



SPORT A SCUOLA : IL PATTINAGGIO SU GHIACCIO

1. FINALITA' E OBIETTIVI

A) FINALITA'

- Diffondere tra gli allievi del territorio la conoscenza del Pattinaggio su ghiaccio.
- Creare negli allievi interesse ed entusiasmo verso questa disciplina mediante il coinvolgimento diretto.
- Offrire ai ragazzi delle proposte operative legate allo sport del ghiaccio proponendo il Patinoire quale centro di aggregazione per l'attività sportiva.
- Favorire l'integrazione scuola-territorio.

B) OBIETTIVI

- Diffondere i valori olimpici dello sport e la conoscenza del Pattinaggio su ghiaccio.
- Promuovere l'acquisizione di una corretta cultura sportiva in funzione del rispetto reciproco e della cooperazione.
- Promuovere lo spirito di competizione, l'entusiasmo e l'equilibrio per evitare l'insorgenza di fenomeni di fanatismo, violenza e razzismo.
- Consolidare il carattere ed il senso di appartenenza al gruppo.
- Sviluppare e consolidare il "fair play" accettando e rispettando le regole della vita di gruppo ed imparare a gestire il proprio autocontrollo.

2. METODOLOGIA DI LAVORO

A) METODOLOGIE DI CONDUZIONE DEL PROGETTO

- In orario curriculare
 - Attività di classe
- In orario extra curriculare
 - Attività di gruppo sportivo scolastico
 - Preparazione e partecipazione alle attività sportive studentesche
 - Gare, (staffetta, abilità, percorsi) interclasse e interistituti (rete).
 - Avviamento all'attività federale.

B) ATTREZZATURE NECESSARIE

- PATINOIRE
- PATTINI, SCARPE, GINOCCHIERE, GOMITIERE
- SCARPE GINNASTICA
- PAIO CALZE DI LANA
- TUTA
- VIDEO-PROIETTORE

3. METODOLOGIA DI INSEGNAMENTO

A) PRINCIPI DI INSEGNAMENTO

Scuola elementare 4[^] e 5[^] classi
Giosport Ghiaccio

E' fondamentale adottare i mezzi pedagogici che permettano ai giovani sicuri progressi, in modo che riescano a muoversi con disinvoltura su tutto il campo con una certa sicurezza.

Per poter ottenere questo è utile seguire i seguenti principi di insegnamento:

- due elementi principali dell'insegnamento sono la comunicabilità la motivazione . Quando l'animatore sarà riuscito a dialogare motivando positivamente con i propri giovani, otterrà risultati soddisfacenti. Ogni spiegazione dovrà essere chiara e recepibile a tutti;
- durante le lezioni gli animatori devono evitare il più possibile di rendere le lezioni monotone, soffermandosi su un solo elemento da sviluppare o cercando l'esasperata perfezione del gesto impartito ;
- è fondamentale iniziare le lezioni con esercizi semplici, per poi passare ad altri più complessi, in modo che gli allievi possano eseguirli con successo;
- incoraggiare i giovani sottolineando i progressi fatti durante le lezioni;
- accertarsi, prima di dare inizio alla lezione pratica, che tutti gli allievi abbiano capito perfettamente quanto dovranno compiere;
- dare delle direttive brevi e precise in modo da evitare confusioni e perdite di tempo;
- usare dei vocaboli e delle espressioni facilmente comprensibili a tutti;
- fare molta attenzione ai segni di fatica che possono compromettere la continuazione degli esercizi;
- dimostrare praticamente come devono essere eseguiti gli esercizi ;
- cercare le occasioni propizie per dimostrare gli esercizi;
- essere semplici negli insegnamenti, troppe nozioni tecniche possono confondere i giovani; nocendo così all'apprendimento;
- tutti gli esercizi dovranno sempre essere presentati sotto forma di gioco;
- negli esercizi ove si richieda la partecipazione di due squadre, accertarsi che le due squadre siano ben equilibrate, per rendere maggiore l'interesse;
- tenere gli allievi costantemente attivi, evitare periodi vuoti con lunghe pause.

B) PRINCIPI DI INSEGNAMENTO

Scuola media di 1[^] grado
Giosport Ghiaccio
Attività della seconda fase per giovani dagli 8 ai 14 anni

In questa seconda fase verranno svolti esercizi e giochi che richiamano le tecniche fondamentali delle discipline dell'hockey , (per soli ragazzi), della velocità e del pattinaggio di figura (per ambo i sessi), E' quindi fondamentale possedere una buona capacità generale di pattinaggio sviluppata nella prima fase del "centro".

Si avrà un primo contatto con l'agonismo, in quanto i giovani parteciperanno all'attività di propaganda del settore giovanile, nelle diverse discipline. In questa fase oltre ad un lavoro tecnico viene anche programmato un lavoro di preparazione fisica di base, che si articolerà in tutto il periodo del centro.

E' in questo periodo dell'età evolutiva che possiamo ottenere dei miglioramenti delle qualità fisiche fondamentali, che assicureranno un progresso generale rivolto al rendimento tecnico specifico.

Tale preparazione sarà quindi la piattaforma su cui costruire, nelle dovute proporzioni, l'addestramento tecnico specifico del giovane.

Naturalmente tutti i programmi riportati dovranno proporzionalmente variare per le diverse età dei partecipanti. Così pure dovrà progressivamente essere dedicato maggiore interesse alle tecniche specifiche, sempre sotto forma di gioco, tenendo conto della predisposizione dei partecipanti.

PROGRAMMAZIONE DEL LAVORO

Primo periodo : ottobre – novembre

- 2 sedute di preparazione fisica formativa di base a secco (70%) ed esercizi per i fondamentali del pattinaggio (vedi guida tecnica per la prima fascia di età) (30%);
- 1 seduta di preparazione fisica formativa di base a secco (40%) esercizi fondamentali del pattinaggio con giochi vari (60%).

Secondo periodo: dicembre – gennaio

- 2 sedute d'allenamento con prevalente lavoro di preparazione fisica formativa a secco (60%), addestramento tecnico generale (40%)
- 1 seduta d'allenamento con prevalente lavoro di addestramento tecnico generale (40%).

Terzo periodo : febbraio – marzo

- 2 sedute d'allenamento con prevalente lavoro di addestramento tecnico generale (70%), preparazione fisica fondamentale a secco (30%);
- 1 seduta d'allenamento di preparazione fisica fondamentale (60%); addestramento tecnico generale (40%).

Tra il secondo ed il terzo periodo, da metà dicembre sino a marzo, si potrà partecipare all'attività promozionale con manifestazioni comunali, provinciali e regionali.

Preparazione fisica di base a secco

Per quanto riguarda la programmazione della preparazione fisica di base, da svolgersi a secco, dobbiamo suddividere tale preparazione in due cicli:

- 1° ciclo dagli 8 anni ai 10 anni;
- 2° ciclo dagli 11 anni ai 14 anni.

Nel 1° ciclo si svolgerà un lavoro atto a migliorare in senso generale la coordinazione motoria , con esercizi di preatletismo generale e ricercando uno sviluppo generale dell'apparato circolatorio e respiratorio con un lavoro che incrementi la resistenza generale.

Nel 2° ciclo si incrementerà ulteriormente la coordinazione motoria introducendo il preatletismo specifico e si miglioreranno le capacità di erogazione di energia utilizzata per le discipline.

C) PRINCIPI DI INSEGNAMENTO

Scuola Media di 2° grado
Dal principiante..... all'atleta pattinatore
(guida tecnica di specializzazione)

4. STRUMENTI E TEMPI DI VERIFICA

A) STRUMENTI PREVISTI PER LA VERIFICA

- Test
- Percorsi
- Gare
-

C) PERIODICITA' DELLA VERIFICA

- Iniziale
- In Itinere
- Finale

5. PROGRAMMA DEI LAVORI

- Presentazione della bozza alla FISG (sett.07).
- Presentazione bozza all'Assessorato allo sport di Biella (luglio 07).
- Presentazione bozza ai Dirigenti Scolastici, ai Referenti delle attività motorie ed ai Docenti di ed. fisica (luglio 07).
- Definizione completa del Progetto (agosto 07).
- Invio Progetto agli Enti locali (luglio/agosto 07).
- Diffusione delle iniziative ai mezzi di informazione (sett.07).
- Ricerca finanziamenti (luglio/sett.07).
- Corso di formazione per Docenti (inizio sett.07).
- Inizio attività in orario curriculare (ott/nov.07).
- Inizio attività in orario extra curriculare (ott./nov.07).
- Attività in rete (tra istituti e scuole) (dic.07- genn/febb.08).
- Avviamento all'attività federale (dicv.07- genn./febb.07).

6. PROGRAMMA DIDATTICO

A) SCUOLA ELEMENTARE

Giocosport Ghiaccio

F.I.S.G. – FEDERAZIONE ITALIANA SPORT DEL GHIACCIO	
Giocosport	Ghiaccio
Descrizione attività	Complesso di proposte costituite da attività motorie da svolgere in forma ludica.
Chi gioca	Tutti gli alunni e le alunne delle classi terza, quarta e quinta, individualmente, a coppie, o a gruppi misti secondo autonomi criteri di scelta degli insegnanti.
Dove si gioca	Pista di pattinaggio su ghiaccio.
Come si gioca	Le prove da eseguire (tre giochi e un circuito) potranno essere praticati in forma di gara, assegnando un punteggio secondo i parametri tempo e penalità, queste ultime saranno fissate in base alle caratteristiche della classe.
Con cosa si gioca	Pattini, corde, palline, picchetti ed altri piccoli attrezzi.

PRIMO GIOCO

Bianco e Nero. I ragazzi vengono divisi in due squadre, stanno seduti al centro della pista uno di schiena all'altro. Alla chiamata di un colore l'altro scapperà per raggiungere la zona di salvezza stabilita che si trova davanti a loro.

SECONDO GIOCO

Lo scalpo. Ogni bambino si muove liberamente con un fazzoletto posto dietro la schiena, tutti contro tutti dovranno rubarsi i fazzoletti.

TERZO GIOCO

Pesciolino nella rete. Due ragazzi si trovano al centro della pista tenendosi per mano, gli altri devono attraversare la pista da un lato all'altro senza farsi prendere. Chi viene preso si aggiunge al gruppo che forma la rete.

CIRCUITO

Il circuito viene effettuato su base musicale. L'insegnante a sua scelta interromperà la musica e il ragazzo si dovrà arrestare e dopo aver compiuto 3 rotazioni sull'asse longitudinale, lancerà un disco da hockey in una delle due porte.

GARA

A discrezione dell'insegnante, i giochi proposti possono essere praticati sotto forma di gara. Per determinare il punteggio si consiglia di usare come parametri, il tempo e le penalità che verranno individuate in base alle caratteristiche della classe.

B) **SCUOLA MEDIA DI 1° GRADO**
Giosport Ghiaccio ed esercitazioni previste nella Guida CONI Centri CAS
Avviamento al Pattinaggio .

D) **SCUOLA MEDIA DI 2° GRADO**
GUIDA CONI Centri CAS – verso la specializzazione
(dal PRINCIPIANTE.....all'Atleta Pattinatore)

7. **NOMINATIVO, QUALIFICA DEL COORDINATORE**
Mosca Bruno Paolo- Docente di ed.fisica
Direttore degli impianti Ghiaccio

8. **PERSONALE TECNICO IMPEGNATO**
Istruttori Biella Curling Ice Club
Docenti di ed. fisica (formati al Corso di Aggiornamento indetto dal MIUR)
Referenti di ed. motoria (Responsabili presso sc.elem.)

Sono, inoltre previste consulenze temporanee di Tecnici ed Allenatori in collaborazione con la FISG.

9. **NOMINATIVI DEL PERSONALE AMMINISTRATIVO**
Vannelli dr. Italo
Ninello M. Gabriella (Segretaria amministrativa)

10.DESTINATARI

- Allievi Scuole Elementari del Territorio Biellese (classi 4° e 5)
- Allievi Scuole Medie di 1° e 2° grado del Biellese
- Referenti attività motorie
- Docenti di ed. fisica

11.CALENDARIO DELLE ATTIVITA'

Il calendario dettagliato delle attività verrà stilato in base a :

- Calendario scolastico
- Pianificazione dei Referenti attività motorie e Docenti di educazione fisica
- Disponibilità allievi
- Disponibilità dell'impianto
- Esigenze Federali