

PROGETTO

GINNASTICA ARTISTICA

Per un'attività motoria nella scuola elementare come approccio alle finalità educative e sportive della ginnastica artistica.

Per migliorare l'offerta formativa scolastica, secondo le più aggiornate indicazioni fornite dal M.P.I. in merito alle numerose innovazioni dei nuovi Programmi Ministeriali d'Educazione Motoria; l' A.P.D.SIRIO intendono realizzare in collaborazione con l'istituto Carlo Levi un progetto inserito nel POF per migliorare la divulgazione e la conoscenza della ginnastica artistica che da ormai tanti anni regala all'Italia numerose medaglie alle olimpiadi ai mondiali e agli europei. Propone, quindi, di inserire nell'orario curricolare un progetto d'Educazione Motoria di Base legato alla ginnastica per gli alunni delle classi I e II elementare e della I e II media dell'istituto comprensivo Carlo Levi .

Finalità del progetto

EDUCATIVE:

- Equilibrata maturazione psicologica, intellettuale e morale del bambino;
- Felicità corporea;
- Libertà motoria;
- Soddisfazione di esigenze vitali;
- Miglioramento della socializzazione;
- Abitudine a sane norme di vita attraverso l'attività motoria e del tempo libero.

DIDATTICHE:

- Percezione, conoscenza e coscienza del proprio corpo
- Coordinazione oculo – manuale e segmentaria
- Organizzazione spazio temporale
- Coordinazione dinamica generale

GINNASTICA ARTISTICA

GINNASTICA ARTISTICA

PROGETTO

CONTENUTI

GLI SCHEMI MOTORI DI BASE

- Camminare
- correre
- saltare
- afferrare
- lanciare
- calciare
- rotolare/si
- strisciare
- arrampicarsi

Varie esercitazioni per la formazione e lo sviluppo degli schemi motori di base, esercitazioni e o circuiti.

CAPACITA' MOTORIE ABILITA' MOTORIE

LE CAPACITA' COORDINATIVE GENERALI

- La capacità di apprendimento motorio
- La capacità di controllo motorio
- La capacità di adattamento e di trasformazione motoria

LE CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI

- La capacità di equilibrio
- La capacità di combinazione motoria
- La capacità di orientamento
- La capacità di differenziazione spazio temporale
- La capacità di differenziazione dinamica
- La capacità di anticipazione motoria
- La fantasia motoria

LE CAPACITA' CONDIZIONALI

- La rapidità
- La forza
- La resistenza

Varie esercitazioni, circuiti, prove

PROGETTO

ginnastica artistica ginnastica artistica

GIOCOSPORT

Si tratta di una relazione incentrata sul valore polivalente delle attività di giocosport, intese come mezzo attraverso cui conseguire finalità educative quali:

Conoscere agire comunicare socializzare

capacità senso percettive capacità coordinative capacità condizionali

abilità motorie generali abilità sportive

Questa serie di risultati si verificherà grazie alla programmazione predisposizione e utilizzazione della più ampia serie di situazioni d'occasione d'attività di gioco di confronto e di piccole gara, incentrate sulla variabilità dei mezzi utilizzati e sul clima ludico; e **quindi le finalità educative indirizzata a far conseguire ai bambini sempre più ampi gradi di libertà d'autonomia, ovvero la disponibilità del massimo numero possibile d'abilità motorie.**

GINNASTICA ARTISTICA

GINNASTICA ARTISTICA

PROGETTO

DESTINATARI Alunni delle classi I e II della scuola elementare e della classe I e II della scuola media dell'istituto comprensivo Carlo Levi.

STRUMENTI palestra della scuola elementare Carlo Levi largo monte via Serra Petrona 121 e della scuola media largo monte san giusto 16, attrezzi : Tappeti, Materassi, piccoli trampolino.

TEMPI di durata del progetto e costi

Il progetto sarà proposto da Novembre 2018 fino alla chiusura della scuola per le vacanze di Natale in forma gratuita, con lezioni per le classi aderenti di una lezione a settimana.

Per il periodo da Gennaio a Marzo 2019 la nostra associazione chiederà un contributo di cinque euro al mese per tre mesi per un totale di quindici euro sempre per una lezione a settimana. La nostra associazione inoltre si impegna ad utilizzare gli introiti ricavati oltre per rimborsare gli istruttori anche per acquistare attrezzatura per lo svolgimento delle lezioni. Alla fine del progetto verrà svolta una manifestazione gratuita per permettere a tutti i genitori di visionare il lavoro svolto con i loro bambini.

Roma 27-08-2018

Il Presidente

Paolo Marracino

PROGETTO

GINNASTICA ARTISTICA GINNASTICA ARTISTICA

LA GINNASTICA COME GIOCO SPORT

CONTENUTI

- Giochi specifici e aspecifici individuali
- Esercizi sui ritmi
- Esercizi di coordinazione motoria
- Esercizi di discriminazione motoria
- Esercizi di discriminazione della situazione
- Esercizi per la rapidità di reazione
- Esercizi propedeutici per la ginnastica
- gare di ginnastica
- Scoperta della tecnica della ginnastica
- Esercizi per l'apprendimento della tecnica
- Utilizzo dell'esperienza vissuta in palestra per lo sviluppo espositive grafiche e linguistiche
- Acquisizione delle modalità di gestione dei punteggi di gara finalizzato allo sviluppo delle capacità logico matematiche

Roma 27-08-2018

il presidente

Paolo Marracino