



SCHEDA PROGETTAZIONE ATTIVITÀ SPORTIVA
per le classi 1[^], 2[^] e 3[^] di scuola secondaria di I grado
FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

Nelle scuole secondarie la partecipazione è sia a livello individuale che di classe.

- Per gli **sport individuali** la partecipazione è a livello individuale (maschile e femminile).
- Per gli **sport di squadra** la squadra è rappresentata dalla classe o dal gruppo classe.
- Per il **premio multidisciplinare**, laddove l'Istituto scolastico voglia prevedere anche tale premio nella Fase di istituto, è previsto il coinvolgimento di tutta la classe in tre discipline sportive di cui almeno una individuale, una di squadra ed una terza a scelta tra individuale, di squadra o integrata. Tutte le studentesse e gli studenti concorrono al punteggio di classe, al quale possono contribuire sia individualmente, che suddivisi in piccoli gruppi, nel confronto con altre classi.

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività sia individuali che di squadra per dare il proprio contributo rispondendo ai principi dei Giochi della gioventù e valorizzando la partecipazione di tutti e il talento.

Nome dell'attività sportiva proposta	ATLETICA SU PISTA
Obiettivi di apprendimento <i>(in coerenza con le Indicazioni Nazionali per il Curricolo)</i>	• Comprendere e applicare le regole base del fairplay • Saper gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco e sportive • Comprendere e sapere applicare le regole e le tattiche delle attività e degli sport individuali e di squadra • Migliorare la padronanza del proprio corpo, in relazione alle personali caratteristiche, consolidando i movimenti fondamentali • Acquisire varie abilità, tattiche e tecniche motorie praticabili nel gioco, nell'esercizio e nello sport • Collaborare con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità

	Potenziamento delle capacità motorie, sportive ed espressive
Eventuali obiettivi trasversali e interdisciplinari	
Attività propedeutiche <i>(dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)</i>	
Classi coinvolte specificare l'attività proposta per ogni classe (1 [^] , 2 [^] , 3 [^])	PRIMA CATEGORIA - Classi 1[^] di scuola sec. di I grado Corse: 60 mt - 600 mt - 60hs (6 ostacoli- 0,60 mt - distanze mt. 12/7,5/10,50) Salti: Lungo - Alto Lanci: Vortex Staffetta: 8 x 50 mista cambio libero (4 ragazzi - 4 ragazze) SECONDA CATEGORIA - Classi 2[^] e 3[^] di scuola sec. di I grado Corse: 80 mt - 1000 mt - 80hs (0,60mt) 80hs C/i: 8hs distanze 13mt/8mt/11mt 80hs C/e: 8hs distanze 12mt/7,50mt/15,50mt Salti: Lungo - Alto Lanci: Peso F Kg 3 - M Kg 4 Staffetta: 4 x 100
Numero partecipanti	Fase Provinciale La partecipazione alla Fase Provinciale prevede l'iscrizione da parte delle singole scuole di alunni/e: in almeno 3 delle 7 gare in programma per la prima categoria Fase Regionale Ogni Commissione decide il numero di alunni/e individualisti che accedono dalle fasi provinciali a quelle regionali Finale Nazionale per la Seconda Categoria Sono ammessi alla finale nazionale: le alunne/i prime/i classificate/i in ogni gara del programma
Composizione delle squadre per lo svolgimento dell'attività sportiva proposta (solo per gli sport di squadra)	NO

Attrezzi/materiali <i>(descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)</i>	Fase di Istituto Attrezzatura in disponibilità della scuola Altre Fasi Attrezzatura normalmente disponibile su un campo di atletica Leggera
Spazio utilizzato <i>(descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)</i>	- La fase d'Istituto si realizza nelle palestre e/o altri spazi attrezzati all'aperto in disponibilità della scuola o reperiti nel/dal comune di appartenenza - Per le fasi successive si prevede l'utilizzo degli impianti di Atletica Leggera
Durata delle attività	
Preparazione del campo/dell'area di gioco	
Regolamento dell'attività sportiva proposta <i>per le diverse categorie</i>	PRIMA CATEGORIA (Classi Prime) - M/F Fase Provinciale /Fase Regionale - La staffetta 8x50 a cambio libero deve essere composta obbligatoriamente da 4 maschi e da 4 femmine - Per i salti in estensione e per i lanci ogni atleta avrà a disposizione 3 tentativi - Per le specialità della corsa si adotterà il sistema delle serie - Non è consentito l'uso di scarpe chiodate SECONDA CATEGORIA (Classi Seconde e Terze) - M/F Fase Provinciale - Per la Fase Provinciale sarà utilizzato il regolamento previsto per la Fase Regionale Fase Regionale - Ogni alunno/a può gareggiare solo in una specialità individuale più, eventualmente, nella staffetta - Le/gli alunne/i partecipanti ai mt. 1000 non possono essere inseriti nella staffetta - Le/gli alunne/i che commetteranno 2 false partenze, verranno squalificati. - Per i salti in estensione e per i lanci ogni atleta avrà a disposizione 3 tentativi; ove possibile, i primi otto effettueranno altri 3 tentativi di finale nella fase regionale - Per le corse si adotterà il sistema delle batterie e finali o delle serie. Le Commissioni potranno decidere, in base alle iscrizioni, una delle due opzioni

	- Non è consentito l'uso delle scarpe chiodate Finale Nazionale - turni di qualificazione e finali per ogni gara - Per la gara dei mt 1000 si adotterà il sistema delle serie
<i>Per gli sport individuali</i> Attività sportiva e regolamento previsti per il premio multidisciplinare <i>(se diverso dall'attività proposta per il premio individuale)</i>	PRIMA CATEGORIA (Classi Prime) - M/F a scelta tra: Biathlon A (Peso/staffetta) Biathlon B (Alto/staffetta) SECONDA CATEGORIA (Classi Seconde e Terze) - M/F a scelta tra: Triathlon A (Peso/alto/staffetta*) e Triathlon B (Vortex/lungo/staffetta*) La classifica di ogni disciplina si redige nel seguente modo: - per lancio del peso, vortex, salto in lungo, salto in alto: per ogni alunno viene sommata la miglior misura dei due lanci (peso o vortex) o dei due salti (lungo o alto) previsti, la divisione per il numero degli alunni della classe fa ottenere la media delle misure della classe. Alla classe prima classificata vengono assegnati 8 punti e per le posizioni successive si scala di un punto. Alla classe ottava classificata ed alle successive viene attribuito 1 punto - per la staffetta viene registrato il tempo finale (al centesimo di secondo) e diviso per il numero di alunni della classe in modo da ottenere la media della percorrenza del percorso della classe. Alla classe prima classificata vengono assegnati 8 punti e per le posizioni successive si scala di un punto. Alla classe ottava classificata ed alle successive viene attribuito 1 punto * La scelta della tipologia di staffetta da utilizzare viene demandata alle singole scuole
Eventuali disegni, immagini, grafici esplicativi	
Punteggi dell'attività sportiva proposta	La classifica finale del Biathlon e del Triathlon si ottiene sommando i punteggi ottenuti dalla classe nelle singole discipline che li compongono

Note aggiuntive																	
ADATTAMENTI																	
Adattamento per allievi con disabilità visiva	• Prima Categoria - Classi 1^ Scuola sec. di I grado • Seconda Categoria - Classi 2^ e 3^ Scuola sec. di I grado Prima Categoria - Classi 1^ Scuola sec. di I grado <table border="1"> <tr> <th>Gruppi di Specialità</th><th>PROGRAMMA GARE</th></tr> <tr> <td>CORSE</td><td>60 mt - 600 mt</td></tr> <tr> <td>SALTI</td><td>Lungo (con rincorsa a battuta libera)</td></tr> <tr> <td>LANCI</td><td>Vortex</td></tr> </table> Seconda Categoria - Classi 2^ e 3^ Scuola sec. di I grado <table border="1"> <tr> <th>Gruppi di Specialità</th><th>PROGRAMMA GARE</th></tr> <tr> <td>CORSE</td><td>80 mt</td></tr> <tr> <td>SALTI</td><td>Lungo (con rincorsa a battuta libera)</td></tr> <tr> <td>LANCI</td><td>Vortex</td></tr> </table> ➤ Nei casi di necessità e ipovisione che ne determini la necessità: ○ nella corsa l'alunno/a è accompagnato/a in gara da un compagno/a o da un docente che svolge il ruolo di atleta-guida per tutta la durata della prova. ○ il metodo di guida può essere: • mano nella mano tra alunno/a e atleta-guida; • con cordino che collega la mano dell'alunno/a alla mano dell'atleta-guida; ○ nel salto in Lungo e nel lancio del Vortex l'alunno/a è orientato e guidato vocalmente in gara da un compagno/a o da un docente che svolge il ruolo di guida di pedana per tutta la durata della prova. ➤ Per la partecipazione alle Finali Nazionali è richiesto il <i>Certificato di idoneità sportiva agonistica</i> ai sensi del DM 4-3-1993 e successivi aggiornamenti.	Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE	CORSE	60 mt - 600 mt	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)	LANCI	Vortex	Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE	CORSE	80 mt	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)	LANCI	Vortex
Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE																
CORSE	60 mt - 600 mt																
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)																
LANCI	Vortex																
Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE																
CORSE	80 mt																
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)																
LANCI	Vortex																
Adattamento per allievi con disabilità uditiva	▪ Comunicazione Chiara: Utilizzare segnali visivi e gesti chiari per facilitare la comprensione delle istruzioni. L'uso di lavagne o schemi visivi può essere molto utile. ▪ Posizionamento Strategico: Assicurarsi che gli alunni/e sordi/e siano posizionati in modo da poter vedere bene l'insegnante e gli altri compagni/e, specialmente durante le dimostrazioni.																

	▪ Coinvolgimento Attivo: Favorire la partecipazione attiva degli alunni/e sordi/e, coinvolgendoli/e in ruoli di leadership o di guida all'interno del gruppo, per promuovere la loro autostima e il senso di appartenenza. ▪ Adattamenti delle Attività: Modificare le attività sportive, se necessario, per garantire che tutti/e gli/le alunni/e possano partecipare in modo equo. Ad esempio, si possono semplificare le regole o utilizzare attrezzature specifiche. ▪ Feedback Visivo: Fornire feedback visivo è positivo durante le attività, per rinforzare gli sforzi e i progressi degli/le alunni/e. ▪ Collaborazione con Tutor: se possibile, coinvolgere tutor o compagni/e di classe che possano supportare gli/le alunni/e sordi/e durante le attività, facilitando la comunicazione e l'interazione. Questi adattamenti mirano a creare un ambiente inclusivo e stimolante, dove ogni alunno/a, indipendentemente dalle proprie capacità, possa sentirsi valorizzato e parte integrante del gruppo.																
Adattamento per allievi con disabilità motoria	• Prima Categoria - Classi 1^ Scuola sec. di I grado • Seconda Categoria - Classi 2^ e 3^ Scuola sec. di I grado Prima Categoria - Classi 1^ Scuola sec. di I grado <table border="1"> <thead> <tr> <th>Gruppi di Specialità</th><th>PROGRAMMA GARE</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CORSE</td><td>60 mt</td></tr> <tr> <td>SALTI</td><td>Lungo (con rincorsa a battuta libera)</td></tr> <tr> <td>LANCI</td><td>Vortex</td></tr> </tbody> </table> Seconda Categoria - Classi 2^ e 3^ Scuola sec. di I grado <table border="1"> <thead> <tr> <th>Gruppi di Specialità</th><th>PROGRAMMA GARE</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CORSE</td><td>80 mt</td></tr> <tr> <td>SALTI</td><td>Lungo (con rincorsa a battuta libera)</td></tr> <tr> <td>LANCI</td><td>Vortex - Disco scuola 500g (solo non deambulanti)</td></tr> </tbody> </table> ➤ Gli/le alunni/e non deambulanti possono effettuare le gare di corsa con la propria carrozzina di uso quotidiano o con carrozzina da corsa come da specifiche Fispes; in entrambi i casi è obbligatorio indossare apposito caschetto protettivo. ➤ Gli/le alunni/e non deambulanti devono effettuare le gare di Lanci dalla propria carrozzina. ➤ Per la partecipazione alle Finali Nazionali è richiesto il <i>Certificato di idoneità sportiva agonistica</i> ai sensi del DM 4-3-1993 e successivi aggiornamenti.	Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE	CORSE	60 mt	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)	LANCI	Vortex	Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE	CORSE	80 mt	SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)	LANCI	Vortex - Disco scuola 500g (solo non deambulanti)
Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE																
CORSE	60 mt																
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)																
LANCI	Vortex																
Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE																
CORSE	80 mt																
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera)																
LANCI	Vortex - Disco scuola 500g (solo non deambulanti)																
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva	CATEGORIE DI DISABILITÀ Le classifiche verranno stilate suddividendo gli/le alunni/e con disabilità intellettiva nelle seguenti categorie: ✓ Alunni/e con disabilità intellettivo relazionale (DIR)																

- ✓ Alunni/e con disabilità intellettivo relazionale (C21)*
 * appartengono a questa categoria gli/le alunni/e con Sindrome di Down.

Prima Categoria - Classi 1^ Scuola sec. di I grado

Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE
CORSE	60 mt
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera) La battuta, per tutti, avverrà su un'area di stacco di mt 1x1,22 (larghezza della corsia) realizzata con gesso o similare e con misurazione dal bordo anteriore dell'impronta del piede di stacco
LANCI	Vortex

Seconda Categoria - Classi 2^ e 3^ Scuola sec. di I grado

Gruppi di Specialità	PROGRAMMA GARE
CORSE	80 mt
SALTI	Lungo (con rincorsa a battuta libera) La battuta, per tutti, avverrà su un'area di stacco di mt 1x1,22 (larghezza della corsia) realizzata con gesso o similare e con misurazione dal bordo anteriore dell'impronta del piede di stacco
LANCI	Vortex

- Per ciascun alunno/a è consentita la partecipazione ad una sola gara individuale.
- Il numero di alunni/e che ogni scuola potrà iscrivere alle varie gare viene stabilito dalle Commissioni.
- Non è consentito l'uso delle scarpe chiodate.
- Per la falsa partenza delle gare di corsa è prevista l'applicazione della norma ISF (regolamento internazionale studentesco).
- Per le gare di lancio e salto valgono le stesse norme applicate dalla FIDAL.
- Utilizzo di strategie comunicative, visive e di strutturazione spazio-tempo.
- Saranno premiati i primi tre classificati, maschi e femmine, per ciascuna finale di specialità e categoria di disabilità.
- La commissione potrà prevedere anche l'attribuzione di medaglie di partecipazione per i classificati dal quarto posto in poi.
- Per la partecipazione alle Finali Nazionali agli/alle alunni/e viene richiesto il *Certificato di idoneità alla pratica sportiva agonistica* ai sensi del DM 4-3-1993 e successivi aggiornamenti.

Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali