

## SCHEDA PROGETTO

### 1. TITOLO DEL PROGETTO

Avviamento al tiro con l'arco

### 2. DESCRIZIONE DETTAGLIATA DEI CONTENUTI DEL PROGETTO

#### RESPONSABILE DEL PROGETTO

Nome e cognome

Cinzia Temporini

Materia di insegnamento o qualifica

Insegnante di Educazione Fisica, Istruttrice di compagnia

#### ALTRO PERSONALE CHE PARTECIPA AL PROGETTO (docente e non docente)

Nome e cognome

Sergio Mori    Carretta Andrea

Materia di insegnamento o qualifica

Istruttore federale di Tiro con l'arco FITARCO - Atleta

FITARCO

### 3. CLASSI COINVOLTE

Indicare:

numero classi: Aperto a tutte le classi

tipologia delle classi: 1°; 2°; 3°; 4°; 5°

### 4. AMBITI DI INTERESSE (materie e/o ambiti e/o aree coinvolti nel progetto)

Educazione fisica

### 5. COLLABORAZIONI CHE SI INTENDONO ATTIVARE

Altri Istituti Scolastici:

Liceo scientifico G. Marconi, Liceo Scientifico G. Ulivi, IV Liceo, IPG Rondani.

### 6. OBIETTIVI CHE SI INTENDONO RAGGIUNGERE (indicare gli obiettivi cognitivi, relazionali e operativi)

Il progetto nasce dalla volontà di dare continuità all'offerta formativa già presente da alcuni anni nel nostro Istituto. La possibilità di fare conoscere una disciplina difficilmente proponibile durante le ore curricolari che combina aspetti come determinazione, concentrazione, sicurezza e prestazione fisica, rappresenta il motivo conduttore da cui nasce questa attività.

**Obiettivi cognitivi e metacognitivi** valutabili saranno:

- sviluppo di strategie inconsuete di fronte a difficoltà sempre crescenti
- pertinenza delle risposte motorie legate al miglioramento di attenzione e concentrazione
- bisogno di precisione
- diminuzione del numero di errori e conseguente correzione spontanea
- capacità di utilizzare più fonti di informazione

Dal punto di vista relazionale e affettivo con un'attività continuativa di tiro con l'arco potremo via via

- diminuire il numero di errori
- aumentare un senso di responsabilità legato alla crescita di un sentimento di entusiasmo e autostima
- sviluppare curiosità e conseguentemente meno ansia di fronte al nuovo più complesso
- migliorare le relazioni personali lavorando su tolleranza e diminuzione dell'aggressività.

Gli **obiettivi operativi** si fonderanno su quattro cardini e saranno:

- 1) orientare, cioè dirigere il tiro verso l'obiettivo
- 2) proiettare, ossia tirare l'arco per fornire alla freccia l'energia necessaria per raggiungere il bersaglio
- 3) centrare, ovvero colpire con precisione il punto mirato
- 4) raggruppare le frecce centrando più volte il punto mirato (tiro preciso e ripetuto)

Di conseguenza si lavorerà su 4 fasi specifiche:

### **POSIZIONAMENTO**

- Ricerca di equilibrio statico
- assestamento piedi e spalle
- posizionamento degli appoggi
- incocco

### **PREALLINEAMENTO**

- allineamenti consapevoli

### **TRAZIONE E MIRA**

- ricerca di equilibrio dinamico
- azione di trazione
- ricerca degli allineamenti
- presa di decisione

### **RILASCIO E FOLLOW-THROUGH**

- mantenimento della posizione durante il rilascio della corda
- analisi del gesto .

## **7. PRODOTTO FINALE: Descrizione analitica del prodotto che si intende realizzare alla fine del percorso**

Lo scopo ultimo di questo progetto sarà raggiunto quindi quando il tiro è correttamente orientato, preciso e ripetuto. Quindi il prodotto finale va stabilito in termini di prestazione (miglioramento tecnico-esecutivo) piuttosto che di risultato (vincere una gara).

Con il tempo per completare il lavoro tecnico personale, saranno date agli alunni conoscenze basilari sulla scelta dei materiali e sulla loro messa a punto, così che l'allievo possa sviluppare anche su questo piano, una progressiva autonomia.

Saranno quindi richiamate le informazioni principali relative a :

- scelta dell'arco
- scelta della corda
- monitoraggio della corda sull'arco
- poggiafrecce
- mirino
- equipaggiamento personale
- scelta delle frecce
- regole di sicurezza

**8. DURATA DEL PROGETTO. Indicare quando si intende avviare e concludere il progetto.**

L'intervento si articolerà in tempi diversi per le due tipologie di corsi. Quello per principianti sarà composto da sei lezioni base con inizio verso la metà di Novembre, quello di perfezionamento con un numero ridotto di allievi sarà composto da 15 lezioni base sotto la supervisione di un istruttore federale. Il giorno previsto per svolgere questa attività sarà il VENERDI dalle 13,30 alle 15,30. Si avvierà inoltre un laboratorio didattico aperto a tutte le scuole sempre di VENERDI dopo le 15,30. Il progetto si concluderà in maggio con la fase provinciale dei G.d.g organizzati dall'Itis da Vinci in collaborazione con la compagnia arcieri del torrente e compatibilmente con il supporto regionale, la fase nazionale in luogo e data da definirsi.

**9. FASI e METODOLOGIA DEL PROGETTO . Indicare le fasi e i tempi del percorso (periodo di svolgimento, quantità indicativa di ore scolastiche da dedicare al progetto) e le metodologie che si intende utilizzare durante le attività (frontali, interattive, laboratori, giochi di simulazione, lavori di gruppo, assemblee, etc.)**

In termini generali per ogni unità didattica all'interno della programmazione sono indicati alcuni obiettivi conseguibili in 3/6 sedute d'allenamento.

Il numero di lezioni può però variare in relazione all'età, capacità, abilità, ritmi di apprendimento, livello di partenza, nonché alle difficoltà degli obiettivi.

Organizzare gli allenamenti è complesso poiché molteplici abilità devono essere acquisite e/o perfezionate contemporaneamente.

Già dai primi incontri gli alunni hanno l'opportunità, anche se in modo semplificato, di tirare. Anche nelle lezioni successive sono sempre previste esercitazioni per tutte le fasi di tiro. È dunque privilegiato un approccio globale di insegnamento pur ricercando il progressivo perfezionamento della tecnica.

Per questo motivo 6 lezioni iniziali sono sufficienti per avere una conoscenza della tecnica di tiro. Successivamente però, considerando da 10 a 15 unità didattiche e che all'interno delle stesse possono essere proposte più di una abilità alternandole tra loro, si può indicativamente calcolare un numero complessivo di ore tra 40/50 per il consolidamento della tecnica al fine di realizzare il progetto.

**10. MODALITA' DI VALUTAZIONE DEL PROGETTO. Descrivere gli strumenti e le modalità con le quali si intende valutare i risultati ottenuti rispetto agli obiettivi prefissati. Specificare se la valutazione è effettuata *in itinere* o se è finale.**

La valutazione dei risultati ottenuti sarà periodica e per ogni obiettivo raggiunto sarà assegnato un punteggio da 1 a 3: 1 se l'esecuzione corretta è effettuata in modo saltuario, 2 se avviene di frequente ma non sempre, 3 se si manifesta in modo costante (nessun punto quando l'obiettivo non è raggiunto). I ragazzi debbono essere stimolati ad analizzare la prestazione e ad autovalutarsi trascrivendo autonomamente i loro punteggi sugli score .

È inoltre proposta una scheda di valutazione dei risultati delle volée su cui riportare la somma dei punteggi e il diametro massimo della rosata.

I dati possono essere riportati su grafico un modo da facilitare la lettura.

**11. ELENCO DEI PROGETTI E DELLE COLLABORAZIONI SUL TERRITORIO REALIZZATI NELL'ULTIMO BIENNIO SCOLASTICO**

Avviamento al tiro con l'arco