

## PROGETTO “GINNASTICA A SCUOLA”

Il Comitato Provinciale di Verona della FGI (Federazione Ginnastica d'Italia), il Comitato provinciale CONI di Verona, L'Associazione Ed.Res. (ente gestore delle scuole Gavia e Braida di Verona), la Fondazione “M. Bentegodi” in collaborazione con il CSA di Verona, organizzano un corso di aggiornamento per insegnanti della scuola Primaria sulle modalità di insegnamento della ginnastica nella scuola Primaria.

L'aggiornamento si articola in 3 fasi successive:

- a) un breve corso, costituito di lezioni teoriche ed esemplificazioni pratiche, che si terrà presso la sede della Fondazione “M. Bentegodi” nei giorni di sabato del mese di ottobre a partire dal giorno 5, di cui segue un programma dettagliato;
- b) un programma successivo di affiancamento, da parte di qualificati istruttori di ginnastica, agli insegnanti delle scuole Primarie che ne faranno richiesta nei mesi di novembre e dicembre;
- c) Una serie di giornate conclusive denominate “Feste della Ginnastica” nell'ambito del programma del Comitato provinciale CONI di Verona “GIOCOSPORT” nei mesi aprile – maggio 2008

L'obiettivo del corso e del programma di affiancamento è quello di fornire agli insegnanti della scuola Primaria le istruzioni per far affrontare ai propri alunni, in completa sicurezza, alcuni movimenti tipici della ginnastica, che fanno parte di un bagaglio motorio di base e che, di conseguenza, risultano propedeutici a qualunque tipo di sport e possiedono una grande rilevanza pedagogica.

L'affiancamento, che è stato sperimentato con successo nello scorso mese di maggio in una scuola statale e in una paritaria della città di Verona, si articola in 3 lezioni con cadenza settimanale o quindicinale e non richiede particolari attrezzature da parte della scuola in cui si realizza.

Sia il corso che il programma di affiancamento non prevedono alcun costo per i partecipanti e per le scuole che aderiranno. I costi per la realizzazione del progetto saranno sostenuti dall'Associazione Ed. Res.

L'adesione al corso, tramite l'allegata scheda di iscrizione, deve essere inviata a:  
Ufficio Educazione fisica e sportiva dell'U.S.P. (telefono 045 8086583; fax 045 8086581;  
e-mail [uffedfiscavr@istruzioneeverona.it](mailto:uffedfiscavr@istruzioneeverona.it))  
Comitato Provinciale CONI Verona Fax 045 8030646 - e-mail: [verona@coni.it](mailto:verona@coni.it).

**Entro il 9 novembre 2007**

## **Calendario corso**

**1° Incontro** – Sabato 17 novembre 2007

**Ore 09.00**

Saluto d'apertura Dirigente USP di Verona, Dott. Giovanni Pontara  
Saluto del Presidente Provinciale del CONI, Arch. Stefano Braggio

**Ore 09.30**

- Lo sviluppo delle abilità progettuali nell'ambito delle scienze motorie e sportive.
- Lo studio e lo sviluppo dei Progetti promossi dall'Ufficio Scolastico Provinciale-Educazione fisica di Verona. (*Coordinatore Ed. Fisica Prof. Tiziano Cordioli*)

**Ore 10.30** Pausa

**Ore 10.45**

- Sport e Scuola. Ambiti di Intervento e collaborazione con il CONI.
- Il ruolo del Gioco e dello Sport nel Processo formativo dell'alunno  
(*Dott. Giovanni Battocchio Rappresentante CONI*)

**Ore 11.45**

- Gioco e sport: spunti di lavoro per la strutturazione di Moduli di apprendimento.
- L'avviamento alla pratica motoria e sportiva scolastica del GIOCO ATLETICA  
(*Prof. Alessandro Albrizzi Facoltà Scienze Motorie Verona*)

**Ore 13.00** Termine 1° incontro

## **2° Incontro - Sabato 24 novembre 2007**

### **Ore 09.00**

- Apertura lavori prof. Tiziano Cordioli – USP Verona

### **Ore 09.30**

- Rilevanza pedagogica dell'insegnamento della ginnastica  
(*Prof. Daniele Marazzina,*)

### **Ore 10.30**

- Strumenti, mezzi ed operatività per Giochi collettivi di movimento e di relazione
- L'avviamento alla pratica motoria e sportiva degli **SPORT DI SQUADRA**  
(*Prof. Francesco Piscitelli Facoltà Scienze Motorie Verona*)

### **Ore 11.45**

- Utilità dell'apprendimento degli elementi di base della ginnastica per la costruzione di un più completo schema motorio e loro inserimento nella lezione scolastica.  
(*Prof. Roberto Girelli*)

### **Ore 12.45 Termine 2° incontro ( Per la pausa pranzo sarà offerto un rinfresco ai partecipanti a cura del Comitato provinciale CONI)**

## **3° Incontro - Sabato 24 novembre 2007**

### **Ore 14.30**

- La specificità e la trasversalità delle Scienze motorie e sportive.
- Difficoltà di apprendimento, rendimento scolastico e acquisizione di competenze
- L'attività ludico-motoria -sportiva come occasione privilegiata di inclusione – integrazione degli alunni con disabilità
- L'esperienza sportiva e ludico- espressiva come strumento di comunicazione interculturale (*Prof.ssa Monica Magnone Uff. Ed. Fisic a- USP Verona*)

### **Ore 15.30**

- Trasferimento in palestra e consegna delle dispense
- Attività motorie di base e coordinative  
(*Prof.ssa Margherita Dusso*)

### **Ore 16.30**

- Ginnastica artistica didattica degli elementi di base
- Capovolte avanti e indietro - Ruote e verticali
- Volteggio sui materassoni e col cavallo  
(*Prof. Roberto Girelli*)

### **Ore 17.30**

- Presentazione della richiesta di affiancamento
- Ginnastica ritmica: didattica degli elementi di base con gli attrezzi più semplici  
(*Prof.ssa Margherita Dusso*)

### **Ore 18.30**

- Presentazione della giornata di GIOCOSPORT: "Festa della ginnastica"

### **Ore 18.40 Termine del corso e consegna degli attestati di partecipazione**

**MOTIVAZIONI PEDAGOGICHE  
PER L'INSEGNAMENTO DELLA GINNASTICA NELLA SCUOLA PRIMARIA**

1. La migliore pedagogia ha sempre sottolineato l'importanza della *corporeità* come elemento basilare per l'apprendimento e per la crescita armonica ed equilibrata della persona.
2. Anche l'attuale riforma della scuola si colloca in questa linea. Si osservi, per esempio, la seguente citazione da uno dei documenti di riferimento più importanti, il PECUP (Profilo educativo e culturale dello studente alla fine del primo ciclo dell'istruzione): alla fine del primo ciclo di istruzione il ragazzo *“conosce il proprio corpo e, in maniera elementare, il suo funzionamento; padroneggia le conoscenze e le abilità che, a partire dalle modificazione dell'organismo, consentono, mediante l'esercizio fisico, l'attività motorio-espressiva, il gioco organizzato e la pratica sportiva individuale e di squadra, un equilibrato ed armonico sviluppo della propria persona...”*
3. Tutti gli sport, naturalmente, favoriscono questi aspetti, ma la ginnastica lo fa in un modo particolarissimo e caratteristico, che può essere sintetizzato nei punti seguenti:
  - a. Negli stadi iniziali (quelli che si insegnano nella scuola primaria), la ginnastica è una pratica sportiva “generalista”, poco specializzata, particolarmente adatta ad ampliare il bagaglio motorio e cognitivo di base; come tale risulta propedeutica a tutti gli sport.
  - b. E', in secondo luogo, una disciplina che aiuta ad avere una particolare consapevolezza del proprio corpo. Si pensi alla tradizionale tecnica con cui viene insegnato un movimento (ad es. una ruota): spiegazione verbale, visualizzazione, prova pratica, correzioni successive da parte dell'insegnante. Si tratta di una continua interazione tra il piano della percezione psichica e quello del movimento reale, che conduce gradualmente a una maggiore padronanza dei propri movimenti. La ginnastica aiuta il soggetto a liberarsi dai movimenti involontari e inconsapevoli.
  - c. Ha indubbe ripercussioni positive sul piano psicologico:
    - i. aiuta a superare la paura “ingiustificata” di compiere determinati movimenti;
    - ii. aiuta a conoscere il proprio “limite” (il profilo psicologico del ginnasta non è quello del temerario);
    - iii. stimola la capacità di concentrazione;
    - iv. favorisce la determinazione.
  - d. La pratica della ginnastica presenta, infine, un altro grande *plus* sul piano pedagogico: il suo obiettivo non è, infatti, la difficoltà fine a se stessa, ma quello di “dare anima al movimento”, aggiungendo a una esecuzione motoria impegnativa fluidità, naturalezza, precisione, armonia, bellezza... Queste qualità, caratteristiche della ginnastica artistica e ritmica, conferiscono a questo sport un valore particolare anche in merito allo sviluppo delle capacità espressive non verbali e alla maturazione del senso estetico.

## Programma di affiancamento nella scuola Primaria

**Gli interventi dovranno essere:**

- **dinamici, coinvolgenti ed incentivanti**, svolti in un clima di serenità;
- guidati dalle semplici **indicazioni fornite durante il momento teorico del corso**;
- finalizzati alla **preparazione della “Festa della ginnastica”** di fine anno.

**Se possibile verranno svolti in due tempi:**

- due lezioni entro la fine di gennaio**, nel corso delle quali vengono presentati e sei esercizi da presentare durante la festa della ginnastica;
- una terza e conclusiva lezione verso la fine di febbraio**, per verificare il lavoro svolto dalla maestra e fornire eventuali chiarimenti.

**Le lezioni si svolgeranno su un circuito di tre stazioni**, brevemente illustrate e dimostrate dall'insegnante affiancatore, che le farà poi funzionare con cambi piuttosto rapidi (5 minuti per ogni cambio) secondo questo schema:

**- 1<sup>a</sup> lezione:**

Stazione	Assistente	Descrizione
<i>PALLA</i>	(da soli)	Lancio e ripresa al volo, battendo le mani a seconda delle capacità individuali (illustrare i tre gradi di difficoltà)
<b>Capovolta avanti</b>	Maestra	Rotolare e cercare di tornare in piedi
<b>Verticale</b>	Istruttore	Salita con pancia rivolta alla spalliera: inizialmente solo pochi gradini, fermarsi e ridiscendere avanzando con le mani, senza fare la capovolta

**- 2<sup>a</sup> lezione:**

Stazione	Assistente	Descrizione
<i>FUNICELLA</i>	(da soli)	Saltare individualmente ed in maniera libera, tentando di rimanere sul posto
<b>Ruota</b>	Maestra	Facilitata sulla panca, quindi tentare di portarla a terra
<b>Capovolta indietro</b>	Istruttore	<b>SE POSSIBILE IN DISCESA</b> Spiegare bene come appoggiare le mani a terra e di portare i piedi indietro senza portarli in alto

La terza lezione sarà un completamento delle precedenti; le stazioni saranno stabilite dalla maestra e dall'istruttore, a seconda delle esigenze emerse in ciascuna classe.

## FESTA DELLA GINNASTICA

**Data da concordare durante il corso**

### GARA – GIOCO PER LA SCUOLA PRIMARIA

Ore 9.00 – 10.30 classi prime, seconde e terze

Ore 11.00 – 12.30 classi terze, quarte e quinte

STAZIONE		LIVELLO 1	LIVELLO 2	LIVELLO 3
1	<b>Capovolta avanti</b>	Su un tappeto morbido: esecuzione stentata.	Su un tappeto morbido: esecuzione sicura, ma con arrivo seduto	Su un tappeto morbido: esecuzione sicura, arrivo in piedi
2	<b>Ruota</b>	Sulla panca: esecuzione stentata	Sulla panca: esecuzione sicura	A terra: esecuzione con appoggi corretti
3	<b>Palla</b>	Lancio in aria e ripresa al volo	Lancio in aria e ripresa al volo battendo le mani due volte davanti a sè	Lancio in aria e ripresa al volo battendo le mani avanti – dietro – avanti
4	<b>Capovolta indietro</b>	Su un tappeto morbido: esecuzione stentata in discesa	Su un tappeto morbido: esecuzione corretta in discesa	Su un tappeto morbido: esecuzione corretta in piano
5	<b>Verticale</b>	Salita fino a 45° con pancia rivolta alla spalliera	Salita completa con pancia rivolta alla spalliera	Salita di slancio con schiena rivolta alla spalliera
6	<b>Funicella</b>	Riuscire a saltare la funicella 1 volta	Riuscire a saltare la funicella per 3 volte	Riuscire a saltare la funicella per 10 volte

**Durante la festa della ginnastica gli alunni saranno inoltre invitati a sperimentare, sotto la guida di un insegnante di E.F. esperto, le seguenti stazioni:**

- 7- **Volteggio** sui materassoni
- 8- **Cerchio**: approccio all'attrezzo
- 9- **Sbarra bassa**: capovolta in avanti
- 10- **Trave**: camminate varie
- 11- **Trampolino elastico**: approccio all'attrezzo

La **classifica finale, essendo l'attività prevista per classe**, consisterà in un momento ufficiale durante il quale verrà reso noto **in quale attività si è distinta ciascuna classe**.

# CORSO "GINNASTICA A SCUOLA"

## MODULO DI ISCRIZIONE

Il/La sottoscritto/a:

Cognome \_\_\_\_\_ nome \_\_\_\_\_

Via/Piazza \_\_\_\_\_ Nr. \_\_\_\_\_

C.A.P. \_\_\_\_\_ COMUNE \_\_\_\_\_

TEL. \_\_\_\_\_ CELL. \_\_\_\_\_

E-MAIL \_\_\_\_\_

Docente c/o la Scuola primaria \_\_\_\_\_

---

Chiede di partecipare al corso **"Ginnastica a scuola"**

\_\_\_\_\_  
Firma

Informativa art.10 legge 675/96

Gent. Signore/a, desideriamo informarLa che la Legge 675/96 prevede la tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali. Secondo la Legge indicata, tale trattamento sarà approntato ai principi di correttezza, liceità e trasparenza e di tutela della Sua riservatezza e dei Suoi diritti.

Ai sensi dell'art.10 della Legge predetta, Le forniamo quindi le seguenti informazioni:

Il trattamento che intendiamo effettuare

- a) ha le seguenti finalità: iniziative relative alla realizzazione del Corso di Primo Soccorso;
- b) sarà effettuato con le seguenti modalità: archiviazione e uso su mezzi informatici;
- c) i dati non saranno comunicati ad altri soggetti se non chiedendoLe espressamente il consenso.

\_\_\_\_\_  
(firma per accettazione)

### **Inviare entro il 9 novembre 2007 a:**

Ufficio Educazione fisica e sportiva dell'U.S.P. (telefono 045 8086583; fax 045 8086581;

e-mail [uffedfiscavr@istruzioneeverona.it](mailto:uffedfiscavr@istruzioneeverona.it))

Comitato Provinciale CONI Verona Fax 045 8030646 - e-mail: verona@coni.it.