



SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE

Atti del Seminario di Studio

SPORT DI SQUADRA NON TRADIZIONALI NELLA SCUOLA SECONDARIA

ISEO (BS), 11-12 marzo 2010

A cura di:
Luca Eid e Marco Bussetti

Con la collaborazione di:



TUTTI I DIRITTI

I diritti di traduzione, memorizzazione elettronica, riproduzione e adattamento totale o parziale, con qualsiasi mezzo (compresi i microfilm e le copie fotostatiche) sono riservati per tutti i Paesi. Per informazioni: Luca Eid, eid@irre.lombardia.it

PROGETTO GRAFICO

Luca Plumari

COORDINATORE EDITORIALE

Matteo Merati

EDITOR

Laura Bartoli, Giovanni Colombini, Nicola Lovecchio, Sandro Saronni

STAMPA

Laser Copy Center S.r.l.

INDICE

SALUTI:	<i>a cura di</i> Monica Rizzi <i>Assessore allo Sport e Giovani - Regione Lombardia</i>	5
PRESENTAZIONE:	<i>a cura di</i> Mariosiro Marin, Mauro Leanti <i>Assessorato allo Sport e Giovani - Regione Lombardia</i> Marco Bussetti <i>Dirigente Tecnico – USR Lombardia</i> Luca Eid <i>Ricercatore ANSAS Lombardia</i>	7
FIDAF	Il Flag Football	9
MARCO D'ACQUISTO DAVID MONTARESI	Didattica del Flag Football a scuola	19
RAIMONDO MINERVINO	Il Floorball - Unihockey	31
LUCIANO QUATTRO	Il Fourball	39
FIFD	L'Ultimate	63
FITIC	L'Inter-Crosse	101
LILIANA DURANTE LAURA MONTALBETTI	La Peteca	107
FIT	Il Tchoukball	115

Era il 20 novembre del 1989 quando l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite approvò all'unanimità la Convenzione sui diritti del fanciullo, un documento destinato a segnare una svolta nella storia degli interventi rivolti ai minori. Da quel momento, le legislazioni nazionali (l'Italia l'ha ratificata con legge 27 maggio 1991 n. 176) e regionali di molti paesi hanno posto al centro della loro attenzione il riconoscimento giuridico dei diritti dei bambini e degli adolescenti. Il fanciullo è un soggetto titolare di diritti, non un mero oggetto di tutela e protezione. Basandomi su questi principi, durante la scorsa legislatura regionale, nel corso della quale ho ricoperto l'incarico di Consigliere, ho presentato la legge istitutiva del Garante per l'infanzia e l'adolescenza.

L'attività motoria, che è propedeutica alla pratica sportiva, è utile per creare momenti di divertimento puro e momenti di crescita della sfera cognitiva dei bambini, i quali mutano sempre più rapidamente, a causa delle sollecitazioni provenienti dall'ambiente, sperimentando spesso nuove forme di disagio che gli adulti conoscono in ritardo.

La pratica sportiva aiuta i fanciulli a comprendere valori importanti come la lealtà e lo spirito di squadra, che costituiscono i pilastri per la costruzione di una società aperta e collaborativa. L'Assessorato allo sport della Regione Lombardia sarà sempre in prima linea per diffondere la pratica e la cultura di uno sport "pulito", che coniughi l'attività motoria ad un sano divertimento, anche nell'ottica della prevenzione e dell'innalzamento della qualità della vita.

Il progetto "Formazione degli insegnanti di ogni ordine e grado nelle scuole della Lombardia sulle scienze motorie e sportive nella scuola" - che ha coinvolto oltre 500 docenti durante 11 seminari di formazione e aggiornamento - costituisce un momento di confronto e riflessione utile ai fini dell'elaborazione e della definizione delle politiche regionali nell'ambito dell'educazione psicomotoria nella scuola.

Un bambino felice avrà più probabilità di diventare un buon cittadino lombardo, e di trasmettere, a sua volta, quei valori positivi che sono le fondamenta sulle quali si regge la nostra società.

Monica Rizzi

Assessore Regionale Sport e Giovani

PRESENTAZIONE

.....

La partecipazione ad attività di formazione e di aggiornamento costituisce un diritto per il personale docente della scuola in quanto funzionale alla piena realizzazione e allo sviluppo delle proprie professionalità.

La formazione e l'aggiornamento in servizio degli insegnanti di ogni ordine e grado è per legge delegata alle Università, agli Uffici Regionali Scolastici, all'ANSAS e ai singoli Istituti Scolastici. Oltre a queste istituzioni, a cui è demandato questo compito, il MIUR accredita annualmente agenzie formative con compiti analoghi.

In questo ambito la Direzione Scolastica Regionale della Lombardia, la Direzione Generale Sport della Regione Lombardia, l'Agenzia Scolastica – Nucleo Territoriale Lombardia e l'ITSOS A. Steiner di Milano hanno stipulato tra di loro una convenzione al fine di attivare il progetto "Formazione degli insegnanti di ogni ordine e grado delle scuole della Lombardia sulle scienze motorie e sportive nella scuola".

Il progetto si è svolto nel 2010 e ha previsto lo svolgimento di 11 seminari di studio sulle scienze motorie e sportive rivolti ai docenti delle scuole di ogni ordine e grado della Lombardia.

L'obiettivo principale del progetto è stato quello di valorizzare la figura dell'insegnamento delle scienze motorie e sportive potenziando in particolare alcune finalità che già la Regione Lombardia e l'USR Lombardia stanno perseguendo: l'attività fisica in ambiente naturale, i valori dello sport (fair-play), l'alimentazione, l'educazione alla sicurezza, la conoscenza del territorio.

Fornire ai docenti nuove conoscenze, abilità e competenze nell'ambito della motricità e dello sport ha consentito agli insegnanti di approfondire nuove metodologie, progressioni didattiche e tecniche, valorizzando le potenzialità dei singoli docenti attraverso focus group e gruppi di lavoro. Per ogni seminario sono stati prodotti gli atti e un dvd affinché tutti i partecipanti possano ricevere una documentazione dettagliata dei contenuti svolti.

Tutte le attività sono state monitorate da un gruppo di lavoro che al termine del progetto realizzerà un report conclusivo comprensivo delle valutazioni quantitative e qualitative provenienti dai docenti partecipanti.

Complessivamente il progetto ha coinvolto più di 500 docenti di ogni ordine e grado provenienti da tutte le province della Lombardia. I contenuti delle iniziative e i relativi supporti informatici sono visionabili e scaricabili presso il sito www.irrelombardia.it

Mariosiro Marin, Mauro Leanti

Assessorato Sport e Giovani – Regione Lombardia

Marco Bussetti

Dirigente Tecnico – USR Lombardia

Luca Eid

Ricercatore ANSAS Lombardia

La Peteca

.....
Liliana Durante e Laura Montalbetti

LA STORIA

Il gioco della peteca é conosciuto in Brasile, prima dell'arrivo dei portoghesi. I primi giocatori furono gli indigeni della tribù "TUPI", che confezionavano la peteca con materiale molto semplice e facilmente recuperabile nel loro ambiente di vita: legavano insieme alcune foglie di caucciú e le riempivano alla base con del riso, poi infilavano alcune piume di uccello direttamente nella base.

Si giocava a peteca in tutte le celebrazioni festive, insieme a danze e canti ed era un gioco tipicamente estivo.

Gli indigeni credevano che fosse il gioco prediletto dagli dei e lo chiamavano "mangá".



Nella lingua Tupi la parola "peteca" deriva da petek, che significa "schiaffeggiare, colpire, battere" con le mani, ed é questo infatti il movimento piú ricorrente e fondamentale del gioco.

Gli storici ci raccontano anche che gli indios giocavano con una peteca fatta di sassolini avvolti in foglie di alberi e legati con una spiga di grano.

Col tempo questa attività si è trasformata in un gioco vero e proprio, che i brasiliani hanno tramandato di generazione in generazione fino ad oggi.

Durante gli anni la peteca ha subito dei cambiamenti sia estetici che tecnici; fino agli anni '60 era fatta con penne colorate; successivamente è stata costruita con una base di gomma formata da strati sottili sovrapposti, alla quale è legata una sola penna.

Questa particolare peteca prende il nome "Foguete", perché assomigliava ad un razzo. Con questo attrezzo si cominció a giocare soprattutto in spazi aperti senza rete e delimitazioni di campo.



Venne successivamente adottato il campo di pallavolo, come campo utile per disputare le partite, ma subito si individuarono alcuni problemi: il campo era troppo grande per un gioco di due contro due e la rete di pallavolo aveva delle maglie troppo larghe che permettevano alla peteca di passarvi attraverso.

Le regole non erano ben definite ed era un gioco ancora troppo poco tecnico.

All'inizio degli anni settanta si mise a punto una rete specifica per la peteca con maglie piú piccole e meno alta rispetto alla rete di pallavolo, fu fabbricata una peteca con quattro penne in modo che ruotasse meno rispetto al modello "Foguete" e furono definite le dimensioni del campo attuale : 15 mx 7,50m.

.....

La culla della peteca é la regione brasiliana del Minas Gerais, per il quale ancora oggi é motivo di vanto e di orgoglio, tante che proprio nel Minas ha sede la Federação Mineira de Peteca. Nel 1985 la Federazione ha ridefinito le regole del gioco che sono attualmente in uso.

CARATTERISTICHE PRINCIPALI DEL GIOCO

Cos'è

E' un gioco, che si pratica con un attrezzo simile a un volano allungato

Dove si gioca

Si pratica in un campo di 15m x7.50m, con una rete alta 2,40m.

Numero giocatori

Si gioca uno contro uno (singolo) o in due contro due (doppio).

Vantaggi

Sviluppa la coordinazione oculo-manuale, la lateralità e l'equilibrio;

Migliora la mobilità dell'articolazione scapolo-omerale;

Tonifica gli arti inferiori;

Sviluppa la capacità di attenzione;

Migliora la funzionalità cardio-circolatoria.

A chi è rivolto

Possono intraprendere l'attività giocatori di tutte le età, perché la velocità del gioco dipende dalla condizione fisica e dall'abilità tecnica di chi lo pratica.

E' motivante fin dalle prime battute, perché non richiedendo una coordinazione complessa si entra subito nel vivo del gioco

E' uno sport che non richiede un grosso investimento economico perché si può praticare anche su dei campi di pallavolo adattati, e la peteca é un attrezzo non particolarmente costoso.

Dal punto di vista didattico questa attività ha una funzione propedeutica agli sport "di volo" come pallavolo, tennis, badminton....

Siamo convinte che la **Peteca** sia lo sport ludico ideale per sviluppare la motricità, l'agilità e la condizione fisica di tutte le età.

Campi di peteca



La squadra



La peteca si può giocare come gioco singolo, uno contro uno o come doppio, due contro due. Nel singolo la squadra è composta dal singolo giocatore ed il campo ha dimensioni ridotte rispetto a quelle del doppio.

Nel doppio la squadra è composta da tre giocatori, di cui due giocano in campo ed il terzo è in panchina.

La Federazione ha stabilito per il gioco del doppio le seguenti categorie:

.....

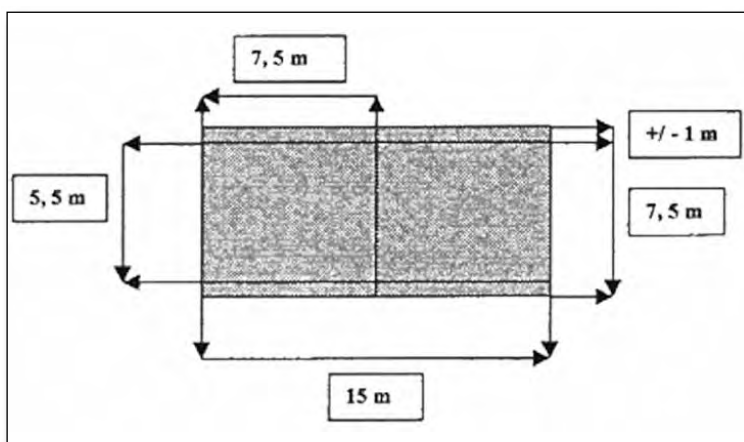
Maschile

Pulcini: da 6 a 12 anni
Fanciulli: da 13 a 16 anni
Ragazzi: da 17 a 20 anni
Adulti: da 21 a 30 anni
Senior: da 31 a 40 anni
Master: da 41 a 50 anni
Veterani: da 51 in avanti

Femminile

Pulcini: da 6 a 12 anni
Fanciulle: da 13 a 16 anni
Ragazze: da 17 a 20 anni
Adulti: da 21 a 30 anni
Senior: da 31 a 40 anni
Master: da 41 a 50 anni
Veterani: da 51 in avanti

Il campo



Le dimensioni del campo variano in base al doppio o singolo ed alla categoria.

Categoria 13/15 anni ed adulti **Singolo:** 15 m. x 5,5 m

Doppio: 15 m. x 7,5 m.

Categoria 8/12 anni **Singolo:** 12 m. x 4 m.

Doppio: 12 m. x 6 m.

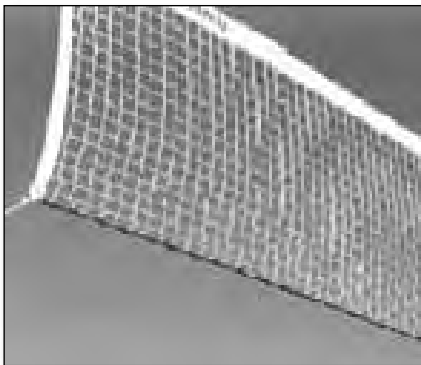
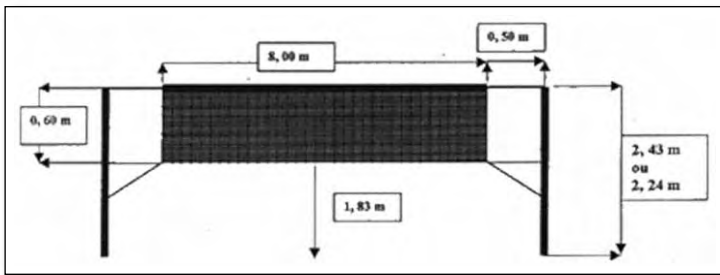
Il pavimento può essere di cemento, parquet, materiale sintetico e di sabbia per la versione beach.

Il campo è delimitato da linee di 0,05 di larghezza.

Esiste un colore standard per il campo di peteca: verde con linee arancioni.

.....

La rete



Dimensioni

Altezza per gli uomini: 2,43 m. dal suolo.

Altezza per le donne: 2,24 m. dal suolo.

Altezza cat. 8/12 anni: 2 m. dal suolo.

Lunghezza: 7,60 m.

Larghezza: 0,60 m.

Quadrati rete: 0,04 m. x 0,04 m. di tessuto di nylon o materiale simile, con orli di 0,05 m. all'estremità. I pali della rete devono stare a 0,50 m. di distanza dalle linee laterali.

La peteca

Dimensioni



Base: il diametro deve essere da 0,050 m. a 0,052 m e deve essere di gomma in strati sovrapposti

Altezza totale: 0,20 m

Peso: da 40 a 42 grammi approssimativamente.

Penne : bianche in numero di quattro con un diametro da 0,04 m a 0,05 m

.....

IL REGOLAMENTO



REGOLE BASE DELLA PETECA

Partita: 3 set, vince chi se ne aggiudica due.

Tempi limite: 20 minuti per set e vince chi ha conseguito il maggior punteggio.

Punteggio: vince il primo che arriva a 12 punti.

Cambio campo: quando una squadra arriva a sei punti o dopo dieci minuti di gioco.

Servizio: la peteca deve essere battuta con una sola mano, lanciata da fondo campo e passare sopra la rete.

Regola dei trenta secondi: la squadra che ha effettuato la battuta ha a disposizione trenta secondi per realizzare il punto, se non vi riesce perde il vantaggio e quindi la battuta.

Errori al momento del servizio: se la peteca passa sotto la rete, esce dai limiti del campo, se viene accompagnata ecc, il servizio passa all'avversario.

Errori durante il gioco: si verificano quando la peteca esce dal campo, viene trattenuta o accompagnata da un giocatore, se il giocatore fa invasione di campo, se la peteca passa sotto la rete, se viene toccata due volte, se viene toccata con i piedi o con un'altra parte del corpo che non siano le mani, se viene toccata con due mani contemporaneamente.

LA BATTUTA

La battuta può essere effettuata dal basso, dall'alto o con salto.

IL LANCIO

La peteca può essere colpita o dall'alto verso l'alto con una flessione-estensione dell'avambraccio sul braccio; oppure da dietro in avanti basso.

Il lancio dall'alto è più tecnico e più preciso.

La peteca può essere colpita sia con la mano sinistra che con la destra.

ABBIGLIAMENTO

Giocare a peteca non richiede un particolare abbigliamento però consigliamo per i principianti di

.....

indossare dei guanti appositi per evitare colpi troppi forti alle mani e delle scarpe da ginnastica come quelle usate nella pallavolo.

E' in fase di preparazione una didattica della peteca rivolta alle scuole elementari, medie e superiori e terza età.

La Peteca non ha una coordinazione complessa come il tennis, non sviluppa una coordinazione unilaterale, non richiede un impegno cardio respiratorio importante, è economica, è alla portata di tutti e può servire da stimolo per impegnarsi in una attività motoria con il solo scopo di muoversi e ritrovare un dialogo con la propria corporeità guadagnando in benessere psico fisico.

Per ulteriori informazioni:

www.petecando.com