

progetto "Laboratorio di Sport"



kid'S Lab è una associazione sportiva che nasce dall'esigenza di offrire ai nostri *kids* un'educazione motoria cosciente e competente fin dalla scuola elementare. A tal fine ci siamo attivati per costituire un progetto educativo che potesse appunto colmare le lacune, in ambito motorio, della prima istruzione.

kid'S
Lab



kid'S Lab è una associazione sportiva che nasce dall'esigenza di offrire ai nostri **kids** un'educazione motoria cosciente e competente fin dalla scuola elementare primarie, secondarie e dell'infanzia. A tal fine ci siamo attivati per costituire un progetto educativo che potesse appunto colmare le lacune, in ambito motorio, della prima istruzione.

Progetto "Laboratorio di Sport"

Attraverso il progetto "**Laboratorio di Sport**" potremo finalmente "somministrare" ai ragazzi una corretta motricità di base che costituirà salde fondamenta sulle quali costruire il "movimento" futuro.

- la programmazione temporale prevede di formare la psicomotricità nella scuola dell'infanzia, prima motricità nel triennio iniziale e di introdurre l'apprendimento specifico di alcune discipline sportive nel biennio successivo (minivolley, minibasket, ginnastica artistica, fitness, ballo...) e di evolverle nelle scuole secondarie.
- per raggiungere tale obiettivo ci affidiamo ad insegnanti qualificati rigorosamente laureati alla Facoltà di Scienze Motorie, diplomati I.S.E.F o allenatori della Società Sportiva **U.S. Argentinia Pallavolo**. Il pool di professori avrà l'obbligo di seguire programmi didattici e corsi di aggiornamento, a scadenza mensile, promossi da **kid'S Lab**
- l'insegnamento avrà la frequenza di un'ora settimanale da un minimo di cinque ad un massimo di quaranta lezioni annuali.
- i contenuti didattici saranno differenziati in relazione alle classi.
- per finalizzare le attività educative saranno organizzate durante l'anno una manifestazione sportiva intra e/o interscolastica che costituiranno momenti ludici di aggregazione per i ragazzi.
- nel progetto educativo rientra anche l'organizzazione di viaggi di istruzione in Toscana (specifiche a pag. 6).
- il costo del servizio sarà di € 25 a lezione al netto di IVA.. La quota comprende, oltre al costo dell'insegnante qualificato, la partecipazione al torneo intra ed interscolastico con premi per tutti.

Nel tentativo di prestare un servizio di massima qualità, **kid'S Lab manterrà una costante comunicazione con le scuole ad essa affidate cercando di soddisfare al meglio le richieste delle stesse.**



Contenuti didattici e obiettivi della Psicomotricità nella Scuola dell'Infanzia:

L'importanza fondamentale dell' intervento Psicomotorio consiste in una modalità di aiuto psicomotorio che imposta, come fattore essenziale, il lavoro sulla globalità dell'essere bambino nel rispetto della sua storia, della sua personalità e delle sue potenzialità in relazione con l'ambiente familiare e sociale. Questo obiettivo si realizza in attività ludiche di libera espressività corporea, che costituiscono modalità comunicative privilegiate dal bambino, agite e vissute con lo psicomotricista per attivare un progressivo approfondimento della conoscenza del sé, delle sue potenzialità di realizzarsi tramite le proprie competenze motorie, simboliche, cognitive e relazionali, indirizzate ad una migliore evoluzione.

Contenuti didattici:

Esercitazioni che tendano a migliorare le capacità coordinative generali dei kids.

Capacità coordinative generali:

- capacità di apprendimento motorio
- capacità di controllo motorio

Obiettivi:

- miglioramento della presa di coscienza di sé e del proprio corpo
- miglioramento della capacità di organizzazione spazio-temporale
- possibilità per il bambino di esprimere le proprie emozioni non solo a livello verbale ma anche motorio: dunque la possibilità di sfogare la propria aggressività e le proprie pulsioni emozionali



Contenuti didattici e obiettivi dell'attività motoria nelle classi prime, seconde e terze:

Contenuti didattici:

Esercitazioni che tendano a migliorare le capacità coordinative generali e speciali dei kids.

Capacità coordinative generali:

- capacità di apprendimento motorio
- capacità di controllo motorio
- capacità di adattamento e di trasformazione motoria

Capacità coordinative speciali:

- capacità di combinazione motoria
- capacità di equilibrio
- capacità di orientamento
- capacità di differenziazione spazio-temporale
- capacità di differenziazione dinamica
- capacità di anticipazione motoria

Obiettivi:

- miglioramento della presa di coscienza di sé e del proprio corpo
- miglioramento della capacità di organizzazione spazio-temporale
- miglioramento della destrezza fine
- miglioramento e sviluppo della lateralità attraverso una miglior coordinazione oculo-manuale
- possibilità per il bambino di esprimere le proprie emozioni non solo a livello verbale ma anche motorio: dunque la possibilità di sfogare la propria aggressività e le proprie pulsioni emozionali

Contenuti didattici e obiettivi dell'attività motoria nelle classi quarte e quinte e scuole secondarie:

Contenuti didattici:

- migliorare la capacità di apprendimento motorio che implicano un miglioramento delle capacità di direzione, di controllo e di adattamento
- migliorare le capacità coordinative speciali quali:
 - capacità di accoppiamento e combinazione del movimento
 - capacità di equilibrio
 - capacità di orientamento
 - capacità di ritmo
 - capacità di reazione
 - capacità di trasformazione
- migliorare la coordinazione dinamica generale sia individuale che collettiva, quindi in relazione al gruppo
- promuovere la socializzazione mediante il rispetto delle regole, dei compagni e dei ruoli
- acquisizione della tecnica di base relativa ad alcune discipline sportive (minivolley, minibasket, atletica, ginnastica artistica, fitness, ballo...)



Obiettivi:

- miglioramento delle capacità senso-percettiva, uditiva, tattile e cinestetica del bambino
- miglioramento della coordinazione dinamica generale
- riconoscimento ed accettazione dei ruoli e delle regole all'interno di una situazione di gioco
- riconoscimento e rispetto dell'autorità (istruttore o arbitro...)
- acquisizione della capacità di collaborare all'interno di una squadra in modo consapevole, situazione nella quale ogni individuo ha un proprio ruolo e per questo una propria responsabilità ed una propria importanza.
- acquisizione dei fondamentali di alcune discipline sportive

Contenuti didattici specifici per le classi quarte, quinte e scuole secondarie:

- 1° lezione: verifica e conoscenza delle condizioni e capacità iniziali della classe.
- 2°-10° lezione minivolley

Programma:

- palleggio avanti-indietro e in sospensione
- bagher di difesa, d'appoggio e di ricezione
- schiacciata e pallonetto
- battuta dal basso e successivamente dall'alto (floating e in salto)
- muro da fermo e con spostamento
- sistema e regole fondamentali di gioco

Organizzazione della lezione di minivolley:

- riscaldamento: giochi o andature
- fase Centrale: esercitazioni tecnico tattiche sul fondamentale preso in esame
- gioco: simulazione di una partita
- defaticamento: corsa blanda e rilassamento.

Obiettivi:

- consolidamento dei fondamentali di base del minivolley e minibasket
- conoscenza delle regole
- raggiungimento dei prerequisiti a carattere motorio:
 - sicure lateralizzazione
 - buona coordinazione (segmentarla e generale)
 - facilità di movimento in volo e a terra
 - rotolamenti e prese di contatti con il terreno
 - reattività di base e specifica
 - resistenza generale
- sviluppo della socializzazione attraverso il gioco responsabilizzazione verso gli altri membri del gruppo, verso le cose e le strutture sportive.



- 11° e 12° lezione: organizzazione del torneo di minivolley intrascolastico
- 13°- 20° lezione: minibasket

Programma:

- palleggio da fermo in corsa, con entrambe le mani
- tiro a una mano, in sospensione, dalla lunga distanza e libero
- passaggio e due mani, schiacciato a terra, ad una mano, etc.
- tattica di squadra 2Vs 2 – 3Vs 3
- tecniche di difesa e d'attacco
- regole fondamentali di gioco e d'arbitraggio

Organizzazione delle lezioni di Minibasket:

- riscaldamento: esercizi e giochi con o senza palla
 - fase centrale: esercitazioni tecnico tattiche sul fondamentale preso in esame
 - gioco: 2Vs 2 3Vs 3 e di squadra
 - defaticamento: corsa blanda e rilassamento
- 21° e 22° lezione: organizzazione torneo di minibasket intrascolastico
 - 23°- 25° lezione: nelle ultime quattro lezioni si potrà scegliere tra diversi tipi di attività:
 - danze Latinoamericane
 - danze popolari e folkloristiche
 - ginnastica artistica
 - fitness (aerobica, gag...)
 - pallamano
 - calcetto
 - atletica
 - rugby

La scelta delle ultime due lezioni è decisa dagli insegnanti e dagli alunni stessi in base alle curiosità e interesse delle materie sopra elencate.

L'attività sarà svolta in presenza agli insegnanti di classe e i risultati ottenuti saranno valutati alla fine dell'anno tra istruttore e insegnante.

A fine corso, sarà organizzato un torneo interscolastico di minivolley e minibasket con le scuole dell'hinterland milanese, per costituire un momento di aggregazione e conoscenza per i ragazzi. Saranno premiati tutti i partecipanti e in particolare le classi che si sono classificate ai primi tre posti.

Possibilità di organizzare il numero di lezioni voluto di qualsiasi specialità sportiva

Kid's Lab si rende disponibile nell'organizzazione di lezioni a numero illimitato (da un minimo di 5) di qualsiasi disciplina sportiva sopra elencata.



Struttura generica di una lezione:

Fase di riscaldamento:

(durata 10-15 minuti)

Uno o più giochi in cui è presente il movimento che permette ai bambini di dare sfogo alla loro voglia di muoversi, di correre, di saltare e di interagire liberamente con i compagni: un gioco liberatorio con poche regole da rispettare.

Breve corsa lenta con o senza la palla, manipolazioni, lanci, prese con la palla sopra il capo, lanci e prese in corsa laterale, palleggi...

Il riscaldamento è di fondamentale importanza poiché prepara il bambino ad affrontare un'esercitazione nelle migliori condizioni possibili.

Requisiti motori:

- coordinazione: oculo-manuale e spazio-temporale
- coordinazione generale (andature coordinate)
- capacità di reazione acustica e ottica
- capacità di ritmo
- capacità di coordinazione rapida
- capacità di equilibrio

Fase centrale:

(durata 30-35 minuti)

Giochi, esercizi ed attività mirate al miglioramento degli obiettivi specifici posti all'inizio della lezione. Saranno proposte molteplici attività con coefficiente di difficoltà crescente e diverse, a seconda dei bambini stessi.

Obiettivi finali, requisiti motori e tecnici varieranno in base alle classi coinvolte nell'attività, per fare in modo che il bambino acquisisca e sviluppi le capacità di movimento.

All'apprendimento è collegato lo sviluppo della persona, che utilizza le conoscenze, le capacità e le competenze acquisite per generare e svilupparne di nuove e più approfondite.

Il programma motorio prevede:

- esercizi specifici
- circuiti a tempo
- giochi di squadra
- gare singole e di squadra
- sviluppo delle capacità condizionali e coordinative
- elaborazione ed interpretazione degli stimoli

Fase di defaticamento:

(durata 10-15 minuti)

Giochi o attività di rilassamento che permettono al bambino di prendere coscienza di sé e del proprio corpo e di favorire il ritorno a una condizione di normalità, dopo lo sforzo.



Viaggi di istruzione:

In Toscana in una casa colonica, circondata da un ampio giardino a pochi Km da mare. La casa è situata nella splendida Val di Cornia terra ricca di storia e di cultura di bellezze ambientali, paesaggistiche ed artistiche.

Questa stupenda parte di Toscana offre possibilità e varietà di itinerari, tra spiagge, boschi e colline ove si respira ancora l'arte del popolo Etrusco, Romano e del Medioevo.

Obiettivi:

Sebbene questa proposta non tralasci di perseguire obiettivi "informativi", la priorità che esse si pone di raggiungere è senza dubbio di carattere formativo:

- Socializzazione
- Acquisizione di una coscienza ecologica

Per bambini e bambine abituati a vivere nelle nostre città così avare di spazi e di occasioni veramente aggreganti e socializzanti, a parte lo spot, questo soggiorno offre un'importante occasione di vita comunitaria; in una dimensione completamente diversa da quella abituale, caratterizzata da nuovi ritmi, da nuove esigenze, da nuove esperienze, da nuovi rapporti sia con i compagni che con gli adulti.

Programma:

- Ecologia viva- la vita in campagna e l'ambiente maremmano
- Storia e archeologia
- Sport e Natura

La scelta dei contenuti del programma riguarda gli insegnanti sulla base degli interessi, dei bisogni della classe e dell'età dei bambini.

Sistemazione:

Si abiterà in una grande casa dotata di camere da 4-8 letti e con una capienza di 30 posti letto, servizi, sala da pranzo, terrazza, grande salone per riunioni e giochi serali.

Altri locali e spazi per attività e laboratori, forno a legna per focaccia e pizza, giardino con ampi spazi per attività sportive all'aria aperta.

Quota:

Tenuto conto che l'intera struttura sarà a completa disposizione e la gratuità per gli insegnanti accompagnatori proponiamo le seguenti tariffe:

€ 32 al giorno al netto di IVA

la quota comprende: vitto (colazione, pranzo, merenda, cena) alloggio, assistenza medica assicurazione.

Visitate il sito: www.ilbarattolo.it

Mail: help@ilbarattolo.it



Per Informazioni e Prenotazioni:

Guido Malcangi 338 8963192

Fabio Colombo 346 8741771

Paolo Villani 347 9480715

Mail: info@kids-lab.com

Web: www.kids-lab.com