UTILI PER LA RICERCA SPERIMENTALE

	Tipologia	Descrizione
	1 Materassina	Tatami Numero di cellule consigliate, min №.64 (8m x 8m) ottimale №100 (10m x 10m) con spessore minimo di 2 cm
	Materiale per i TEST	Da concordare
	Materiale DIDATTICO	Materassini componibili; over; coni; cerchi; palloni di spugna, ecc..
	Materiale PUBBLICITARIO	Da concordare
	STRUTTURE utilizzate	Palestra, Palazzetto, Aule