



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ASSESSORADU DE S'ISTRUZIONE PÙBLICA, BENES CULTURALES, INFORMATZIONE, ISPETÀCULU E ISPORT
ASSESSORATO DELLA PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI CULTURALI, INFORMAZIONE, SPETTACOLO E SPORT

Direzione Generale della Pubblica Istruzione
Servizio Politiche Scolastiche

(Si torna) Tutti a iscola 2021-22

Linea Laboratori

Scheda progettuale

TITOLO PROGETTO

LO SPORT COME PALESTRA DI VITA.DIVERSAMENTE INSIEME CONTRO OGNI DISCRIMINAZIONE
--

SOGGETTO PROPONENTE

AGS ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
--

e-mail

anspitaleri@alice.it



**REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA**

ASSESSORADU DE S'ISTRUZIONE PÙBLICA, BENES CULTURALES, INFORMATZIONE, ISPETÀCULU E ISPORT
ASSESSORATO DELLA PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI CULTURALI, INFORMAZIONE, SPETTACOLO E SPORT

Direzione Generale della Pubblica Istruzione
Servizio Politiche Scolastiche

CARATTERISTICHE DEL PROGETTO

Titolo	LO SPORT COME PALESTRA DI VITA.DIVERSAMENTE INSIEME CONTRO OGNI DISCRIMINAZIONE
Ambito territoriale di riferimento	Laboratorio 1 - Area educazione civica
Grado di scuola a cui è rivolto	primaria;secondaria secondo grado;secondaria primo grado
Distretti territoriali	OR;SS;NU
Giorni della settimana di disponibilità	Giovedì;Mercoledì;Martedì;Sabato;Lunedì;Venerdì
Numero studenti a cui è rivolto (minimo 15)	22
Ore per laboratorio	30

Descrizione sintetica Operatore economico

Il maestro SPITALERI applicherà le regole della SCUOLA CENTRO DI AVVIAMENTO ALLO SPORT del CONI a cui è stato abilitato come insegnante nel 1980 a seguito dei risultati ottenuti nei GIOCHI DELLA GIOVENTU', La ULTRA DECENNALE ESPERIENZA nella preparazione dei bambini e degli adolescenti, la guida e la conduzione di gare a tutti i livelli (regionali, nazioni ed internazionali, campionati mondiali) come arbitro e presidente di giuria.

Descrizione ambito

Laboratorio 1 - Area educazione civica. Il laboratorio si prefigge l'obiettivo di promuovere la lotta al bullismo, l'educazione al rispetto, alla legalità, alla tolleranza, alla non discriminazione e ai valori costituzionali.

Descrizione sintetica del progetto

Il progetto consiste in un LABORATORIO DI 30 ORE e si articola in 10 di incontri dove l'aspetto ludico-sportivo introduce il gruppo a seguire un percorso di spontaneità motoria, di gestione delle emozioni, di rispetto e inclusione verso tutti i componenti e la introduzione all'apprendimento delle regole che costituiscono una GRAMMATICA DELLE EMOZIONI.

Il maestro SPITALERI applicherà le regole della SCUOLA CENTRO DI AVVIAMENTO ALLO SPORT del CONI a cui è stato abilitato come insegnante nel 1980 a seguito dei risultati ottenuti



**REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA**

ASSESSORADU DE S'ISTRUZIONE PÙBLICA, BENES CULTURALES, INFORMATZIONE, ISPETÀCULU E ISPORT
ASSESSORATO DELLA PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI CULTURALI, INFORMAZIONE, SPETTACOLO E SPORT

Direzione Generale della Pubblica Istruzione
Servizio Politiche Scolastiche

nei GIOCHI DELLA GIOVENTU', La ultra decennale esperienza nella preparazione dei bambini e degli adolescenti, la guida e la conduzione di gare a tutti i livelli (regionali, nazionali ed internazionali, campionati mondiali) come arbitro e presidente di giuria.

Saprà stimolare i partecipanti ad acquisire maggiore consapevolezza delle regole sportive e dei VALORI COSTITUZIONALI alla base della vita sociale.

Il karate tradizionale viene definito KARATE DO – scuola, studio, via del karate, una disciplina sportiva teorico pratica e per il suo aspetto di autocoscienza viene definita sia una filosofia di vita che uno sport che impegna, quindi, corpo e mente.

In Giappone è materia di studio universitario e la federazione internazionale della WORLD KARATE ASSOCIATION sostiene una sua università privata.

Non ha limiti di età, chiunque può accostarsi a questa disciplina senza limitazione alcuna né di età né con difficoltà motorie o di qualunque altro genere.

La particolarità di questa disciplina è che la pratica sportiva porta evidenti benefici nella gestione della emotività e delle situazioni di stress e di pericolo e nella presa di coscienza di sé stessi, delle proprie capacità ed infonde sicurezza, coscienza che porta necessariamente al rispetto di sé stessi e degli altri.

Affina un metodo di apprendimento pratico e teorico-riflessivo che può aiutare i partecipanti ad elaborare un proprio metodo di studio migliore, utile anche per le materie curriculari.

Obiettivi, risultati attesi, numero e tipo di prodotti da realizzare, strumenti utilizzati

Il progetto, seguendo l'insegnamento del KARATE_DO ha come obiettivi.

1) LA CONSAPEVOLEZZA DELLE POTENZIALITÀ DI SE STESSI, IL RISPETTO VERSOGLI ALTRI, LA FORZA DEL GRUPPO E LA GESTIONE DELLE PROPRIE ENERGIE E DELLE EMOZIONI ANCHE NELLE SITUAZIONI PIU'CRITICHE.

LA PRATICA DEL KARATE tradizionale prevede CLASSI SENZA DISCRIMINAZIONI ALCUNE, né di genere, né di condizione fisico atletica, e neppure di livello di competenza (è consuetudine per i praticanti più esperti allenarsi con i novizi al fine di aiutarli nell'apprendimento dell'arte, come le classi miste, senza differenziazioni di altezza, peso, prestanza fisica, etc.).

Questi valori insiti nel KARATE DO verranno rapportati nel contesto SCUOLA e nella DIMENSIONE DI LABORATORIO .

Si Andrà a stimolare la interazione fra i singoli partecipanti per apprendere insieme una maggiore

- EDUCAZIONE MOTORIA E GESTIONE DELLE PROPRIE EMOZIONI (gli esercizi e le tecniche di base coinvolgono tutti il corpo prima individualmente e poi nella interazione con gli altri);



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ASSESSORADU DE S'ISTRUZIONE PÙBLICA, BENES CULTURALES, INFORMATZIONE, ISPETÀCULU E ISPORT
ASSESSORATO DELLA PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI CULTURALI, INFORMAZIONE, SPETTACOLO E SPORT

Direzione Generale della Pubblica Istruzione
Servizio Politiche Scolastiche

- CONSAPEVOLEZZA DEL PROPRIO CORPO, AUTOSTIMA E POTENZIALITA' INESPRESSE (si arriva a scoprire che ognuno ha delle potenzialità - è una disciplina che si può praticare per tutta la vita e nessun limite fisico e nessuna disabilità è di ostacolo alla pratica - e ad individuare i margini di miglioramento);
- RISPETTO DEGLI ALTRI E CONSAPEVOLEZZA DELLA FORZA DEL GRUPPO FRA COLLABORAZIONE E COMPETIZIONE (è fondamentale seguire delle regole come ogni attività sportiva - il karate inizia e termina con il saluto - e si impara preliminarmente il giusto equilibrio fra collaborazione e competizione con gli altri, il rispetto verso se stessi e verso i compagni del gruppo);
- APPRENDIMENTO DEI VALORI SPORTIVI E DEI PRINCIPI COSTITUZIONALI DELLA VITA SOCIALE (si scoprono le differenze negli altri, nelle situazioni e le differenze arricchiscono e migliorano le persone perchè ampliano le nostre conoscenze e le nostre esperienze. Scoprire il rispetto degli altri è scoprire l'autostima verso noi stessi, vincere le paure, e pretendere il giusto rispetto di noi stessi anche agli altri. Alla base vi sono i valori della nostra costituzione, la cultura del LAVORO, del sacrificio (scuola e sport come palestre di vita), lo SVILUPPO E LA TUTELA DELLA PERSONALITA' nelle sue infinite sfaccettature sociali, culturali, di generi) il rispetto delle LIBERTÀ degli altri.

Il laboratorio richiede un ambiente di ampiezza idonea per poter interagire con i partecipanti. Nella presa di coscienza degli spazi dei movimenti e nelle interazioni sia in coppia che in piccoli gruppi e in gruppi più grandi fino ad un unico gruppo, nel rispetto della attuale normativa per la gestione della emergenza COVID.

L'abbigliamento richiesto è quello utilizzato per ogni attività fisica in ambito scolastico.

In ambiente sufficientemente riscaldato si potrà tenere il laboratorio scalzi e questo favorisce le capacità motorie considerando la maggiore percezione dell'equilibrio e del movimento.

I frequentanti inoltre nel processo di presa di coscienza e di autoconsapevolezza andranno a scrivere le loro impressioni e i frequentanti più piccoli della scuola primaria potranno anche utilizzare il disegno.

Si attendono maggiori benefici sia per quanto riguarda la consapevolezza del proprio corpo, l'autostima e la presa di coscienza delle proprie potenzialità inespresse.

Inoltre il laboratorio viene impostato curando principalmente le relazioni sociali tra i partecipanti e la scoperta dei benefici della interazione con gli altri che vanno oltre l'ambito sportivo e scolastico.

Nel percorso programmato è fondamentale scoprire la forza del gruppo fra collaborazione e sana competizione nel rispetto delle regole.

Il rispetto verso noi stessi passa sempre per il rispetto che riconosciamo agli altri.



**REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA**

ASSESSORADU DE S'ISTRUZIONE PÙBLICA, BENES CULTURALES, INFORMATZIONE, ISPETÀCULU E ISPORT
ASSESSORATO DELLA PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI CULTURALI, INFORMAZIONE, SPETTACOLO E SPORT

Direzione Generale della Pubblica Istruzione
Servizio Politiche Scolastiche

Articolazione in fasi/attività

Il laboratorio viene articolato in 10 incontri per una durata complessiva dell'intero laboratorio di 30 ore (ogni incontro durerà tre ore).

Vengono inoltre programmate tre attività differenti:

1) una prima attività secondo lo spirito strettamente sportivo (individuale, di coppia, sottogruppi e nel gruppo classe) con attività fisica preparatoria (ginnastica a corpo libero c.d. stretching) e con esercizi del programma tradizionale del karate per i principianti con l'esecuzione di tecniche che coinvolgono tutto il corpo (gambe, braccia, gestione degli spazi e della distanza, movimenti a 360 gradi, tutto in assoluta sicurezza) acquisendo una buona coordinazione tra braccia e gambe e spostamenti in tutte le direzioni che consentono nel tempo di acquisire una maggior percezione del proprio corpo nello spazio.

2) Una seconda attività seguendo la presa di coscienza della partecipazione, interazione e collaborazione-competizione. Il controllo del movimento proprio ed altrui non solo in maniera individuale inseriti nel gruppo classe, una interazione in sicurezza in coppia e in gruppi dal numero variabile. L'esecuzione della ginnastica e delle tecniche di karate in gruppo crea relazioni amichevoli e porta nell'allenamento a risolvere situazioni differenti, esigenze diverse ed anche ad intervenire e rimediare all'errore altrui aiutandosi controllandosi reciprocamente al fine di ottenere un miglior risultato – aspetto che sempre viene stimolato in questa disciplina - per giungere alla soluzione migliore, consentendo l'acquisizione di una mentalità che non è finalizzata alla sola attività ludica e sportiva ma anche ad una migliore gestione delle relazioni extrascolastiche .

3) Una terza attività seguendo elaborazione degli obiettivi e gestione delle emozioni che inevitabilmente vengono suscitate dalla attività sportiva in fase di allenamento e di gara. Il miglioramento di questa fase porta grandi benefici non solo alla pratica sportiva, ma aiuta i partecipanti a creare un metodo di apprendimento più efficace che possono poi esportare anche in altri ambiti più teorici come le materie curriculari.

Verrà poi integrata con una fase riflessiva a fine incontro con disegno o descrizione scritte e poi orale delle impressioni.

Queste tre fasi maturano in maniera differente nel calendario degli otto incontri previsti, ma si intrecciano necessariamente in ogni attività ludico-sportiva.