



## **"PROGETTO SPORTIVO"**

Per la scuola Primaria e dell'Infanzia

## **SPORT AMICO DEI BAMBINI E DELLE BAMBINE**

(Fonte: UNICEF)

Lo sport è un **elemento fondamentale** per il sano sviluppo dei bambini, tanto da esser stato riconosciuto dalle Nazioni Unite come un **diritto fondamentale**.

Secondo l'art. 31 della Convenzione sui diritti dell'infanzia, *"Gli Stati parti riconoscono al fanciullo il diritto al riposo e al tempo libero, a dedicarsi al gioco e ad attività ricreative proprie della sua età e a partecipare liberamente alla vita culturale ed artistica [...]".*

Anche in Italia l'UNICEF si impegna a promuovere una vita sana fondata sulla salute fisica, mentale e psicologica dei bambini e degli adolescenti, grazie a sport, svago e attività ricreative.

### **Lo sport fa bene, e non solo al fisico...**

L'attività fisica regolare apporta innumerevoli benefici al corpo e alla mente:

- **irrobustisce** il fisico e ne previene le malattie;
- **sviluppa** e aiuta a mantenere sano l'apparato osseo;
- **aiuta** a controllare il peso corporeo;
- **aiuta** a ridurre il grasso e la pressione sanguigna;
- **riduce** lo stress, l'ansia, la depressione e la sensazione di solitudine;
- **prepara** i bambini all'apprendimento futuro;
- **migliora** il rendimento scolastico;
- **aiuta** a controllare vari rischi comportamentali, come l'uso di tabacco, droghe o di altre sostanze, le abitudini alimentari scorrette, il ricorso alla violenza.

Attraverso lo sport, il divertimento e il gioco i bambini e gli adolescenti imparano alcuni dei **valori più importanti della vita**.

Come dichiarato dall'ex Direttore esecutivo dell'UNICEF Ann Veneman, l'attività fisica promuove **non violenza, tolleranza e pace**.

Lo sport insegna importanti valori quali amicizia, solidarietà, lealtà, lavoro di squadra, autodisciplina, autostima, fiducia in sé e negli altri, rispetto degli altri, modestia, comunicazione, leadership, capacità di affrontare i problemi, ma anche interdipendenza. Tutti principi, questi, alla base dello sviluppo.

Oltre ad avere un ruolo fondamentale nel trasformare i bambini in adulti responsabili e premurosi, lo sport riunisce i giovani, li aiuta ad affrontare le sfide quotidiane e a superare le differenze culturali, linguistiche, religiose, sociali, ideologiche.

Lo sport è un linguaggio universale in grado di colmare i divari e di promuovere i valori fondamentali indispensabili per una pace duratura.

È un mezzo straordinario per allentare la tensione e favorire il dialogo.

Sul campo di gioco le differenze culturali e le priorità politiche scompaiono.

**I bambini che praticano sport capiscono che si può interagire senza coercizione o sfruttamento.**

## **PREMESSA**

Il presente progetto è rivolto ai bambini della scuola primaria e dell'infanzia (mezzani e grandi) per migliorare, arricchire e affinare, mediante adeguati stimoli, il patrimonio motorio del bambino e aiutarlo a rapportarsi con gli altri, attraverso un mezzo divertente, con regole specifiche.

Il progetto ha tra i principali obiettivi quello di "portare lo sport a scuola" in modo da fornire una sorta di orientamento alla scelta dell'attività sportiva per i bambini e relative famiglie. In questo modo i bambini possono conoscere in senso pratico gli sport proposti dal progetto senza doversi dirigere in posti diversi, ma integrandoli nel programma formativo scolastico. Va da sé che in questa maniera si eleva anche la concezione dell'attività sportiva che perde l'accezione di "impegno extra-scolastico" che talvolta occupa tempo prezioso ai genitori dei bambini, per acquisire un valore educativo importante.

## **OBIETTIVI**

Obiettivi motori:

- Percezione del proprio corpo
- Educazione degli schemi motori di base
- Acquisizione dello schema corporeo
- Orientamento spazio-temporale
- Educazione posturale
- Lateralizzazione
- Coordinazione motoria dinamica generale
- Equilibrio

Obiettivi socio-relazionali:

- Favorire la partecipazione di tutti gli alunni alle attività proposte;
- Istituire relazioni umane che facilitino, all'interno della scuola, il processo insegnamento-apprendimento;
- Rispondere al grande bisogno di movimento dei bambini;
- Fornire ai bambini momenti di confronto con i coetanei per lo sviluppo di un corretto concetto di agonismo e competizione;
- Promuovere la pratica sportiva perché diventi abitudine di vita e parte integrante del curriculum scolastico nella scuola dell'autonomia.
- Stimolare la capacità di ascolto, comprensione e riflessione;
- Aumentare la capacità di risoluzione dei problemi;
- Essere in grado di lavorare, accettando e applicando le regole del gioco e della convivenza;
- Incrementare la solidarietà, la cooperazione e la collaborazione.

## **GLI SPORT PROPOSTI**

Minibasket, Minirugby, Pallamano, Minivolley, Atletica, Arti Marziali, HipHop, Calcio.

Ogni sport ha i propri valori morali e sociali, ogni sport ha il proprio corredo di schemi motori e gesti tecnici che sono inseriti nei giochi e negli esercizi proposti agli alunni che imparano divertendosi e appassionandosi alle varie discipline arricchendo il proprio repertorio di esperienze e conoscenze.

## **FORMULE**

### **Multisport**

La realizzazione del progetto è strutturata su 4 moduli da 3 lezioni ciascuno. Ogni modulo prevede uno sport diverso a scelta tra quelli proposti. Le lezioni hanno cadenza settimanale e durata 45' o 60'.

### **Monosport**

Il progetto si compone di minimo 10 lezioni inerenti uno degli sport proposti. Le lezioni hanno cadenza settimanale e durata 45' o 60'.

## **MODALITÀ DI SVOLGIMENTO**

Il progetto può essere svolto in orario scolastico, come attività didattica coinvolgente tutto il gruppo classe, oppure in orario extra-scolastico, come attività facoltativa da svolgersi all'interno della scuola in orario pomeridiano (solitamente 16.30-17.30). Nel caso dell'orario scolastico, al termine del progetto è prevista una giornata conclusiva in cui tutte le classi partecipanti si confrontano tra loro.

Nel caso dell'orario extra-scolastico, le iscrizioni sono sempre aperte, anche a corso avviato.

**N.B. Le modalità di svolgimento proposte sono personalizzabili a seconda delle esigenze della scuola.**

**For Kids S.S.D. a R.L.**

*www.for-kids.it*

*info@for-kids.it*

*333 97.03.397*