

	
TITOLO PROGETTO: IN GUARDIA, PRONTI? ... A NOI!	
REFERENTE: Lucia Galano	SEDE: Palestra Scuola Secondaria Primo Grado "F. Ruini" - Sassuolo
DESTINATARI	L'attività è rivolta ai ragazzi della Scuola Secondaria Primo Grado "F. Ruini" Sassuolo, fino a un massimo di dieci alunni. Classi : Seconde - Terze.
PERIODO	Dal 6 settembre al 10 settembre 2021
ORARIO	09:00 - 12:00
FINALITA'	<p>La Scherma non è soltanto uno sport come tanti. È un'arte. Essa tramanda un sistema educativo, un nucleo di tradizioni culturali e sociali che costituiscono il valore aggiunto di questa disciplina, capace di divertire ed educare come tutte le altre discipline sportive, ma più facilmente in grado di intervenire direttamente sulla formazione della coscienza di sé dell'individuo. Nella Scherma intelligenza tattica e doti fisiche sono al servizio l'una delle altre, chiara esemplificazione della massima latina "mens sana in corpore sano". In pedana si attua questo principio, vero e solido fondamento di ogni attività sportiva rivolta ai giovani. Con la Scherma la persona cresce, indipendentemente dalla performance agonistica e si mantiene in salute fisica e psichica. La Scherma può essere un valido strumento scolastico, proposto in orario curriculare o extracurriculare, anche come attività didattica integrativa.</p> <p>La finalità è favorire la socializzazione e lo sviluppo dell'autostima; contribuire alla formazione psico-fisica degli alunni migliorando l'autocontrollo e la disciplina; diffondere la conoscenza e la pratica della scherma tra i giovani del nostro territorio. L'attività sarà svolta in maniera formativa e aggregativa con lo scopo di accrescere le capacità mentali e fisiche dei ragazzi/e e dar loro i mezzi per essere cittadini migliori e perciò migliorare il loro stile di vita.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Finalità educative: Acquisizione di una corretta cultura motoria sportiva e del tempo libero; riconoscimento del contributo dell'esperienza motoria e sportiva ai fini della crescita del rispetto reciproco, della partecipazione attiva del controllo delle proprie emozioni, della cooperazione e della collaborazione

MOIC82800C - REGISTRO PROTOCOLLO - 0007580 - 12/07/2021 - B.08. - E

	<p>interpersonale. Scoperta delle attitudini motorie personali, maturando la consapevolezza dei propri limiti e delle proprie potenzialità. Sviluppo della capacità di autocontrollo e ideomotoria. Sviluppo del focus "attentivo". Miglioramento e controllo delle emozioni. Consapevolezza nell'affrontare le situazioni per obiettivi. Analizzare e valutare le esperienze motorie e significative compiute.</p> <ul style="list-style-type: none">• Finalità didattiche: Consolidamento degli schemi motori di base. Abilità motorie specifiche. Capacità coordinative generali e specifiche. Capacità condizionali – forza – resistenza – velocità – mobilità articolare. Eseguire le abilità motorie e terrestri consolidando le capacità di forza, velocità e resistenza. Valutare e migliorare l'intensità dello sforzo.
OBIETTIVI	<p>L'obiettivo non è quello di creare atleti, ma di far crescere le capacità dell'alunno mediante un'attività divertente e altamente formativa dal punto di vista fisico, mentale e sociale.</p> <p>L'obiettivo principale del corso, naturalmente, è quello di far conoscere questo sport agli alunni della scuola dove insegno da ormai più di vent'anni. La scherma è uno sport di origine "militare", a carattere individuale. Questo porta l'alunno a rispettare le regole del gioco per poter vincere, oltre a dovere individualmente cercare di trovare delle soluzioni migliori da applicare durante un incontro.</p>
CONTENUTI	<ul style="list-style-type: none">• Il saluto, la guardia, il passo avanti, il passo indietro e l'affondo.• Le azioni fondamentali di attacco.• Le azioni fondamentali di difesa.• L'assalto.• Come si arbitra un assalto di scherma.• Torneo finale in palestra con premiazione e assalti dimostrativi presso il Teatro Ruini.
METODOLOGIA	<p>I metodi utilizzati saranno quelli della risoluzione dei problemi - problem solving - il metodo misto, il metodo verbale.</p>
MATERIALI	<p>Il materiale è costituito da maschere e fioretti di plastica, omologati dalla Federazione Italiana Scherma per l'attività scolastica e di base per l'avviamento alla scherma.</p>