



ISTITUTO COMPRESIVO
"Severino Fabriani"
SPILAMBERTO (MO)

Scuola dell'Infanzia "Don Bondi" Spilamberto - Scuola dell'Infanzia "G. Rodari" S. Vito
Scuola Primaria "G. Marconi" Spilamberto - Scuola Primaria "C. Trenti" S. Vito
Scuola Secondaria di 1° grado "S. Fabriani" Spilamberto
Viale Marconi, 6 - 41057 SPILAMBERTO (MODENA)

Tel. 059 - 784188 Fax 059-783463 - Codice Fiscale 80010130369

E-mail: moic81800t@istruzione.it PEC: moic81800t@pec.istruzione.it sito web: www.icfabriani.gov.it



Comunicazione n.111

Spilamberto, 23/10/2017

- A tutti i docenti
- Al personale ATA
Plessi Marconi e Trenti
- Alla DSGA
- All'esperta: Cecilia Zurlo

Oggetto: Progetto Sport: Judo classi 1 -2 - S. Primaria

Si comunica che il progetto in oggetto, seguito dall'esperta Cecilia Zurlo avrà inizio

mercoledì 29/11/2017.

Il percorso prevede 4 lezioni secondo l'organizzazione indicata nella seguente tabella:

Ora	Mercoledì	Giovedì
8.30/9.30	1F 8.15/9.15	2F 8.15/9.15
9.30/10.30	2C	2D
10.30/11.30	1E	1C
11.30/12.30		1D
14.30/15.30	2A	1B
15.30/16.30	2B	1A

In allegato si trasmettono gli obiettivi del progetto.



IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Daniele Barca

Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi
dell'art. 3, comma 2 del decreto legislativo n.39/1993

Il corso di Judo nelle scuole Primarie

Insegnante: Dott.ssa Cecilia Zurlo laureata in Scienze Motorie, Arbitro Regionale Federale FIJLKAM CONI di JUDO, Allenatore Federale FIJLKAM CONI DI JUDO, CINTURA NERA 3° DAN DI JUDO.

La creazione del Judo si deve a Jigoro Kano illustre statista, uomo di cultura, di sport e grande educatore vissuto in Giappone tra la fine dell'800 e la prima metà del 900. Si laureò nel 1881 in lettere e terminò l'anno seguente gli studi in scienze estetiche e morali; successivamente venne nominato professore nel Collegio dei Nobili. Il Judo consente di sviluppare l'adattabilità, l'intuizione, l'istinto, la forza di volontà, attraverso dei movimenti rapidi e pratici che necessitano il giudizio, il ragionamento, e l'azione istantanea. Tutto questo potrebbe essere paragonato ad altre discipline sportive ma, a differenza di queste, il Judo del prof. Kano riserva una importanza fondamentale all'aspetto morale proponendo all'uomo una possibile via che aiuti l'uomo a crescere, lo sostenga nel suo percorso di maturazione e contribuisca a creare individui che, inseriti nella vita sociale, si contraddistinguano per il valore etico, per la ricchezza interiore e la capacità di relazione. Il principio, base morale del metodo, a cui si deve far riferimento l'educazione del corpo e della mente, è riassumibile nell'aforisma "tutti insieme per progredire con il miglior impiego dell'energia".

Questo progetto di apprendimento del judo è rivolto alle scuole primarie dove i ragazzi attraverso, l'attività ludico motoria, possono sperimentare e percepire meglio la disciplina.

Quest'arte marziale risulta fondamentale nell'accrescimento psico- fisico del bambino, poiché consente un' armonica formazione della struttura corporea, genera sicurezza interiore, stempera l'aggressività e l'irrequietezza tipiche della gioventù, induce un atteggiamento di rispetto nei confronti dell'avversario. Chi pratica judo impara ad accrescere sentimenti di sicurezza, fiducia, amicizia, solidarietà, impara a gestire, in modo positivo, le proprie tendenze di aggressività, alla gelosia e alla competizione, nonché impara a stare vicini agli altri con spirito di collaborazione e di accettazione delle regole che governano una comunità.

Si può affermare che il Judo è formato da più culture: quella agonistica, quella didattica e quella formativa e sociale (voluta dal suo fondatore M° Jigoro Kano) che abbraccia l'idea di prendersi cura del corpo per coinvolgere la mente ed essere così più utili a se stessi e agli altri (inteso come mutua collaborazione).

Quindi si può parlare di Judo sport e Judo educazione e soprattutto quest'ultimo risulta importante nelle scuole perché:

- Migliora i processi fondamentali per l'apprendimento scolastico;
- Può essere di aiuto verso i disturbi specifici di apprendimento;
- Concorre a contrastare fenomeni di bullismo;
- Contribuisce ad infondere la cultura del rispetto e delle regole;
- Aiuta ad assumere atteggiamenti sociali rispettosi dell'altro e delle cose, aumentando il senso civico;
- Contribuisce a migliorare gli stili alimentari, causa obesità nella popolazione giovanile e di malattie ad essa collegate;
- È uno strumento di diffusione dei valori positivi dello sport e di integrazione fra giovani di diversa provenienza culturale e/o geografica.

Si utilizzano esercizi motori adatti alla classe di età che implicano attività aerobica, pre-acrobatica, di coordinazione a corpo libero o con piccoli attrezzi e di stretching. Questi esercizi riguarderanno la sfera 'individuale' e aumenteranno la consapevolezza del proprio corpo. Successivamente si praticheranno degli esercizi a coppia quindi entreranno nella sfera 'collettiva' e questo aiuterà a conoscere meglio il compagno.

Le lezioni si effettueranno in palestra, la durata sarà di due ore per un ciclo di 10 sedute una volta a settimana. Le classi coinvolte potranno tranquillamente essere dalla 1° alla 5°, adattando l'attività didattica all'età di appartenenza.

I materiali necessari saranno: "tatami" (tappeto tipico adatto a far Judo), materassoni, materassini, piccoli attrezzi (cerchi, bastoni, funicelle, birilli, cinesini, palle).

I ragazzi dovranno portare un paio di calze antiscivolo.

TASSONOMIA DEGLI OBIETTIVI DIDATTICO\EDUCATIVI PER LE CLASSI PRIME

RIFERI M.	OBIETTIVI DA PERSEGUIRE	CONTENUTI	ATTIVITA'
1.A	SVILUPPARE LO SCHEMA CORPOREO	Attività e movimenti che permettano di percepire, sentire e conoscere il proprio corpo.	
1.B	SVILUPPARE LE CAPACITA' DI RICEVERE, CLASSIFICARE ED ELABORARE LE INFORMAZIONI PROVENIENTI DAGLI ORGANI DI SENSO	Esercizi, giochi di percezione tattile, uditiva, visiva, vestibolare, cinestesica.	
1.C	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI DIFFERENZIAZIONE SPAZIALE	Esercizi, giochi per il riconoscimento delle relazioni tra: davanti-dietro, sopra-sotto, dentro-fuori, destra-sinistra, largo-stretto, alto-basso, aperto-chiuso.	
1.D	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI DIFFERENZIAZIONE TEMPORALE	Esercizi, giochi per il riconoscimento delle relazioni tra: veloce-lento, prima-dopo-contemporaneamente; movimenti secondo ritmi liberi o stabiliti.	
1.E	SVILUPPARE L'EQUILIBRIO STATICO E DINAMICO	Esercizi, giochi statici e dinamici a corpo libero con o senza piccoli attrezzi.	
1.F	CONSOLIDARE GLI SCHEMI MOTORI DEL ROTOLARE, DELLO STRISCIARE E DELL'ARRAMPICARSI	Esercizi, giochi, percorsi di rotolamento sul pavimento, su tappeti e panche; esercizi, giochi strisciando in vari modi sotto a funicelle, compagni, panche, ecc. esercizi, giochi e percorsi in traslocazione alla spalliera.	
1.G	PADRONEGGIARE LO SCHEMA MOTORIO DEL CAMMINARE	Esercizi, giochi e percorsi singoli, a coppie, a gruppi.	
1.H	PADRONEGGIARE LO SCHEMA MOTORIO DEL CORRERE	Esercizi, giochi e percorsi singoli, a coppie, a gruppi.	
1.I	PARTECIPARE A GIOCHI NON COMPETITIVI RISPETTANDO LE REGOLE	giochi che sviluppano abilità sociali: rispettare il proprio turno, scegliere il compagno che non ha ancora giocato; giochi già proposti, ma con nuove regole.	
1.L	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI FANTASIA MOTORIA	Esercizi, giochi, percorsi individuali, a coppie, a gruppi con attrezzi codificati e di fortuna.	
1.M	POTENZIARE LA CAPACITA' DI ORIENTAMENTO	Esercizi, percorsi individuali e a gruppi, di controllo del proprio corpo in riferimento a oggetti, persone, cose ferme o in movimento.	
1.CA	JUDO.CADUTE	Esercizi, singoli e a coppie, per l'apprendimento delle cadute indietro e laterali.	
1.TER	JUDO. TECNICHE DI IMMOBILIZZAZIONE A TERRA	Esercizi, singoli e a coppie, per l'apprendimento delle tecniche di immobilizzazione.	
1.PIE	JUDO. TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI	Esercizi educativi per l'apprendimento delle tecniche di proiezione, giochi di lotta.	

TASSONOMIA DEGLI OBIETTIVI DIDATTICO\EDUCATIVI PER LE CLASSI SECONDE

RIFERI M.	OBIETTIVI DA PERSEGUIRE	CONTENUTI	ATTIVITA'
2.A	PRENDERE COSCIENZA DELLE POSSIBILITA' SEGMENTARIE DEL PROPRIO CORPO	esercizi, giochi che prevedano movimenti degli arti superiori, inferiori e di rotazione dell'asse corporeo.	
2.B	SVILUPPARE LE CAPACITA' DI RICEVERE, CLASSIFICARE ED ELABORARE LE INFORMAZIONI PROVENIENTI DAGLI ORGANI DI SENSO	esercizi, giochi di percezione tattile, uditiva, visiva, vestibolare, cinestesica.	

2.C	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI DIFFERENZIAZIONE SPAZIALE	esercizi, giochi per il riconoscimento e il perfezionamento delle relazioni tra: davanti-dietro, sopra-sotto, dentro-fuori, destra-sinistra, largo-stretto, alto-basso, aperto-chiuso.	
2.D	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI DIFFERENZIAZIONE TEMPORALE E DI RITMIZZAZIONE	esercizi, giochi per il riconoscimento e il perfezionamento delle relazioni tra: veloce-lento, prima-dopo-contemporaneamente; andature seguendo ritmi liberi o prestabiliti; rapportare i movimenti a stimoli musicali proposti.	
2.E	SVILUPPARE L'EQUILIBRIO STATICO E DINAMICO	esercizi, giochi statici e dinamici a corpo libero con e senza attrezzi.	
2.H	CONSOLIDARE LO SCHEMA MOTORIO DEL CORRERE	esercizi, giochi, percorsi e staffette.	
2.L	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI FANTASIA MOTORIA	Percorsi inventati eseguiti in piccolo gruppo utilizzando piccoli attrezzi.	
2.M	SVILUPPARE LA CAPACITA' DI ORIENTAMENTO	esercizi, percorsi eseguiti individualmente o a gruppi, per il controllo del proprio corpo in riferimento a oggetti e persone ferme o in movimento.	
2.N	SVILUPPARE LO SCHEMA MOTORIO DEL SALTO IN BASSO E IN LUNGO	esercizi, giochi e percorsi con l'utilizzo di grandi e piccoli attrezzi.	
2.O	SVILUPPARE LO SCHEMA MOTORIO DEL LANCIARE E AFFERRARE	lanci di palle di varie forme e dimensioni a una o due mani eseguiti singolarmente, a coppie e a gruppi.	
2.P	SVILUPPARE E PERFEZIONARE LA LATERALITA'	esercizi e giochi di coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica.	
2.Q	AVERE LA CONSAPEVOLEZZA DELLE POSSIBILITA' DEL PROPRIO CORPO DI COMUNICARE SIGNIFICATI	esercizi imitativi e mimici.	
2.I.1	SAPER GUIDARE IL GIOCO DEI COMPAGNI CON SEMPLICI COMANDI	giochi che prevedano un comando semplice dato da un bambino per guidare l'attività del gruppo.	
2.I	PARTECIPARE A SEMPLICI GIOCHI DI INSEGUIMENTO RISPETTANDO LE REGOLE E I COMPAGNI	Semplici giochi di inseguimento a coppie o a gruppi.	
2.CA	JUDO.CADUTE	Esercizi, singoli e a coppie, per l'apprendimento delle cadute indietro e laterali.	
2.TER	JUDO. TECNICHE DI IMMOBILIZZAZIONE A TERRA	Esercizi, singoli e a coppie, per l'apprendimento delle tecniche di immobilizzazione e di uscita, giochi di controllo.	
2.PIE	JUDO. TECNICHE DI PROIEZIONE IN PIEDI	Esercizi educativi per l'apprendimento delle tecniche di proiezione, giochi di lotta.	

Il raggiungimento di congruenti livelli di autonomia è legato alla ricchezza delle esperienze educative vissute, alla ampiezza della base motoria, al complesso delle capacità coordinative acquisite. La pratica del Judo, peraltro relativamente conosciuta, acquista rilevanza in quanto è una attività polivalente e facilmente rientra in una prospettiva realmente formativa, senza tuttavia identificarsi come un prematuro avviamento allo sport vero e proprio.