



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta

Progetto di Scienze Motorie e Sportive

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

In Riferimento all'area della motricità del PTOF, al fine di garantire il potenziamento delle attività motorie e sportive si offriranno agli alunni della nostra scuola la possibilità di svolgere delle attività sportive in aggiunta alle ore curriculari si propone il seguente progetto:

PROGETTO: CALCIO E VOLLEY A SCUOLA

PREMESSA

L'attività di Scienze Motorie e Sportive in orario extracurriculare si intende finalizzata non solo all'adesione alle Convittadi e ad altre eventuali manifestazioni sportive ma ad intenti di più ampio raggio.

L'idea centrale del progetto è quella di fornire a tutti gli allievi della scuola secondaria di I grado e alle 5 classi della primaria del Convitto la possibilità di praticare attività motorio/sportiva in modo continuativo nel corso dell'anno, con modalità diverse da quelle proposte e imposte dalle varie Federazioni che a questa fascia di età, richiedono specializzazioni altamente selettive e un elevato impegno di tempo non sempre compatibile con le normali attività di studio e svago pomeridiano dei ragazzi. Accade così che un gran numero dei nostri alunni per fare movimento siano costretti al tesseramento presso società sportive o frequentare costosi corsi in palestre private.

Attraverso tale progetto il Convitto cerca di venire incontro alle esigenze di pratica sportiva dei ragazzi ricercando un maggiore coinvolgimento con attività più a loro misura organizzando, su congruo numero di richieste, gruppi sportivi di Calcio e Volley.

REFERENTE E CORDINATORE

Prof. Dell'Aquila Antonio

DESTINATARI

Tutti gli alunni della Scuola Secondaria di I grado e gli alunni delle 5 della Scuola Primaria

DOCENTI ED EDUCATORI COINVOLTI

Tutti coloro che si rendono disponibili e vogliono partecipare



ESPERTI ESTERNI

ASD. Andreadoria con il tecnico il Signor Dragone Alessio (istruttore volley certificato e laureato in scienze motorie e sportive presso l'università degli studi Foro Italico di Roma)

REALIZZAZIONE

Il progetto sarà realizzato dal mese di Dicembre fino al mese di Aprile dell'anno Scolastico 2021/2022.

FINALITA' SPECIFICHE SPORTIVE

- Creazione di un gruppo sportivo per il Calcio, e per il Volley;
- Migliorare la tecnica specifica delle discipline proposte;
- Migliorare la conoscenza e approfondire i regolamenti delle discipline sportive proposte;
- Avviamento alla pratica sportiva
- Partecipazione alle Convittiadi

FINALITA' EDUCATIVE

- Incentivare la socializzazione
- Stimolare aggregazione
- Stimolare autonomia operativa e responsabilità (allievi interessati ad organizzare e gestire manifestazioni sportive)
- Sviluppare la presa di responsabilità individuali
- Rafforzare il carattere dell'alunno
- Acquisizione dei principi del Fair Play con il miglioramento della capacità di vivere serenamente il risultato. Valutando il proprio impegno senza esaltazione esagerata in caso di vittoria e senza umiliazione in caso di sconfitta, quindi capacità di vivere il "piacere del gioco"

OBIETTIVI EDUCATIVI E DIDATTICI

La creazione dei due gruppi Sportivi consentirà agli alunni di provare concrete ed autentiche esperienze motorie delle due discipline proposte.

Si forniranno inoltre spazi per eventuali incontri sportivi progettati autonomamente e autogestiti dagli stessi allievi, sempre sotto la guida e il coordinamento del docente; in questo modo si favorirà negli alunni lo sviluppo di autonomia operativa, capacità di assunzione di responsabilità individuali e la possibilità di trovare magari un proprio ruolo diverso da quello dell'atleta (es. arbitro, giudice, organizzatore di evento sportivo, ecc.). Si cercherà altresì di favorire l'inclusione di tutti gli alunni, anche i diversamente abili.

Il Convitto può così trasformarsi sempre più in polo di attrazione nel tempo libero, fornendo agli alunni la possibilità di ritrovarsi insieme per divertirsi e fare attività fisico-sportiva guidata al fine dell'acquisizione di valori e stili di vita corretti e positivi.



Inoltre si avrà la possibilità di creare nelle due discipline proposte due gruppi di alunni che saranno preparati atleticamente e tecnicamente, per partecipare in modo più competitivo alle manifestazioni ed eventi sportivi proposti durante l'anno scolastico.

MODALITA' DI SVOLGIMENTO

Dopo un periodo di prova da parte di tutti gli studenti del Convitto (se il numero dei partecipanti sarà troppo elevato) si dovrà effettuare una selezione, le attività sportive (Calcio e Volley) si svolgeranno nel pomeriggio (LUNEDÌ e GIOVEDÌ, o MECCOLEDÌ e VENERDÌ di ogni settimana) con orario 16:00/17:00, per un numero massimo di 1 ora settimanale per ogni disciplina sportiva (Calcio e Volley).

CONTENUTI

Il raggiungimento degli obiettivi e le finalità sopra esplicitati si realizzerà mediante:

- Pratica degli sport programmati;
- Partecipazione alle Convittadi in forma promozionale e competitiva;
- Partecipazione a tornei di Istituto per il Calcio e il Volley tra gli alunni delle varie classi.

VERIFICA

Test oggettivi. Osservazioni sistemiche e Valutazioni in-itinere

SPAZI

Palestra Convitto, Cortile interno, Palestre Scuole limitrofe e campi da calcio (se possibile)

COSTI

- Compenso n° 30 ore per il referente e coordinatore del progetto
- Compenso per le ore svolte dall'insegnante e/o educatori o esperto esterno secondo quanto previsto dal CCNL (1 ora a settimana per un massimo di 30 per ogni sport –Calcio e Volley)
- Eventuali costi (estremamente contenuti) per gli sport svolti in impianti esterni saranno a carico delle famiglie dei destinatari stessi.

Tivoli, 30/08/2023

Il responsabile e coordinatore del progetto

Prof. Dell'Aquila Antonio



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

OGGETTO: Progetto Convitto Real Sport di attività motoria/sportiva per ampliamento dell'offerta formativa del Convitto Nazionale di Tivoli.

PREMESSA

Il Progetto Convitto Real Sport rappresenta un'opportunità per gli alunni dei tre ordini di scuola del Convitto Nazionale di Tivoli da inserire nell'ampliamento dell'offerta formativa con riferimento all'aria sportiva del PTOF della scuola. Tale progetto costituisce quindi un arricchimento della proposta sportiva dell'Istituto ed è rivolto agli alunni della nostra scuola in modo trasversale (primaria, secondaria di I e II grado), fornendo loro ulteriori opportunità di crescita, di esperienza, di socializzazione, di conoscenza e di pratica di sport naturalistico. L'idea centrale del progetto è quella di permettere a tutti gli allievi del Convitto la possibilità di praticare attività motorio/sportiva/ludica/ricreativa all'aperto e in modo continuativo nel corso dell'anno, aprendosi alle opportunità territoriali, logistiche, strutturali che Tivoli ci offre e di disponibilità delle varie ASD e Società tiburtine presenti sul territorio. Nasce quindi la collaborazione con il Parco Laghi dei Reali situato in Via Tiburtina Valeria Km. 34500 – TIVOLI – ROMA, immerso nel verde della valle dell'Aniene e accarezzato dall'omonimo fiume. Attraverso tale progetto il Convitto cerca di venire incontro alle esigenze dei ragazzi proponendo momenti di svago, relax, sport ed esperienze naturalistiche con l'obiettivo di far crescere l'interesse per le attività proposte e far conoscere ancor di più il territorio che li circonda.

REFERENTE E COORDINATORE

Prof. Dell'Aquila Antonio

DESTINATARI

Tutti gli alunni della Scuola Primaria, Secondaria di I grado e Secondaria di II grado

DOCENTI ED EDUCATORI COINVOLTI

I Docenti ed Educatori interessati.

ASSOCIAZIONE ED ESPERTI ESTERNI

- Ruggero Paolucci (SRL VICTORIA)
- Mauro Biscossi (ASD Tibur Bike Team)
- Giuseppe Marescia (Tiro con l'arco)
- Barbara Proietti (ASD Natura libera tutti)
- Lucia Paolucci (Azienda Agricola Laghi dei Reali)



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

SPORT PROPOSTI

- 1) Tiro con l'arco
- 2) Pesca Sportiva
- 3) Corsa campestre
- 4) Passeggiata naturalistica/Escursioni/Trail Running/Cross Training
- 5) Orienteering
- 6) Funzionale modalità Baby Spartan e Spartan
- 7) Mountain Bike in Bike Park

- TIRO CON L'ARCO

Il tiro con l'arco è una disciplina nobile, olimpica e dalle tante sfaccettature. La maggior parte di noi è abituata a vederla proprio alle Olimpiadi, quando atleti di tutte le nazioni si sfidano con maestria a colpi di frecce e bersagli puntati.

Con l'istruttore il Maestro Marascia presso il Parco Laghi dei Reali in un area specificatamente adibita e predisposta, gli alunni interessati a questo sport svolgeranno oltre alle sessioni di apprendimento e di perfezionamento della tecnica di tiro, di coaching mentale per migliorare la concentrazione anche esercitazioni di tiro vere e proprie.

Tale pratica sportiva migliorerà la postura sia per la parte superiore del corpo che quella inferiore. È quindi necessario un allenamento mirato di potenziamento muscolare che coinvolga la schiena, le braccia e le spalle ma anche le gambe, oltre che a far accrescere la passione per tale disciplina e far nascere nuove amicizie.

Attività da organizzare più in là.

- PESCA SPORTIVA

L'azienda agricola "Parco laghi dei Reali" prevede l'allevamento non intensivo delle trote di tipo Fario\ Salmonate\Iridea. In tale location si svolge la pesca sportiva anche con particolari tecniche di pesca adottate che prevede che i pesci catturati vengano rilasciati. Gli alunni della secondaria di I e II grado interessanti, potranno cimentarsi nell'esperienza di pescare e diventare un vero pescatore sportivo che è rispettoso delle leggi che regolano la sua disciplina (conoscenza delle misure minime, divieti di pesca, pesci in pericolo estinzione, etc.) e della natura stessa. Il benessere delle trote del Parco dei laghi dei Reali sta molto a cuore, per questo c'è una bassa densità di popolazione nelle vasche, il che significa che le trote sono libere di nuotare e di fare un accrescimento muscolare naturale.

Pesca Sportiva:



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

I istruttore ogni 10 alunni iscritti della scuola secondaria di I e II grado. Sarà fornita loro l'attrezzatura necessaria. Durata h 1,15. Costo: 200,00 (duecento) euro a.s. 2022/2023 fino a Maggio. Tesseramento 5 (cinque) euro presso asd obbligatorio e certificato medico.

- CORSA CAMPESTRE

La corsa campestre è diventata molto popolare tra gli studenti delle scuole medie, superiori e universitari. Decine di migliaia di studenti partecipano nei campionati studenteschi e in manifestazioni sportive organizzate e il numero cresce ogni anno. Nelle gare di corsa campestre, i corridori gareggiano individualmente, guadagnando punti per la propria squadra in base alla loro posizione finale. Quindi un primo posto guadagna un punto, il secondo due punti e così via; la squadra con il minor numero di punti porta a casa la vittoria. In molti eventi scolastici, vengono segnati solo i primi cinque corridori di una squadra. Il parco laghi dei reali rappresenta la location ottimale per allenarsi, prepararsi athleticamente e per appassionarsi a questo sport, inoltre i partecipanti potranno avere la possibilità di essere selezionati per rappresentare il Convitto di Tivoli alle prossime Convittiadi Nazionali.

Numero massimo di iscritti 20, scuola secondaria di I grado. Durata h 1,15 una tantum. Costo: Gratis Obbligatorio certificato medico.

- CROSS TRAINING, TRAIL RUNNING ED ESCURSIONI

A cura dell'istruttrice Barbara Proietti si propongono agli alunni del Convitto di ogni ordine e grado la possibilità di svolgere attività sportive immerse nella natura nel contesto naturalistico della struttura parco Laghi dei Reali. Le attività che si svolgeranno saranno: cross training, trail running, escursioni e ginnastica a corpo libero, le attività più spontanee che ognuno di noi possa compiere. Esercizi che, come è ben risaputo ed evidenziato dalla stessa scienza, offrono un ampio ventaglio di benefici al nostro organismo, contribuendo al suo benessere complessivo tanto fisico quanto psichico. Camminare e fare ginnastica a corpo libero diventano ancor più belle se lo si fanno a diretto contatto con la natura, che ci dona ulteriori stimoli positivi. Nello specifico Trail Running è una corsa atletica su terreno naturale, sconnesso, sentiero, carrareccia ecc. per favorire il corretto movimento della falcata/camminata attraverso attività propriocettive e di gamesport e Cross Training, outdoor allenamento a corpo libero per potenziamento funzionale e posturale.

Trail Running:

- I istruttore ogni 6 alunni iscritti Scuola Primaria massimo. Durata h 1,15
- I istruttore ogni 10 alunni iscritti Scuola Secondaria di I e II grado. Durata h 1,15

Cross Training:

- I istruttore ogni 10 alunni iscritti Scuola Secondaria di I e II grado 10. Durata h 1,15



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

Costo: 200,00 (duecento) euro a disciplina a.s. 2022/2023 fino a Maggio. Tesseramento 5 (cinque) euro presso asd obbligatorio e certificato medico.

- ORIENTEERING

Se si raggiunge un numero congruo di iscritti si organizzeranno gare di Orienteering da svolgere interamente presso il parco Laghi dei Reali. Tale sport premia chi riesce a esplorare con sicurezza un territorio sconosciuto nel più breve tempo possibile. È caratterizzato quindi da una gara a cronometro dove i partecipanti usano una mappa dettagliata per raggiungere i punti di controllo scegliendo il percorso migliore.

Durata: h 1,15 una tantum. Costo: Gratis

- FUNZIONALE MODALITA' BABY SPARTAN E SPARTAN

Dai più piccoli ai più grandi, Il Parco Laghi dei Reali offre la possibilità di far svolgere agli alunni del Convitto un'esperienza di corsa a ostacoli, naturali ed artificiali, divertente e sicura. I bambini più piccoli acquisteranno fiducia mentre si divertono correndo, saltando, arrampicandosi e strisciando. I più grandi possono aumentare la sfida e persino competere in gare a tempo contro gli altri. Le medaglie Spartan Kids vanno conquistate, non si vincono. I bambini possono correre diverse distanze con ostacoli progressivamente più difficili, e mentre tutto è incentrato sul divertimento, acquisiranno anche grinta e forza mentale, con tenacia e spirito di competizione per superare se stessi.

Baby Spartan:

- *1 istruttore ogni 6 alunni iscritti Scuola Primaria massimo. Durata h 1,15*

Spartan:

- *1 istruttore ogni 10 alunni iscritti Scuola Secondaria di I e II grado. Durata h 1,15*

Costo: 200,00 (duecento) euro a disciplina a.s. 2022/2023 fino a Maggio. Tesseramento 5 (cinque) euro presso asd obbligatorio e certificato medico.

- MOUNTAIN BIKE IN BIKE PARK

L'ASD Tibur Bike Team, associazione sportiva dilettantistica e scuola di ciclismo multidisciplinare per ragazzi dai 3 anni in su di Mauro Biscossi, presente presso il parco Laghi dei Reali, offre per tutti gli alunni del Convitto interessati e forniti di attrezzatura necessaria (Mountain Bike e casco) corsi di ciclismo nel Bike Park con istruttori qualificati per svolgere lezioni di gruppo di avviamento alla pratica del ciclismo.



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

Per gli alunni della Primaria:

- 1 istruttore ogni 6 alunni iscritti Scuola Primaria massimo. Durata h 1,15

Per gli alunni della Secondaria di I e II grado:

- 1 istruttore ogni 10 alunni iscritti Scuola Secondaria di I e II grado 10. Durata h 1,15

Costo: 200,00 (duecento) euro Tesseramento € 15,00 presso asd obbligatorio e certificato medico.

N.B. la ASd Tibur Bike Team propone il programma formativo sulla base di un disciplinare federale che riconosce, divise per categorie e livelli, le competenze proposte. La ASd si riserva di modificare il programma in funzione delle competenze di partenza di ciascun gruppo/ atleta al fine di consentire l'avanzamento di livello per tutti i partecipanti.

FINALITA' SPECIFICHE SPORTIVE

- Crescita di conoscenze ed esperienze, socializzazione e pratica di sport naturalistico;
- Migliorare la tecnica specifica delle discipline proposte;
- Migliorare la conoscenza e approfondire i regolamenti delle discipline sportive proposte;
- Avviamento alla pratica sportiva.

FINALITA' EDUCATIVE

- Incentivare la socializzazione;
- Stimolare aggregazione;
- Stimolare autonomia operativa e responsabilità;
- Sviluppare la presa di responsabilità individuali;
- Rafforzare il carattere dell'alunno;
- Inclusione e integrazione;
- Acquisizione dei principi del Fair Play con il miglioramento della capacità di vivere serenamente il risultato. Valutando il proprio impegno senza esaltazione esagerata in caso di vittoria e senza umiliazione in caso di sconfitta, quindi capacità di vivere il "piacere del gioco"

OBIETTIVI EDUCATIVI E DIDATTICI

La creazione di ambienti di crescita e miglioramento sportivo, ecc.). Si cercherà altresì di favorire l'inclusione di tutti gli alunni, anche i diversamente abili.

Il territorio di Tivoli diventa spazio del Convitto che può così trasformarsi sempre più in polo di attrazione nel tempo libero, fornendo agli alunni la possibilità di ritrovarsi insieme per divertirsi e fare attività fisico-sportiva guidata, al fine dell'acquisizione di valori e stili di vita corretti e positivi. Inoltre si avrà la



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

possibilità di preparare gruppi di alunni sia athleticamente e tecnicamente, per partecipare in modo più competitivo alle manifestazioni ed eventi sportivi proposti durante l'anno scolastico.

CONVENZIONE

Il Convitto Nazionale di Tivoli si impegna a stabilire una convenzione con la società VICTORIA SLR di Ruggero Paolucci che metterà a disposizione la struttura di sua competenza Parco Laghi dei Reali sita in Via Tiburtina Valeria Km. 34500 – TIVOLI – ROMA. Tale convenzione permetterà agli alunni del Convitto di aderire ad ogni attività pagando una somma totale annuale vantaggiosa che sarà devoluta mediante pagamento con bollettino alla società Victoria srl.

REALIZZAZIONE

Il progetto sarà realizzato previa convenzione con la società Victoria SRL, dal mese di Novembre fino al mese di Maggio dell'anno Scolastico 2022/2023 per 1 o 2 pomeriggi a settimana (in base alle adesioni) con merenda offerta dalla struttura o data dalla scuola.

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Ogni alunno della scuola Primaria, secondaria di I e II grado del Convitto potrà iscriversi ad una o più discipline proposte per un minimo e massimo di alunni in base alla disciplina scelta, previa **compilazione dell'autorizzazione/modulo adesione** da reperire sul sito www.convittotivoli.edu.it/modulistica nella sezione prestabilita da compilare, firmare e inviare via email all'indirizzo amedeodisavoia@convittotivoli.edu.it.

Dopo aver acquisito tutte le richieste di iscrizione in base all'ordine di ricezione mail, si invierà alle famiglie il **bollettino** che dovrà essere, una volta pagato, anch'esso inviato via mail all'indirizzo: amedeodisavoia@convittotivoli.edu.it.

Sarà richiesto per ogni alunno il **certificato medico di buona salute** rilasciato dal medico/pediatra. Modulo preimpostato presente qui <https://www.convittotivoli.edu.it/modulistica/>.

Infine sarà richiesto agli alunni il tesseramento, in base allo sport scelto, presso l'asd di competenza, con pagamento di circa **5 euro o 15 euro**.

Le attività si svolgeranno di pomeriggio:

Alle ore **14:30** di tutti i **Mercoledì** i genitori degli alunni interessati, potranno venire a prelevare i loro figli dalla scuola (anche con delega da reperire:

https://www.convittotivoli.edu.it/wp-content/uploads/2022/09/Modulo-per-comunicazione-Deleghe-al-ritiro-e-Permessi-Permanenti-09_2022.pdf e inviare tale delega alla mail

amedeodisavoia@convittotivoli.edu.it) e accompagnarli a svolgere le attività scelte presso il parco laghi dei reali. Le attività termineranno alle ore **17:00**.



Convitto Nazionale Amedeo di Savoia Duca D'Aosta
Progetto Convitto Real Sport

ANNO SCOLASTICO 2022/2023

I COSTI DELLE ATTIVITA'

ATTIVITA'	COSTO
Tiro con l'arco	Da definire
Pesca Sportiva	200 euro all'anno
Corsa campestre	Gratis una tantum
Cross Training	200 euro all'anno
Trail Running	200 euro all'anno
Orienteering	Gratis una tantum
Baby Spartan (alunni primaria)	200 euro all'anno
Spartan (alunni secondaria I e II grado)	200 euro all'anno
Mountain Bike in Bike Park	200 euro all'anno

VERIFICA

Test di gradimento

SPAZI

Parco Laghi dei Reali

COSTI

- Compenso n° 50 ore per il referente e coordinatore del progetto Prof. Dell'Aquila Antonio
- Compenso economico che gli alunni corrisponderanno in base all'attività sportiva scelta direttamente alla Società SRL VICTORIA.

Tivoli, 30/08/2022

Il responsabile e coordinatore del progetto

Prof. Dell'Aquila Antonio