



Pubblicato su *I.S.I.S. "Lino Zanussi" - Pordenone* (<http://old.isiszanzussi.pn.it>)



Unione Europea

FONDI  
STRUTTURALI  
EUROPEI

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER

?

L'attività "SportivaMente" è rientrata all'interno del Progetto PON "QUESTA SCUOLA E' LA MIA". Modulo di Educazione motoria; sport; gioco didattico

Avviso n.10862 del 16 settembre 2016 - FSE

Codice Progetto: 10.1.1A-FSEPON-FR-2017-3

Periodo: febbraio, marzo, aprile 2018. N. ore: 30

Esperto: Andrea Stoppa, maestro di Arti marziali

Tutor: Alessandro Onofri, docente di Scienze motorie

Allievi partecipanti: n. 8 dell'ITI Sistema Moda, 11 dell'IPSIA e 1 dell'IEFP  
N.?1 allievo di prima, n. 2 di seconda, n. 6 di terza, n. 9 di quarta e n. 2 di quinta



## **Galleria fotografica**

### **PREMESSA**

L'attività didattica è stata proposta agli alunni diversamente abili e a quelli con forti problematiche socio-relazionali e di apprendimento ed è finalizzata ad introdurre la pratica degli sport classici e di quelli tradizionali, in particolare la pallacanestro, la pallamano e la pallavolo. Il modulo è iniziato con dei giochi propedeutici che hanno l'obiettivo di mettere tutti nella condizione di poter imparare le varie discipline sportive in modo semplice e progressivo. Si tratta di giochi inclusivi, adattati alle caratteristiche motorie e cognitive degli alunni, che possono essere svolti con poche attrezzature e in spazi non codificati. Inoltre sono giochi semplici che prevedono poche regole semplificate, ma che hanno il grande pregio di abituare gradualmente i ragazzi a relazionarsi ed esprimersi, con i coetanei e gli adulti, attraverso il movimento e il linguaggio del corpo. Tale attività ha avuto come finalità principale quella di interiorizzare i concetti di successo, di valore personale e di autocontrollo, che sono l'elemento fondante dello sviluppo motorio e relazionale in ambito sportivo e ricreativo.

### **ARTICOLAZIONE DEL MODULO**

1. Attività psicomotoria per allievi con disabilità. Introduzione alla pratica motoria con elementi base della difesa personale. (6 ore)
2. Elementi propedeutici alla difesa personale Esercizi in quadrupedia e distesi per il controllo motorio e l'equilibrio statico e dinamico. (10 ore)
3. Attività propriocettiva. Esercizi per il controllo corporeo in fase di caduta e sensibilizzazione al contatto con l'avversario. (10 ore)
4. Elementi per il controllo della forza e verifica apprendimenti tecnici. Esercizi per il

controllo della forza statica e dinamica. Esercizi per rompere il contatto fisico e il controllo a distanza. Verifica delle tecniche apprese.(4 ore)?

#### DATE ED ORARI

15/02/2018 - 8.00 - 10.00  
19/02/2018 - 8.00 - 10.00  
21/02/2018 - 8.00 - 10.00  
28/02/2018 - 8.00 - 10.00  
01/03/2018 - 8.00 - 10.00  
05/03/2018 - 8.00 - 10.00  
07/03/2018 - 8.00 - 10.00  
12/03/2018 - 8.00 - 10.00  
16/03/2018 - 8.00 - 10.00  
21/03/2018 - 8.00 - 10.00  
23/03/2018 - 8.00 - 10.00  
26/03/2018 - 8.00 - 10.00  
28/03/2018 - 8.00 - 10.00  
05/04/2018 - 8.00 - 10.00  
09/04/2018 - 8.00 - 10.00

---

( 29/01/2026 - 04:45 ): <http://old.isiszanussi.pn.it/offerta-formativa/sportivamente>