



"ROTELLE DI CLASSE"

Skateboard e Pattinaggio Freestyle

Con il Progetto "Rotelle di Classe", al suo quarto anno, la Federazione Italiana Sport Rotellistici intende porsi al servizio dell'istituzione scolastica per contribuire - sul piano educativo e mediante lo sviluppo dell'alfabetizzazione motoria del ragazzo - al fine ultimo della scuola: la formazione della persona e del cittadino.

Il Progetto intende fornire un supporto tecnico e didattico agli Insegnanti degli Istituti Comprensivi della Scuola Primaria, ideale per promuovere non solo il benessere fisico e mentale, educando anche a vivere in mezzo alle altre persone, alla condivisione, al rispetto degli avversari e a confrontarsi con gli altri sulla base delle proprie abilità e della voglia di fare bene e, in questo caso, anche attraverso il gioco e l'approccio ai pattini a rotelle e allo skateboard.



L'acquisizione dell'attività motoria contribuisce, sul piano della multilateralità, all'espressione di una forma di linguaggio corporeo che, grazie alla sua particolarità ed all'utilizzo di un attrezzo specifico, concorre a sviluppare la creatività del ragazzo ampliando i suoi gradi di libertà nei confronti dell'ambiente.

La graduale e crescente valutazione delle possibilità individuali, anche in rapporto all'utilizzo dell'attrezzo pattino nelle sue varie forme, favorisce inoltre la progressiva consapevolezza di sé.

La FISR, tramite le Skate School distribuite su tutto il territorio Italiano, opera ormai da anni in tutti quei contesti e quelle realtà più difficili: dalle periferie delle grandi città, ai piccoli paesi di provincia, arrivando al cuore della gente e sapendo comunicare il concetto di sport e passione grazie anche, ad esempio, alle particolarità che rendono unico nel suo genere il mondo dello skateboard.

Lo skateboard ed il pattinaggio non sono solo uno sport, ma anche uno stile di vita, una cultura che ha radici molto profonde nelle comunità urbane, e non solo, di tutto il mondo.

Skateboard e pattino rappresentano fin da sempre la "strada", il luogo di incontro e di scambio culturale dei giovani e delle realtà urbane offrendo anche la possibilità di creare un mezzo di comunicazione utile nei temi delle pari opportunità, inclusione sociale, lotta al razzismo e al bullismo.



REGOLAMENTO

Il progetto "Rotelle di Classe" è rivolto a bambini che frequentano la **classe 3^a, 4^a e 5^a** della scuola primaria.

L'adesione al progetto è onere della società sportiva che, dopo aver preso accordi con gli istituti e aver scelto la disciplina tra **pattinaggio inline** o **skateboarding**, dovrà compilare il modulo sulla piattaforma Jotform disponibile a questo link:

<https://form.jotform.com/221993782624365>

allegando il modello di adesione al progetto siglato con la scuola. Ogni società sportiva può aderire con un massimo di **3 istituti/plessi scolastici**.

Scadenza delle adesioni **30 Novembre 2022!**

Gli interventi didattici previsti sono:

- **6 lezioni curriculari**, da svolgere negli spazi scolastici della durata di **un' ora** ciascuna;
- **10 lezioni extracurriculari**, da svolgere presso l'impianto della società della durata di **un'ora e trenta** ciascuna;
- **18 lezioni all'interno dei percorsi formativi strutturali delle società sportive** da svolgere presso l'impianto della società della durata di **un'ora e trenta** ciascuna;

Per un massimo di **48 ore di lezioni totali**.

La società sportiva dovrà verificare e conservare i modelli (trattamento dati personali e liberatoria per foto e video) firmati dai genitori degli alunni coinvolti e contestualmente monitorare l'andamento del progetto. Dovrà individuare uno o più tecnici federali che svolgeranno attivamente il progetto. (Si specifica che ogni tecnico potrà adottare un massimo di 2 istituti/plessi scolastici).

Potranno aderire al progetto un numero massimo di 100 società sportive.

Il tecnico dovrà compilare il registro presenze degli interventi svolti, che dovrà essere controfirmato per le lezioni curriculari dal Dirigente Scolastico e per quelle extracurriculari dal Dirigente della società.

Durante lo svolgimento delle lezioni il tecnico documenterà il suo operato con foto e video che dovranno essere inviate a rotellediclasse@fisr.it al termine del progetto.

Ai tecnici verrà riconosciuto un compenso pari a **€ 15,00/h per le lezioni curriculari ed extracurriculari** ed un compenso pari a **€ 10,00/h per le lezioni all'interno dei percorsi formativi strutturali delle società sportive**.

L'operato di tutti i tecnici sarà coordinato da un **Responsabile Regionale laureato in Scienze Motorie** nominato dal comitato/delegato regionale coadiuvato dalla FISR. Nello specifico, dovrà supportare i tecnici assistendoli nell'attività didattica e nei contatti con le scuole. Al termine dei progetti, **il Responsabile Regionale dovrà redigere una relazione conclusiva**.

Al Responsabile Regionale verrà riconosciuto un compenso pari a **€ 80,00 a progetto**.

CONTATTI : rotellediclasse@fisr.it

0669343745 - 0691684005



GLI OBIETTIVI SPECIFICI DELLO SKATEBOARD E DEL PATTINAGGIO FREESTYLE

COORDINAZIONE E PRECISIONE

Sono due sport che, partendo da una corretta attività motoria, richiedono molto allenamento e molta pratica, e si imparano soprattutto attraverso gli errori. Ecco perché migliorano la coordinazione e la precisione: perché provando i salti e i movimenti tecnici e sbagliandoli di volta in volta i bambini imparano a riprovare, ad aggiustare il tiro, ad ascoltare il loro corpo, i loro legamenti e i loro movimenti fino a trovare la giusta coordinazione.

➤ EQUILIBRIO e PSICOMOTRICITA'

L'uso dello skateboard e dei pattini si basa essenzialmente sull'equilibrio e sul bilanciamento, e dunque non c'è modo migliore per allenare questa capacità fondamentale per un corretto sviluppo motorio.

Lo skater ed il pattinatore, in rapporto a praticanti ed atleti ad atleti di altre discipline, rappresentano la massima espressione di equilibrio e di stabilità, sia con modalità bi-podalica, sia monopodalica (propriocettiva). Per cui la capacità di una persona nel controllo del proprio equilibrio e stabilità, pur in situazioni di velocità elevate, rappresenta un valido modello di sviluppo dei giovani relativo al controllo emotivo connesso al controllo delle proprie azioni.

➤ AUTONOMIA E AUTOSTIMA

Dopo le prime lezioni i bambini possono provare a sperimentare le due attività sportive anche da soli, sentendosi autonomi e indipendenti e incrementando così anche l'autostima; sono discipline considerate le più complete dal punto di vista armonico e tra le più divertenti e "libere" in senso assoluto.

➤ MOBILITA' ECO-SOSTENIBILE

Conoscere i molteplici usi dei pattini in generale e dello skateboard, sia dal punto di vista sportivo che come mezzo di trasporto moderno, totalmente eco-sostenibile, utilizzabile da grandi e piccini.

Inoltre, ogni dettaglio dei pattini e dello skateboard sostenibile è pensato per non inquinare: dalle vernici alle colle ai colori, tutto è progettato nel pieno rispetto dell'ambiente.

➤ INCLUSIONE SOCIALE

Pattini e skate come mezzo di aggregazione, per l'abbattimento delle barriere culturali e sociali, a favore della solidarietà e della parità dei sessi.



IL TARGET

"Rotelle di Classe" è indirizzato alle tre classi terminali della Scuola primaria (3^a, 4^a e 5^a) e propone un'attività ludico-ricreativa e di gioco sport inserendo gradualmente anche l'aspetto tecnico-tattico e di confronto. Le attività sono facilmente adattabili e quindi possono essere proposte a tutti gli alunni, anche disabili, dando loro la possibilità, dal punto di vista motorio, di sviluppare quelle capacità coordinative che sono alla base di qualsiasi disciplina sportiva e che forniranno al bambino, anche disabile, la sicurezza nei movimenti e l'indipendenza nello svolgimento delle azioni quotidiane.

Ciascuna Società Sportiva affiliata adatterà un massimo di tre Istituti Scolastici e pertanto, gli alunni di ogni Istituto saranno impegnati o nel percorso pattinaggio o in quello skateboarding.

I Tecnici federali abilitati preferibilmente laureati in Scienze Motorie faranno comunque riferimento ad un coordinatore regionale laureato in Scienze Motorie individuato dalla FISR. I Tecnici coinvolti, considerando l'aspetto promozionale e educativo del progetto, possono essere tecnici non specializzati o specializzati in qualsiasi delle discipline federali.





GLI INTERVENTI DIDATTICI: CONOSCERE PER COMPRENDERE

In ambito curricolare le 6 lezioni saranno così articolate: **fase iniziale teorica (1 lezione)** e **fase centrale (5 lezioni)**.

Nella **fase iniziale** è prevista un'introduzione all'insegnante, oltre che agli alunni, con particolare riferimento agli obiettivi del progetto e alle diverse differenze tecniche del pattinaggio inline e dello skateboarding.

Nella **fase centrale** sarà prevista l'acquisizione degli elementi base. (coordinazione, equilibrio, sicurezza) delle attività sportive svolte (pattinaggio inline o skateboarding), educando contemporaneamente la percezione del proprio corpo nello spazio, del tempo, degli schemi posturali, delle capacità e abilità motorie attraverso il gioco.

Durante tali lezioni gli insegnanti ed il tecnico dovranno osservare il comportamento motorio e non dei bambini, onde poter dedurre quali sono le carenze motorie individuali e del gruppo/classe e programmare, di conseguenza, il lavoro.

In **ambito extracurricolare** sono previsti **10 incontri da un'ora e trenta**.

Queste attività gratuite saranno a libera adesione da parte delle famiglie e si svolgeranno al di fuori dell'orario scolastico, e si svolgeranno **preferibilmente presso l'impianto dell'istituto scolastico** o, in alternativa, negli spazi normalmente utilizzati dalla società sportiva.

Per poter aderire a queste lezioni sarà necessario il tesseramento, per fini assicurativi, degli alunni coinvolti.

Le **ulteriori 18 lezioni**, della **durata di un'ora e trenta** saranno svolte negli spazi di attività delle società sportive partecipanti con l'inserimento dei bambini partecipanti al progetto all'interno dei percorsi formativi societari già calendarizzati.

La quota del tesseramento verrà rimborsata a fine progetto, previa presentazione dei bambini tesserati.

KIT

Il kit previsto per svolgere l'attività è diversificato sulla base dell'attività:

- Skateboarding: 8 skateboard e 8 completi composti da caschetti, gomitiere e ginocchiere;
- Pattinaggio: 10 paia di pattini di misure diverse e 10 completi composti da caschetti, gomitiere e ginocchiere.

Al termine del progetto il 50% del materiale viene lasciato in dotazione all'Istituto scolastico.



INTERVENTI DIDATTICI CURRICOLARI

LEZIONE INTRODUTTIVA DI FORMAZIONE PER GLI INSEGNANTI

Una lezione introduttiva sarà dedicata esclusivamente alla formazione degli Insegnanti delle classi coinvolte, dove il Tecnico illustrerà loro gli obiettivi del Progetto e le varie componenti che caratterizzano il pattinaggio freestyle e lo skateboard.

Gli stessi affiancheranno il Tecnico durante le altre 5 lezioni curricolari. Un possibile percorso formativo potrebbe essere il seguente.

LEZIONE 1

- primi passi;
- rialzarsi e cadere; posizione di base; trasferimento del peso;
- dalla quadrupedia alla posizione eretta;
- dalla posizione eretta alla caduta controllata.

LEZIONE 2

- esercizi in appoggio su balaustre o altri elementi fissi per staccare i piedi da terra;
- esecuzioni su superfici poco scorrevoli;
- cambi di appoggio alternati scaricando totalmente il peso su di un solo arto (affondi laterali);

LEZIONE 3

- carrellamento in rettilineo e in curva;
- modificazione della distanza tra i pattini (sia in rettilineo che in curva);
- utilizzo di una palla di gomma piuma/da tennis da tenere tra le ginocchia e/o le caviglie durante il piegamento (sia in rettilineo che in curva);

LEZIONE 4

- Curve a destra e a sinistra
- Dalla posizione di base alla frenata
- Slalom a pettine e slalom angolato; equilibrio su un piede; introduzione al superamento disottopassi.

LEZIONE 5

- Esercitazioni a percorso con attrezzi (coni, cinesini, ecc....)posti a diverse distanze e angolazioni.
- Ricerca di un punto di equilibrio
- Passo a catena; rallentamento e frenata convergente

LEZIONE 6

- Percorso motorio e giochi a squadra con l'utilizzo sia dei pattini che dello skateboard.



PERCORSO MOTORIO

(alcuni percorsi sono adatti al pattino, altri allo skate e alcuni ad entrambi gli attrezzi. Sono possibili variazioni in relazione alle situazioni locali ma sempre attinenti allo spirito del progetto)

Sacco pieno, sacco vuoto

Gli alunni, dotati di pattini o di skateboard, si dispongono in riga di fronte all'insegnante che utilizza tre diversi comandi: sacco pieno, sacco vuoto e sacco mezzo. Gli allievi devono muoversi secondo i comandi: se il comando è sacco pieno, devono mettersi in piedi, allargando le braccia imitando la forma di un sacco pieno; se il comando è sacco vuoto, devono abbassarsi abbracciando le ginocchia con le braccia; se il comando è sacco mezzo i bambini devono inginocchiarsi "a metà", abbassandosi solo un poco.

Gioco dei gruppi

Gli allievi circolano nella palestra con pattini e skateboard liberamente occupando tutto lo spazio disponibile. Al comando dell'insegnante si dispongono a coppie, in terzetti, in quartetti... nel minor tempo possibile.

Variante: il comando può essere oltre che acustico, visivo.

Carrelli in coppia

Gli allievi sono posti in due file una di fronte all'altra alle due estremità del campo. Assunta la posizione di carrellamento (chi è davanti) e di spinta (chi sta dietro), i due gruppi dovranno partire contemporaneamente e incrociarsi al centro del campo raggiungendo il campo opposto a quello di partenza.

Variante: superata la mezzera l'allievo dietro spinge chi è davanti per farlo arrivare alla linea di fondo campo in posizione di carrellamento.

Gioco del supermercato

Si delimitano delle stazioni come i reparti del supermercato (es. frutta, verdura, carne, pesce..). L'insegnante consegna una lista della spesa alle coppie di allievi che devono prendere l'oggetto e portarlo a "casa".

1 2 3 stella

Gli allievi si pongono dietro una linea, mentre l'insegnante si pone di spalle appoggiato al muro. Gli alunni si muovono finché l'insegnante è di spalle e conta "1, 2,3..", ma devono immobilizzarsi quando questi si volta a guardarli gridando "stella!". Se un giocatore si muove mentre osservato deve tornare alla linea di partenza. La cosa si ripete fino a che uno dei giocatori vince raggiungendo o superando la posizione dell'istruttore.

Gioco del fazzoletto

Due squadre si pongono sedute di fronte su una linea parallela distante 8-10m. L'istruttore sta nel mezzo tenendo in mano un fazzoletto. Ogni componente della squadra è numerato in base al posto che occupa. L'istruttore chiama un numero e il componente di ciascuna delle due squadre al quale esso corrisponde parte e si disputa il fazzoletto facendo attenzione a non farsi toccare dal componente della squadra avversaria.



Ruba i cinesi!

Si tracciano due curve sui lati corti della palestra, una con i cinesini di un colore (es. giallo) e una con i cinesini di un altro colore (es. rossi). La squadra gialla dovrà rubare i cinesini dell'altra squadra e portarli in "casa" mantenendo il disegno tracciato della curva.

Gatto e topo

Ci si dispone in circolo. L'inseguitore (gatto) deve riuscire a prendere il topo seguendo lo stesso percorso.

La rete e i pesci

L'inseguimento inizia con una coppia che si tiene per mano e cerca di toccare gli altri. Man mano che i compagni vengono toccati fanno parte della rete inseguitrice che diventa sempre più grande.