



Publicato su I.S.I.S. "Lino Zanussi" - Pordenone (<http://old.isiszanussi.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

( **11/06/2026 - 05:52** ): <http://old.isiszanussi.pn.it/offerta-formativa/sportivamente?mini=2026-05>