



Ai Dirigenti Scolastici  
Delle Scuole Secondarie di I e II GRADO  
Città Metropolitana di Torino

## **Corso di formazione "Ginnastica a scuola ... Dall'artistica all'aerobica"**

Il Comitato Regionale Piemonte e Valle d'Aosta della Federazione Ginnastica d'Italia in collaborazione con l'Ufficio Educazione Fisica di Torino propone un Corso di formazione riservato ai docenti di Educazione Fisica delle scuole secondarie di I e II grado, al fine di fornire gli strumenti necessari alla preparazione dei programmi di dei Campionati Studenteschi di "Ginnastica".

L'incontro si effettuerà **MERCOLEDI' 24 OTTOBRE 2018** dalle ore 9.00 alle ore 13.30 e dalle 14.30 alle 16.30 presso l'IIS "ERASMO da Rotterdam" di Nichelino, via XXV Aprile 139, Nichelino (TO).

### **FINALITA'**

- Soddisfare le esigenze formative dei Docenti per il loro lavoro durante le ore curricolari e di gruppo sportivo;
- Proporre attività con piccoli attrezzi della ginnastica ritmica come elemento formativo e trasversale;
- Proporre l'attività musicale per creare un saldo legame tra musica e movimento e migliorare le capacità espressive;
- Studiare elementi di collaborazione di squadra che favoriscono il miglioramento delle capacità coordinative;
- Nuovi programmi tecnici di ginnastica a.s. 2018/2019;
- Interpretare gli elementi tecnici richiesti con l'utilizzo di video e dimostrazioni di atleti delle discipline (ginnastica, aerobic step, aero start);
- Fornire ai docenti delle linee didattiche per una corretta costruzione degli esercizi di squadra e delle ondate in corsia pre-acrobatica;

### **OBIETTIVI**

- Educare i ragazzi alla ricerca dell'efficienza fisica attraverso il movimento
- Favorire la collaborazione e la socializzazione
- Offrire ai docenti spunti di programmazione didattica
- Ampliare la partecipazione ai C.S. di Ginnastica

### **INDICAZIONI OPERATIVE**

- Parte teorica e dimostrazione pratica in palestra
- Momenti di confronto realizzati tramite interventi, verbalizzazioni e analisi in itinere.

### **CONTENUTI**

- Programma tecnico scuola secondaria di I GRADO; analisi delle richieste; proposte attuative:
  - a) percorso ginnastico a staffetta maschile e femminile
  - b) concorso femminile: esercizio di squadra a corpo libero con l'uso di un piccolo attrezzo



- c) concorso maschile: corsia di pre-acrobatica
- d) aerobic step
  
- Programma tecnico scuola secondaria di II GRADO: ; analisi delle richieste; proposte attuative:
  - a) percorso ginnastico a staffetta maschile e femminile
  - b) esercizio di squadra a corpo libero femminile
  - c) esercizio di squadra a corpo libero maschile
  - d) aero start

### VERIFICHE

E' prevista la distribuzione di un questionario finale di gradimento e il rilascio dell'attestato di partecipazione

#### **DOCENTI**

- Patrizia Di Bello, Responsabile Regionale FGI Settore Scolastico Piemonte e Valle d'Aosta
- Monica Darone, Direttrice Tecnica Regionale FGI settore Aerobica

**ISCRIZIONI** entro le ore 12.00 del 10 ottobre 2018 al seguente indirizzo:

[uef.to@istruzione.it](mailto:uef.to@istruzione.it)

Saranno accettate le prime 50 adesioni pervenute

### **PROGRAMMA**

9:00 – 9:15	Accoglienza e registrazione partecipanti
9:15 – 11.15	Teoria: analisi dei programmi di Ginnastica per scuole secondarie di I e II grado e relativi esempi di proposte didattiche.
11.15 - 11.30	Intervallo
11.30 – 13.30	Teoria: analisi dei programmi di Aerobica per scuole secondarie di I e II grado e relativi esempi di proposte didattiche.
13.30 – 14.30	Pausa pranzo
14.30 – 16.00	Palestra : dimostrazione pratica delle richieste tecniche dei programmi e proposte didattiche.
16.00 – 16.30	Riflessioni conclusive e consegna attestati



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA  
COMITATO REGIONALE  
PIEMONTE E VALLE D'AOSTA

VIA GIORDANO BRUNO N. 191 - 10134 TORINO  
TEL 2 LINEE: 011 543600 - 011 5164765 - FAX: 011 5164765



Si invitano i partecipanti ad indossare abbigliamento sportivo .

Per eventuali chiarimenti rivolgersi alla Prof.ssa Patrizia DI BELLO (cell. 349/0906923;  
email [patrizia\\_dibello@yahoo.it](mailto:patrizia_dibello@yahoo.it)) o all'Ufficio Educazione Fisica  
tel. 011- 5163657/658/607