

Scopriamo l'atletica

La scuola Don Bosco di Messina, in accordo con la docente di Scienze Motorie Sara Sciliberto, propone la popolazione scolastica della Scuola Secondaria di Primo Grado il presente progetto, volto alla **conoscenza dell'atletica leggera**.

La genesi progettuale è da individuarsi nello scopo principale dell'educazione sportiva scolastica, ovvero l'arricchimento del patrimonio motorio e culturale di alunni/e, offrendo loro percorsi che consentano di orientarsi più facilmente e di operare scelte autonome riguardo l'attività sportiva più consona ai propri bisogni ed interessi, al fine di mantenere sempre viva la motivazione allo sport gettando solide basi per l'assunzione di un corretto stile di vita.

Attraverso una progettualità condivisa e integrata ed un'offerta organica di educazione motoria s'intendono evitare i rischi di specializzazione sportiva precoce o di abbandono prematuro dell'attività sportiva per sopraggiunti eccessivi carichi psicofisici.

FINALITÀ DEL PROGETTO

- Incentivare la partecipazione di tutti gli alunni
- Incoraggiare la pluralità e l'interscambio tra le materie educative
- Favorire la cooperazione
- Appassionare i giovani al movimento
- Far capire che nessuno "starà in panchina", nessuno verrà escluso.

OBIETTIVI GENERALI

- Conoscenza delle regole
- Coordinamento e consolidamento degli schemi motori di base
- Potenziamiento fisico
- Aggregazione, collaborazione e consapevolezza

AZIONI

Il progetto prevede almeno 2 lezioni al mese per classe, da svolgersi all'interno del Campo di Atletica Santa Maria – Ex Gil di Messina sito in Via Antonio Salandra, nei mesi di Ottobre, Novembre e Dicembre.

Gli alunni si recheranno al campo a piedi, accompagnati dal docente di Scienze Motorie, opportunamente supportato da altro personale scolastico.

Saranno svolte prove pratiche riguardanti le discipline di **corsa, salto e lancio**.

Ci si concentrerà principalmente su:

- Corsa veloce 30 – 50 – 100 m
- Salto in lungo
- Lancio del *vortex*

I ragazzi seguiranno, inoltre, un percorso di studio e analisi delle regole dell'atletica leggera utilizzando il libro di testo, che potrà essere integrato anche da risorse reperibili in Rete.

Va sottolineato come le linee guida del tale progetto vertano più che sui contenuti e sugli obiettivi operativi in sé, sugli strumenti metodologici e didattici in quanto più utili e incisivi di un qualsiasi eserciziaro e non deve essere trascurato nemmeno il fatto che l'intervento in programma necessiti di un quadro pedagogico di riferimento ben definito.

Nella cornice del suddetto quadro pedagogico potranno essere inseriti tutti i vari contenuti, avvalendosi di tutti gli strumenti operativi che saranno ritenuti adeguati/necessari al raggiungimento degli obiettivi generali prefissati nella fase ideativa del presente progetto.

Solo mediante tali dinamiche attuative si potrà dare a chi opera un riferimento elastico, facilmente gestibile oltre che pronto a ricevere il contributo creativo di tutti.

La disciplina concorre alla formazione e allo sviluppo completo dell'individuo tramite un rapporto dialettico con il contesto ambientale.

In particolare lo sviluppo dell'area fisico-motoria permetterà la riacquisizione di quell'identità biologica (che il tecnicismo sta oscurando), contestualizzandola nella realtà storica, personale, sociale, culturale ed esistenziale.

La pratica motoria e l'avviamento sportivo vengono usati per aiutare a promuovere lo sviluppo e la crescita della persona.

Le tappe formative, che non hanno scansioni cronologiche, prevedono il raggiungimento di obiettivi di:

AUTOSTIMA, AUTONOMIA, ORIENTAMENTO, RELAZIONE.

Nell'ambito generale di questo progetto, finalizzato all'evoluzione della persona e al quale tutte le discipline dovrebbero attenersi, l'Educazione Fisica e Motoria parteciperà con i propri strumenti e contenuti, e proprio come le altre materie promuoverà capacità, abilità, conoscenze e competenze, che dovranno essere sempre e comunque una variabile dipendente delle tappe formative fondamentali.

Al termine del processo formativo, chi intenderà intraprendere un percorso agonistico potrà farlo, costruendolo su solide radici etico-morali e su un sano vissuto storico della propria motricità, e non potrà che essere un atleta equilibrato.

Chi, invece, non opterà la scelta agonistica manterrà comunque una frequentazione serena e continua delle attività motorie e ludiche, considerandole componenti fondamentali del proprio essere.

CONCLUSIONE DELLE ATTIVITÀ PROGETTUALI

A conclusione del progetto nei limiti delle disponibilità logistiche ed economiche dell'istituzione scolastica, si svolgerà una mattinata – evento aperta alle famiglie presso la pista di atletica Santa Maria – Ex Gil di Messina in Via Antonio Salandra, in cui i partecipanti daranno saggio, opportunamente supervisionati dal docente di Scienze Motorie, delle competenze acquisite nel correre, saltare e lanciare. Le sfide saranno a livello di classe e/o individuale e le prove su cui verteranno le competizioni tra gli allievi saranno gare di velocità, gare di resistenza sulla distanza, lancio del *vortex* e salto in lungo.