



POTENZIAMENTO SPORTIVO

DON BOSCO VILLAGE SCHOOL

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO
VIA MAC MAHON 92, MILANO



OBIETTIVI

- Acquisizione di competenze fisico - motorie
- Conoscenze complete riguardo la pratica sportiva e lo sport
- Formazione di un *mini scienziato motorio*

DESTINATARI

Chi intende far svolgere ai propri figli un percorso scolastico con:

- una considerevole **quantità di pratica motoria**
- l'acquisizione di una **mentalità sportiva**
- un **desiderio di benessere** legato all'attività motoria.

PERCORSO

- TRIENNALE
- **3 ore** settimanali curricolari + **2 ore** di POTENZIAMENTO per circa 30 settimane =

150 ore annuali
450 ore nel triennio

CONTENUTI

(progetto integrale nella sezione Scuola Media del sito della scuola)

CONTENUTI MINISTERIALI (3 ore settimanali curricolari):

- il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo
- il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva
- il gioco, lo sport, le regole, il fair play
- salute e benessere, prevenzione e sicurezza

IMPLEMENTAZIONE DIDATTICA (2 ore settimanali extra curricolari)

ATTIVITÀ MOTORIA: MULTISPORTRIVITÀ

- Discipline sportive sviluppate in due/tre anni di lavoro (atletica, pallacanestro, pallavolo, calcio, nuoto)
- Discipline sportive sviluppate in un singolo periodo di lavoro (8 ore; dodgeball, acrosport, badminton, hockey, rugby, baseball etc...)
- Discipline sportive in inglese

APPROCCI TEORICI:

- Teoria del movimento umano e capacità motorie
- Studio apparati: scheletrico, muscolare, nervoso e cardiorespiratorio
- Sistemi fisiologici e meccanismi energetici
- Alimentazione
- Primo soccorso
- Buone abitudini
- Programmare attività da allenatori/animatori

METODOLOGIA:

- VEICOLARITÀ LINGUISTICA: un'ora di attività pratica alla settimana svolta in lingua inglese
- Lavori in Compresenze docenti
- Eventuali compartecipazioni con gli studenti dell'Università Cattolica di Milano e docenti di riferimento per lo studio e la comprensione di progetto

QUADRO 1 MEDIA

	Programma	MONTE ORE	Argomenti
TEORIA: curricolare: 18 ore con potenziamento 30 ore	Lezioni teoriche	8	Assi movimento e capacità motorie (coordinative, condizionali)
		4	
		8	Dalla pratica alla teoria: osservazioni e deduzioni
		4	
		2	Elementi di nutrizione
		4	
PRATICA: curricolare: 72 ore con potenziamento 90 ore	Lezioni pratiche in lingua inglese	12	Giochi popolari, giochi classici e "giochi d'altri tempi" svolti in lingua inglese
		18	
	Lezioni pratiche discipline sportive	60	3 moduli attività sportiva comprensive acquaticità
		90	4 moduli attività sportiva

AMMISSIONE

La richiesta di ammissione al percorso va presentata via mail all'indirizzo pozzi@donboscovillage.com ENTRO venerdì 13.09.

In caso di richieste sovrannumerarie è prevista una apposita prova motoria - attitudinale. Verranno proposti alcuni test sulle capacità condizionali e coordinative, per verificare le qualità fisico - motorie degli allievi.

Le prove attitudinali sono le seguenti: salto con la funicella, salto in lungo da fermo, test di Harre, test del ventaglio, percorso motorio misto.

L'ammissione comporta la frequenza a tutto il triennio.

CONTRIBUTO: è richiesto un contributo alle famiglie pari a 200€ senza ulteriori costi per accessi impianti sportivi e materiali.

Rimangono escluse le dotazioni sportive personali.