ACCADEMIA SCHERMA CREMONA

“I 5 CERCHI – le 5 virtù della scherma”

Anno Scolastico
2021/2022

1. **Titolo del progetto: "I 5 CERCHI – le 5 virtù della scherma"**

2. **Responsabile del progetto:** Sig.ra PAOLA TAINO - Presidente Accademia Scherma Cremona

3. **Coordinatrice del Progetto:** Prof.ssa REBECCA SPINELLO
   - laureata in Scienze Motorie e Sportive presso l'Università degli Studi di Brescia, facoltà di Medicina e Chirurgia
   - specializzata in Scienze e Tecniche delle attività motorie preventive e adattative presso l'Università degli Studi di Brescia, facoltà di Medicina e Chirurgia
   - professoressa presso Istituti Scolastici Secondari di primo e secondo grado - responsabile progetti presso Scuole Primarie e Infanzia
   - preparatore atletico presso Accademia Scherma Cremona

4. **Responsabile operativo del Progetto:** Maestro PASQUALE CAPUANO
   - maestro di sala alle tre armi
   - responsabile di sala di Accademia Scherma Cremona

5. **Oggetto:** Il Progetto **"I 5 CERCHI – le 5 virtù della scherma"** si presenta come un iter didattico completo, strutturato secondo uno schema condiviso e sperimentato a più livelli e ambiti di interesse sportivo/scolastico. All'interno di questa proposta pensiamo sia indispensabile condividere preliminarmente con gli insegnanti della Scuola Primaria Amati di Malagnino (CR), la scelta di un "fil rouge" da perseguire al fine di creare una progettazione mirata e coordinata.

<u>I vantaggi di questo intervento condiviso sono molteplici:</u>

· occasioni di scoperta più significative e più motivanti

· stretta correlazione tra le conoscenze e le abilità apprese in ambiti diversi · competenze trasversali

6. **Finalità del progetto:**

- sperimentare e memorizzare un vasto numero di esperienze
- focalizzare l'attenzione
- portare a termine i compiti motori prefissati
- costruire sempre nuovi schemi motori
- consapevolezza del proprio corpo attraverso una corrispondente consapevolezza del mondo e viceversa (percezione e motricità)
- affinare le capacità percettive

7. **Destinatari del progetto:** tutti gli alunni/ e della classe della Scuola Primaria Amati (via Monteverdi, 9 – 26030 Malagnino).

8. **Obiettivi formativi:**

- sperimentare e memorizzare un vasto numero di esperienze
- sviluppare i meccanismi percettivo - cinetici
- focalizzare e stabilizzare l'attenzione
- portare a termine i compiti motori prefissati
- costruire sempre nuovi schemi motori
- acquisire maggiore consapevolezza del proprio corpo tramite l'interazione con l'ambiente circostante
- affinare le capacità percettive
- affinare la condivisione affettiva *

*Il riferimento ai colori e alle emozioni, offre al bambino dei momenti di condivisione affettiva. Non ci sono delle vere e proprie spiegazioni, ma si instaura una sorta di empatia, di contatto profondo, che porteranno il bambino a pensare e riflettere autonomamente.

- esprimere e rielaborare sensazioni ed emozioni*

* le emozioni messe in campo durante le lezioni aiuteranno ad avere aspettative e speranze, a pensare che ci sono modi e strategie per affrontare un avversario (in alcuni casi se stessi), per migliorare la propria condizione, per superare gli ostacoli, nella vita così come nello sport.

9. **Risultati attesi:**

- acquisizione di una corretta cultura motoria sportiva
- scoperta delle attitudini motorie personali, maturando la consapevolezza dei propri limiti e delle proprie potenzialità
- sviluppo della capacità di autocontrollo e ideomotoria
- miglioramento significativo del focus "attentivo"
- gestione e controllo delle emozioni
- consapevolezza nell'affrontare le situazioni per obiettivi
- analizzare e valutare le esperienze motorie e significative compiute (feedback motorio)

- sviluppo della capacità di confronto (con sé e con gli altri compagni)
- acquisire maggiore consapevolezza del proprio corpo tramite l'interazione con l'ambiente circostante
- affinare le capacità percettive
- esprimere sensazioni ed emozioni

10. Modalità e parametri di misurazione: all'interno di questi progetti per la scuola Primaria, non vengo espressamente richieste modalità e paramenti di misurazione/ valutazione. Ci si atterrà al semplice indice di gradimento dei bambini e delle Insegnanti.

11. Obiettivi didattici:

Sviluppo delle capacità coordinative generali
- La capacità di apprendimento motorio
- La capacità di controllo motorio
- La capacità di adattamento e di trasformazione motoria

Sviluppo delle capacità 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

Sviluppo delle capacità condizionali
- La rapidità
- La forza
- La resistenza

Sviluppo della sensorialità
- Acquisire maggiore consapevolezza del proprio corpo tramite l'interazione con l'ambiente circostante
- Affinare le capacità percettive
- Sapere riconoscere le capacità percettive
- affinare le capacità percettive
- affinare la condivisione affettiva
- esprimere e rielaborare sensazioni ed emozioni

12. Fasi principali dell'attività:

1) TITOLO: BLU – LEALTA'

PREMESSA: non è un nemico, ma un avversario. PORTA RISPETTO!

PRESENTAZIONE/ PRIMO INCONTRO: presentazione della scherma e primi concetti di attività motoria di base

Il primo incontro sarà centrato sulla **presentazione della scherma** e del legame con il tema della lealtà spoertiva, fair play e regolamento.

- verranno presentate le tre armi, spada, fioretto e sciabola
- verranno presentati i relativi bersagli
- correlazione con il tema centrale del progetto
- **acquisizione delle capacità motorie di base sviluppate attraverso attività ludiche di gruppo**
- **gare di destrezza motoria su percorsi svolti a staffetta e non** - **esercitazioni a bersaglio**

2) TITOLO: NERO - ELEGANZA

PREMESSA: dress code: total white

In questo intervento impareremo la posizione di guardia, elemento schermistico base per l'apprendimento della disciplina e l'abbigliamento utilizzato (divisa).

- **Consapevolezza delle capacità motorie di base sviluppate attraverso attività ludiche di gruppo**
- **gare di destrezza motoria su percorsi svolti a staffetta e non** - **esercitazioni giocose centrate sull'elemento schermistico della guardia** - **esercitazioni a bersaglio**
- **attacco e difesa**

3) TITOLO: ROSSO - PASSIONE

PREMESSA: Lo sport è sinonimo di impegno, dedizione e motivazione

Nell'arco di questo intervento sarà inoltre perseguito l'apprendimento del passo avanti e passo dietro, elemento schermistico base.

- **Consapevolezza delle capacità motorie di base sviluppate attraverso attività ludiche di gruppo**
- **gare di destrezza motoria su percorsi svolti a staffetta e non** -

esercitazioni giocose centrate sul passo avanti e passo dietro - **attacco e difesa**
- prime prove di assalto

4) TITOLO: GIALLO – FELICITA'

PREMESSA: Ricordati: la schema è un gioco!

In questa unità si prenderà in considerazione l' elemento di base in ambito schermistico, **l'affondo**, tecnica necessaria per poter sostenere assalti in pedana.

- **Miglioramento delle capacità motorie di base sviluppate attraverso attività ludiche (singolarmente e in gruppo)**
- Sviluppo delle capacità coordinative speciali
- **gare di destrezza motoria su percorsi svolti a staffetta e non** - **esercitazioni giocose centrate sul** passo avanti e passo dietro - esercitazioni ludiche sull'affondo
- **attacco e difesa**
- primi assalti alle 5 stoccate

5) TITOLO: VERDE - SUCCESSO

PREMESSA: non dire "NON CE LA FACCIO": nulla è impossibile

Durante questo incontro i bambini potranno provare a cimentarsi in veri e propri **assalti schermistici,** seppur in forma generale e ludica.
*****I bambini saranno muniti di maschera e fioretto in plastica e guidati dall'esperta durante tutte le fasi dell'assalto.

- **Miglioramento delle capacità motorie di base sviluppate attraverso attività ludiche (singolarmente e in gruppo)**
- Sviluppo delle capacità coordinative speciali
- **gare di destrezza motoria su percorsi svolti a staffetta e non** - **esercitazioni giocose centrate sul** passo avanti e passo dietro - esercitazioni ludiche, che richiameranno anche elementi dei precedenti incontri (guardia, passo avanti, passo dietro , affondo)
- assalti a tema (ci saranno cioè elementi tecnici obbligatori e elementi tecnici vietati)
- assalti liberi alle 5 stoccate

ACCADEMIA SCHERMA CREMONA

13. Tempi previsti:

ORARIO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
08.30 – 09.30					
09.30 – 10.30					
10.30 -11.30	2A	2B	3B		1A
11.30 – 12.30	2A	2B	3B	5A	1A
12-30 – 14.30	MENSA	MENSA	MENSA	MENSA	MENSA
14.30 – 15.30	5B	3A	4A	1B	
15.30 – 16.30	5A	3A	4A	1B	5B

Nello specifico:

1A venerdì 12/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
venerdì 19/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
venerdì 26/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30

1B giovedì 04/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
giovedì 11/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
giovedì 18/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30

2A lunedì 15/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
lunedì 22/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
lunedì 29/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30

2B martedì 09/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
martedì 16/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
martedì 23/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30

3A martedì 02/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
martedì 09/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
martedì 16/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30

3B mercoledì 10/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
mercoledì 17/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
mercoledì 24/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30

4A mercoledì 03/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
mercoledì 10/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
mercoledì 17/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30

5A giovedì 11/11/2021 dalle 11.30 alle 12.30
giovedì 18/11/2021 dalle 11.30 alle 12.30
giovedì 25/11/2021 dalle 11.30 alle 12.30

5B lunedì 15/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
lunedì 22/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30
lunedì 29/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30

RICORDIAMO che il progetto verrà sviluppato attraverso interventi **di 45 minuti per evitare di sforzare la capacità attentiva degli alunni.**

GIORNI POSSIBLI RECUPERO:
1A venerdì 03/12/2021 dalle 10.30 alle 11.30
1B giovedì 02/12/2021 dalle 14.30 alle 15.30
2A lunedì 06/12/2021 dalle 10.30 alle 11.30
2B martedì 30/11/2021 dalle 10.30 alle 11.30
3A martedì 30/11/2021dalle 14.30 alle 15.30
3B mercoledì 01/12/2021 dalle 10.30 alle 11.30
4A mercoledì 01/12/2021 dalle 14.30 alle 15.30
5A giovedì 02/12/2021 dalle 11.30 alle 12.30
5B lunedì 29/11/2021 dalle 14.30 alle 15.30

14. **Descrizione del progetto:** Il progetto verrà sviluppato attraverso interventi **di 45 minuti**, rivolti agli alunni/ e di tutte le classi della Scuola Primaria Amati. Gli incontri si terranno presso la palestra della Scuola Primaria Amati (via Monteverdi, 9 – 26030 Malagnino).

15. **Metodologia di lavoro:** * Tutte le esercitazioni proposte saranno presentate esclusivamente in forma ludica, prestando particolare attenzione agli aspetti coordinativi tipici della motricità di base. Sarà ritenuto fondamentale un corretto sviluppo degli schemi motori di base e verranno presentate esercitazioni volte a implementare le capacità

coordinative generali (non solo strettamente inerenti all'ambito schermistico). Inoltre Per raggiungere gli obiettivi multidisciplinari strettamente correlati al progetto, sono stati pensati dei percorsi motori e sensoriali, al fine di realizzare delle esperienze sportive concrete.

16. **Strumenti, materiali e spazi necessari alla realizzazione del progetto:** Per dare avvio al progetto, l'Accademia Scherma Cremona fornirà tutto il materiale necessario: cinesini, coni, materiale propedeutico e didattico all'attività motoria, palline, cerchi, funicelle, maschere e fioretti di plastica.

    * Se già presenti nella struttura e utilizzabili, si provvederà a chiedere espressamente alle Insegnanti, presenti durante l'attività, la possibilità di usufruire dei materiali.

17. **Utilizzo di servizi territoriali o collegamenti con Enti esterni:** non sono previsti, ad oggi, servizi territoriali e/o collegamenti con Enti esterni.

18. **Indicazione delle ore e dei costi del personale per l'attività extra-scolastica**

	Personale impiegato	N. ore extra-curricolari	Totale ore	Compenso orario	Totale

19. **Indicazione delle ore del personale per l'attività:**

PERSONALE IMPIEGATO	CLASSE	GIORNO	TOTALE ORE	ALTRO

CAPUANO PASQUALE	1A	VENERDI	3	
CAPUANO PASQUALE	1B	GIOVEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	2A	LUNEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	2B	MARTEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	3A	MARTEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	3B	MERCOLEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	4A	MERCOLEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	5A	GIOVEDI	3	
CAPUANO PASQUALE	5B	LUNEDI	3	

20. Indicazione dei costi per l'acquisto di materiale

Attività	Materiale	Quantità	Costo

Riepilogo costi

Compenso personale	€ …0……
Acquisto materiale	€ …0……
Altro	€ …0……
TOTALE DEI COSTI DEL PROGETTO	**€ …0……**

Cremona: 22/10/2021

Responsabile del progetto: Prof.ssa SPINELLO REBECCA