

Titolo: IL KARATE A SCUOLA

Area di Riferimento: Autonomo

Responsabile Progetto: Vantadori Marco

Gruppo di Progetto: Prof. referente del progetto Marco Vantadori Docenti di Scienze Motorie e Sportive: Claudia Galbignani, Elisa Pedretti, Simone Battista, Napoleone Cera.

1. Normativa: Il progetto ha come obiettivo il far conoscere e sperimentare una disciplina completamente diversa dagli sport più blasonati nel mondo scolastico . Tale esperienza serve a far capire e scoprire le potenzialità del proprio corpo, non per far imparare una componente d'offesa verso il prossimo, ma per migliorare il proprio equilibrio psicofisico. Componenti come: la disciplina, empatia, la ripetizione costante, l'imitazione del gesto e la comprensione dell'errore forniscono un bagaglio tecnico e cognitivo , estremamente utile anche nella vita di tutti i giorni.
 3. Proposte da parte di docenti: Tale progetto ha come finalità quella di incrementare il bagaglio motorio degli alunni, affrontando sfide ed esperienze che hanno come obiettivo lo stimolo di una crescita personale non solo nell'ambito fisico ma anche in quello caratteriale e comportamentale. Le classi saranno selezionate dai vari docenti di Scienze Motorie e Sportive, in base al loro grado di maturità e impegno riscontrato nei mesi successivi.
 4. Richieste da parte di studenti: Soddisfare la propria curiosità, verso una disciplina, non popolare come gli altri sport, costantemente presenti nel mondo televisivo. Incrementare le proprie capacità motorie (condizionali e coordinative) in modo ponderato e armonico.
 5. Proposte da enti esterni: Creare nuove esperienze , capaci di attirare l'interesse e stimolare in modo intelligente l'impegno degli alunni, sempre rispettando il loro livello motorio di base e garantendo un costante livello di attenzione e sicurezza.
- Obiettivi: Sviluppo armonico delle capacità condizionali e coordinative come: velocità, mobilità, equilibrio, ritmo, coordinazione oculo-mano e oculo-piede. Miglioramento della gestione dello stress fisico e mentale. Incrementata capacità di lettura del proprio corpo, delle persone a noi vicine e dell'ambiente circostante. Collaborare con alunni e docenti per apportare un proprio contributo

personale alle attività svolte. Sviluppare la percezione del miglioramento delle proprie capacità ed attitudini psicofisiche. Incremento dell'auto-efficacia, della capacità di valutazione, e di conseguenza, della possibilità di costruire una migliore dimensione relazionale per la vita sociale. Ogni offerta di collaborazione gratuita da enti esterni sarà valutata al fine di qualificare sempre più la nostra offerta formativa.

Risultati Attesi: Sviluppo armonico delle capacità condizionali e coordinative come: velocità, mobilità, equilibrio, ritmo, coordinazione oculo-mano e oculo-piede. Miglioramento della gestione dello stress fisico e mentale. Incrementata capacità di lettura del proprio corpo, delle persone a noi vicine e dell'ambiente circostante. Nessun tipo di risultato agonistico atteso.

Destinatari: Classi dell' Istituto Einaudi.

Percorso da attuare: Promuovere il progetto nelle classi dell'Istituto. Raccogliere le esigenze degli alunni e delle loro famiglie e dare risposte chiare ed esaustive su possibili dubbi e criticità.

Preparare gli studenti delle classi selezionate all' attività, somministrando esercizi atti a facilitare la pratica della lezione con l' esperto esterno. Spiegare le norme comportamentali da seguire per lavorare in un ambiente positivo e sicuro. Preparare la modulistica necessaria (richiesta per il rilascio del certificato medico, registro presenze, liberatorie, autorizzazioni varie) Concordare con il DS e con DSGA : modalità, tempi e spazi per l'avvio del progetto. Monitorare in itinere le diverse attività.

Metodologie: Lezione frontale fra l'esperto esterno e studente. - brainstorming - lavori di gruppo - peer tutoring

Monitoraggio in itinere: Continua osservazione effettuata dal docente di Scienze Motorie che annoterà gli aspetti positivi e le criticità riscontrate durante il progetto, il comportamento e le presenze degli alunni.

Verifica e valutazione finale: Il progetto, nella sua struttura educativa, sociale ed organizzativa, verrà costantemente verificato dall' insegnante di Scienze Motorie. Monitoraggio ed osservazione della presenza alunni : qualità e quantità della loro applicazione nel dialogo educativo.

Modalità di documentazione: Materiale cartaceo e informatico: progetto, registro presenze, certificati medici (se necessari). Saranno tenuti registri con date, presenze, attività svolta, andamento della classe sia a livello prestazionale che comportamentale.

Soggetti Coinvolti: Tutti i docenti di Scienze Motorie dell' Istituto Einaudi. Prof. referente del progetto Marco Vantadori Docenti di Scienze Motorie e Sportive: Claudia Galbignani, Elisa Pedretti, Simone Battista, Napoleone Cera.

Materiali e mezzi necessari: - 10 coni - 10 cinesini - 1/2 materassini - Ostacoli da saltare - 4/5 elastici da fitness

Tempi di realizzazione: Le date e orari con i vari incontri saranno comunicati su apposita circolare e affissi all' interno dell' Istituto.

Spazi necessari: Palestre dell' Istituto Einaudi