

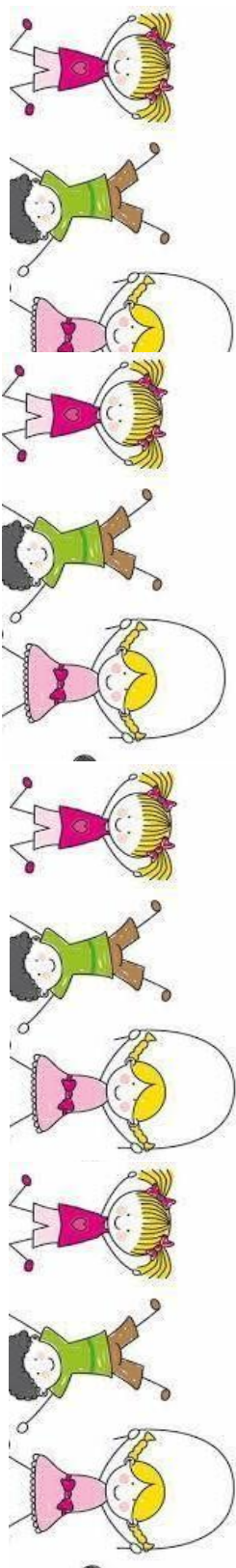


**PROGETTO**

**“Little Tools”**

*Twirling*

*per la Scuola Primaria*



## Presentazione del Progetto “Little Tools”

Il **Progetto “Little Tools”** viene proposto dalla **FITw** (Federazione Italiana Twirling) che intende porsi al servizio dell’istituzione scolastica per contribuire sul piano educativo allo **sviluppo dell’alfabetizzazione motoria dei bambini, con il fine ultimo della formazione della persona e del cittadino.**

Il progetto può offrire l’opportunità all’alunno della Scuola primaria di sperimentare gli importanti aspetti formativi connessi alla moderna didattica della disciplina sportiva del Twirling: **multilateralità, multidisciplinarietà, sistematicità, progressività, adattamento, individualizzazione.**

Si intende, inoltre, concorrere a potenziare le iniziative in ambito scolastico, riferite alla pratica delle attività motorie, pre-sportive e sportive, quale parte integrante del progetto educativo volto a garantire il successo formativo dell’alunno, intese anche come valido strumento per prevenire e rimuovere i disagi e le patologie della condizione giovanile (art.1.3, DPR 567/96 e art.2, Dir. 133/96. Convenzione Coni - M.P.I./97 -CM 466/97).

Secondo quanto indicato nell’ambito dei traguardi per lo sviluppo delle competenze dell’alunno al termine della scuola primaria, questo progetto contribuisce a:

- far acquisire consapevolezza di sé attraverso la percezione del proprio corpo;
- far utilizzare il linguaggio corporeo per comunicare i propri stati d’animo;
- far sperimentare una pluralità di esperienze di gioco-sport che evidenziano il concetto di multidisciplinarietà;
- far sperimentare in forme progressivamente più complesse, nuove gestualità;
- far riconoscere i principi essenziali del proprio benessere psico-fisico;
- far comprendere all’interno delle varie occasioni di gioco e di sport, il valore delle regole;
- far riflettere con un dialogo costruttivo e un progetto educativo interdisciplinare sui temi del benessere psico-fisico, educazione affettiva e relazionale, integrazione con varie tipologie di disabilità psico-fisiche e sociali, rispetto dell’altro e delle regole.

La Federazione coinvolta nel progetto di **Mini Twirling**, intende favorire, attraverso semplici esperienze, le attività motorie e di gioco-sport tramite una educazione finalizzata anche alla presa di coscienza del valore del corpo inteso come espressione della personalità e come condizione relazionale, comunicativa, espressiva e tecnico/operativa.



La realizzazione del progetto stimolerà, quindi, lo **sviluppo di abilità motorie** che concorrono allo **sviluppo globale della personalità** dei bambini, considerata non solo **sotto il profilo fisico, ma anche cognitivo, affettivo, emotivo e relazionale degli alunni.**

L'azione educativo-didattica che viene proposta dovrà avere le seguenti caratteristiche:

- sarà intenzionale sul piano educativo e formativo;
- sarà progettata secondo adeguati parametri spazio-temporali;
- sarà condizionata dalla considerazione del principio di unicità della persona;
- sarà connotata da un'ambientazione e una intenzionalità ludico-sportiva;
- si baserà su scelte metodologiche appropriate all'età degli alunni, alla propria condizione fisica e psicologica, con mezzi idonei e contenuti multilaterali e multidisciplinari.

## Il Progetto

L'obiettivo del progetto è attuare, dunque, un programma sostenibile ed educativo per le scuole primarie attraverso un gruppo di risorse, linee guida e programmi utili per la conoscenza delle due discipline, che saranno proposte sia nei loro aspetti simili - attraverso giochi propedeutici - ma anche nelle specificità dei rispettivi sport.

Il progetto **“LittleTools”** ha dunque **la finalità di incentivare i bambini alla pratica di attività ludico-ricreative sotto forma di gioco sport** con l'intento di:

- promuovere l'educazione motoria, fisica e sportiva, nel rispetto del bambino e dei suoi ritmi evolutivi, valorizzando le competenze individuali e orientate alla promozione di corretti e attivi stili di vita, all'inclusione scolastica degli alunni disabili e all'inclusione sociale in generale;
- potenziare le azioni delle istituzioni scolastiche, anche organizzate con collaborazioni attive con le società sportive che agiscono sul territorio, in collaborazione con gli Enti Locali, Territoriali e il Mondo dello Sport nelle sue articolazioni centrali, territoriali e associative;
- promuovere un confronto tra scuole a livello territoriale, regionale o addirittura nazionale con feste e gare finali.

Il progetto Mini-Twirling nasce dalla consapevolezza che l'attività sportiva propria della disciplina del Twirling rappresenta **la base motoria ideale per la fascia d'età della scuola primaria, in quanto, attraverso attività MULTILATERALI ed ESPRESSIVE e l'utilizzo in modi diversi di un piccolo attrezzo** (bastone del twirling) si favorisce, in modo appropriato, lo sviluppo della motricità generale dei bambini, si stimolano tutte le capacità coordinative generali e speciali, l'uso di codici espressivi dei soggetti coinvolti e il miglioramento del loro linguaggio corporeo.



Inoltre, **l'attività con la musica e le proposte di alcuni momenti creativi, individuali e di gruppo**, oltre a stimolare la fantasia motoria, diventano **attività divertenti e coinvolgenti** che aumentano il confronto e la **collaborazione all'interno della classe**.

Il progetto coinvolgerà specifiche figure, laureate in Scienze Motorie o in possesso del Diploma ISEF, o con la qualifica di tecnici federali della Federazione Italiana Twirling, appositamente formate e abilitate a promuovere le attività ludico-sportive all'interno del contesto scolastico e in collaborazione con i docenti della scuola.

## Obiettivi generali

Gli Obiettivi Generali del progetto riprendono quelli perorati dalla Scuola e specificati nelle Indicazioni Nazionali per i Curricula della scuola primaria, ed in particolare:

### Corpo Movimento, Salute

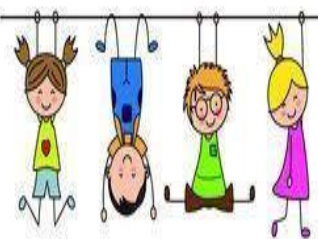
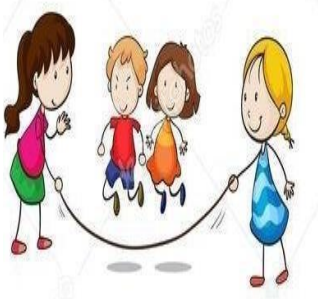
- Rappresentare lo schema corporeo in modo completo e strutturato; maturare competenze di motricità fine e globale.
- Muoversi con destrezza nell'ambiente e nel gioco, controllando e coordinando movimenti degli arti e, quando possibile, la lateralità.
- Muoversi spontaneamente e in modo guidato, da soli e in gruppo, esprimendosi in base a suoni, rumori, musica, indicazioni ecc.
- Curare in autonomia la propria persona, gli oggetti personali, l'ambiente e i materiali comuni nella prospettiva della salute e dell'ordine.
- Controllare l'affettività e le emozioni in maniera adeguata all'età, rielaborandola attraverso il corpo e il movimento.

### Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

- Coordinare e utilizzare diversi schemi motori combinati tra loro inizialmente in forma successiva e poi in forma simultanea (correre / saltare / afferrare / lanciare, ecc.);
- Riconoscere e valutare traiettorie, distanze, ritmi esecutivi e successioni temporali delle azioni motorie, sapendo organizzare il proprio movimento nello spazio in relazione a sé, agli oggetti, agli altri. (Alfabeto motorio, multilateralità, variabilità, attività a coppie, piccolo e grande gruppo);
- Sviluppare modalità espressive che utilizzano il linguaggio corporeo.

### Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

- Conoscere e applicare correttamente modalità esecutive di diverse proposte di gioco;
- Saper utilizzare numerosi giochi o danze derivanti dalla tradizione popolare;
- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, organizzate anche in forma di gara, collaborando con gli altri;
- Rispettare le regole nella competizione sportiva;



- Saper accettare la sconfitta con equilibrio e vivere la vittoria esprimendo rispetto nei confronti dei perdenti, accettando le diversità, manifestando un forte senso di responsabilità.

### **Inclusività**

- Saper giocare con attenzione al fine di svolgere un'attività inclusiva facendola diventare un'opportunità di crescita relazionale e quindi di formazione di individuo sociale. Interagire positivamente con gli altri, valorizzando le diversità.

### **Salute e benessere, prevenzione e sicurezza**

- Assumere comportamenti adeguati per la prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei momenti quotidiani di vita;
- Riconoscere il rapporto tra alimentazione e benessere fisico, facendo dello stile di vita salutare un modello da seguire;
- Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico;
- Acquisire sicurezza attiva e passiva, tramite le esperienze vissute;
- Consolidare le esperienze vissute in ambito motorio collegandole con quelle svolte in ambiti disciplinari diversi (interdisciplinarietà dell'apprendimento).

---

## **Obiettivi specifici**

Le lezioni condotte dagli istruttori della FITw hanno anche lo scopo di insegnare ai bambini a:

- giocare rispettando le regole e i principi del fair play;
- socializzare e cooperare;
- comunicare in modo corretto;
- utilizzare il linguaggio corporeo per comunicare, individualmente e collettivamente, stati d'animo, emozioni, situazioni ecc.
- divertirsi con l'utilizzo di un piccolo attrezzo (baby bastone, palla, cerchio, nastro...);
- gestire l'aggressività e la frustrazione, organizzandole in attività di movimento produttive;



Il Mini-Twirling contribuisce allo sviluppo delle capacità senso- percettive, coordinative e all'acquisizione delle abilità motorie proprie della disciplina riassunte in questi grandi gruppi:

- Percezione del corpo in forma statica e dinamica;
- Muoversi secondo una direzione controllando la lateralità e adattando gli schemi motori in funzione di parametri spaziali e temporali (es. percorsi, sequenze, danze sulla musica ecc.);
- Utilizzare abilità motorie in forma singola, a coppie, in gruppo;
- Utilizzare efficacemente la gestualità fino-motoria con piccoli attrezzi codificati e non, nelle attività ludiche e manipolative;
- Implementare l'educazione musicale insegnando a seguire i ritmi attraverso i movimenti corporei;
- Usare consapevolmente il linguaggio del corpo, utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica.



La disciplina del Twirling presenta, inoltre, molti vantaggi perché:

- E' uno sport sano e a basso impatto per i bambini;
- E' sia femminile che maschile;
- Contribuisce allo sviluppo delle capacità motorie fondamentali in modo divertente;
- L'attrezzatura necessaria è poco costosa;
- Può essere praticato all'interno o all'esterno;
- Può coinvolgere attivamente bambini con qualsiasi disabilità.



---

## Il Target

Il **Progetto "Little Tools"**, è indirizzato a **tutte le classi della Scuola primaria (dalla 1^ alla 5^)** e propone un'attività ludico-ricreativa e di gioco sport inserendo gradualmente anche l'aspetto tecnico specifico della disciplina sportiva del Twirling.

Ciascuna ASD, affiliata alla FITw "adotterà" **uno o più Istituti Scolastici** per la realizzazione del progetto.

**Le attività sono facilmente adattabili** e dunque possono essere proposte a tutti gli alunni, **anche disabili**, dando loro la possibilità, dal punto di vista motorio, di sviluppare quelle **capacità coordinative che sono alla base di qualsiasi disciplina sportiva** e che forniranno al bambino, anche disabile, maggiore fluidità di alcuni movimenti e una maggiore consapevolezza di sé e del proprio corpo.

Il Progetto, quindi, è mirato ad interessare anche i bambini con disabilità psico-fisiche, sensoriale e intellettiva. La pratica sportiva, come ormai ampiamente dimostrato, fornisce a tutti, sia "normodotati" che "diversamente abili" vantaggi non solo fisici, ma anche psicologici.

---



## Gli Interventi Didattici

Il Progetto prevede **6 incontri da 1h, o 1h 30' in ambito curricolare + 4 incontri da 1h30' in ambito extracurricolare.**

**I 6 incontri curricolari** sono così articolati:

1. **fase iniziale:** la funzione è quella di avviare il corpo al tipo di attività che si approfondirà successivamente. Sono previsti una serie di giochi di riscaldamento.

Le proposte variano a seconda dell'età dei bambini, degli obiettivi e dei contenuti della parte centrale.



2. **fase centrale:** acquisizione degli elementi tecnici di base del Twirling, presentati sempre in forma ludica e adatti allo sviluppo psicomotorio dei bambini, attraverso la percezione del proprio corpo nello spazio, del tempo, sviluppando gli schemi posturali, le capacità e le abilità motorie attraverso il gioco con i piccoli attrezzi.

3.

I Tecnici Federali coinvolti nelle 6 lezioni curricolari lavoreranno in affiancamento al docente titolare.

Durante la lezione l'insegnante e il tecnico dovranno osservare il comportamento motorio dei bambini, onde poter dedurre quali sono le carenze motorie individuali e del gruppo-classe e programmare, di conseguenza il lavoro delle lezioni successive.

**I 4 incontri in ambito extracurricolare, da 1h30', sono così organizzati:**

**L'attività sarà a libera adesione da parte delle Famiglie.**

Le lezioni si svolgeranno al di fuori dell'orario scolastico, presso la palestra dell'Istituto.

In tal caso è previsto **il tesseramento dei ragazzi a carico della Federazione Sportiva**, presupposto necessario per poter usufruire della copertura assicurativa durante l'orario extracurricolare.

Nelle 4 lezioni extracurricolari le modalità di attuazione potranno variare in accordo con l'Istituzione scolastica, a seconda delle esigenze specifiche.

I Tecnici federali abilitati, preferibilmente laureati in Scienze Motorie, faranno comunque riferimento a un coordinatore regionale laureato in Scienze Motorie individuato dalla Federazione.



L'impianto organizzativo prevede, quindi, attività in ambito curricolare, ovvero rivolta a tutta la classe, ma anche extra-curricolare, per coloro che intendono continuare l'attività oltre l'orario scolastico.



**Le 6 lezioni curriculari saranno così strutturate:**

### **Lezione N° 1**

*durata 1h o 1h30'*

- a. presentazione della disciplina e dell'attrezzo;
- b. introduzione delle prime regole.
- c. giochi di conoscenza e scoperta
- d. attività di sensibilizzazione con l'attrezzo.

### **Lezione N° 2**

*durata 1h o 1h30'*

- a. Gioco di riscaldamento a ritmo
- b. giochi di sensibilizzazione con l'attrezzo;
- c. introduzione dei primi elementi corporei utilizzati nel Twirling.

### **Lezione N° 3**

*durata 1h o 1h30'*

- a. Attività ludiche coordinative;
- b. Impostazione dei primi elementi tecnici con l'attrezzo;
- c. Percorso di agilità inserendo elementi impostati nelle lezioni;

### **Lezione N° 4**

*durata 1h o 1h30'*

- a. Giochi di gruppo
- b. attività ludico-coordinative con attrezzo impostando le sequenze per una semplice coreografia (proporzionata alla classe e quindi all'età dei bambini);

### **Lezione N° 5**

*durata 1h o 1h30'*

- a. Giochi di movimento;
- b. introduzione al percorso di gara;
- c. costruzione completa della coreografia con la musica;

### **Lezione N° 6**

*durata 1h o 1h30'*

- a. Gara sui percorsi ginnici;
  - b. Dimostrazione della coreografia con l'attrezzo a piccoli gruppi.
-





## Contenuti e attività specifiche

### MINI-TWIRLING

La pratica del Twirling rappresenta un percorso di formazione, educazione e sviluppo integrale della persona basato sulla ricerca di quel benessere psico-fisico che permette di migliorare il **senso d'autostima** e la **fiducia in sè stessi**, imparando ad esprimersi col proprio corpo e apprezzandone **l'armonia e la fluidità nei movimenti**.



La lezione di Twirling è strutturata secondo la pratica educativo-motoria che considera il comportamento motorio il principale **canale espressivo dell'essere umano**, rivelatore non solo della sfera affettiva, ma anche di quella cognitiva: prendere un bastone e farlo rotolare a terra, lanciarlo o eseguire una facile acrobazia sono azioni che affinano le capacità motorie, ma segnalano anche il modo con cui la persona affronta i problemi e le nuove conoscenze che l'ambiente le pone.

In particolare si cercherà di:

- organizzare e controllare più schemi motori di base;
- arricchire e consolidare l'alfabeto del movimento attraverso lo sviluppo degli schemi motori dinamici (lanciare, afferrare, roteare) indispensabili al controllo del corpo ed alla organizzazione dei movimenti per adattarli a parametri spazio-temporali;
- consolidare la dominanza e l'affermazione della lateralità;
- utilizzare e organizzare gli aspetti coordinativi oculo-manuali;
- sviluppare la capacità coordinativa speciale di ritmizzazione, utilizzando ritmi prodotti con il corpo o con l'accompagnamento musicale in forma divertente;
- implementare la motivazione al movimento e al gioco coordinativo;
- far partecipare al gioco collettivo rispettando indicazioni e regole;
- sviluppare la fantasia motoria e l'espressività attraverso giochi di interpretazione e imitazione.

### Itinerari metodologico-didattici

- I giochi coordinativi saranno presentati in **progressione didattica** (dal semplice al più complesso) e utilizzando una metodologia che parte **dal globale per arrivare all'analitico**.
- Le attività partiranno da un lavoro di **maneggio individuale**, per passare successivamente ad un **lavoro di collaborazione a piccoli gruppi**.





## Contenuti specifici:

- **esercizi di sensibilizzazione con il bastone** del twirling, realizzati sotto forma ludica;
- **percorsi strutturati** sempre variati;
- semplici elementi di **collaborazione a coppie, a terziglie, a gruppo**, anche con semplici scambi dell'attrezzo;
- **movimenti di base con baby bastone**: movimenti orizzontali, grandi cerchi, riccioli e figure 8, semplici lanci a mano aperta, rotazioni attorno alle dita;
- Maneggio del baby bastone **coordinato a elementi di equilibrio, di salto, di passi ritmici**;
- **Danze, semplici e brevi coreografie** eseguite su basi musicali con il bastone.

### *Il Gioco del Mini-Twirling: impariamo a...usando il bastone*

	<i>Classi I</i>	<i>Classi II</i>	<i>Classi III</i>	<i>Classi IV</i>	<i>Classi V</i>	
<i>...a fare piccoli lanci individuali</i>	<i>In forma ludica</i>	<i>In forma ludica</i>	<i>In forma ludica</i>	<i>In forma ludica</i>	<i>In forma ludica</i>	
<i>...a scambiarlo</i>			<i>Con la richiesta di semplici collaborazioni a coppie o a terziglie formando ordinativi nello spazio</i>	<i>Con la richiesta di elementi coordinativi con arti inferiori e/o superiori</i>	<i>Memorizzando una semplice sequenza sulla musica individuale e di gruppo</i>	
<i>...a farlo girare ATTORNO al corpo</i>			<i>Senza spostamenti</i>	<i>Con la richiesta di semplici equilibri</i>	<i>Lavoro di gruppo con ordinativi spaziali più complessi</i>	<i>Imparando a danzare e a gareggiare</i>
<i>...a farlo girare con piccole evoluzioni attorno al polso</i>			<i>Senza richieste di movimenti di corpo</i>			
<i>...a farlo ruotare CON una parte del corpo</i>				<i>Con piccoli salti e saltelli</i>	<i>Seguendo un ritmo</i>	

Il tecnico sportivo e l'insegnante di classe potranno modificare il piano delle attività anche in relazione alle esigenze che si evidenzieranno man mano durante i vari incontri.

Un obiettivo importante sarà quello di **mantenere alta la motivazione e il divertimento** per favorire la continuazione dell'esperienza sportiva anche al di fuori dell'ambito scolastico.





## Mezzi e strumenti

Le attrezzature specifiche (Baby Bastoni Twirling, eventualmente altri attrezzi specifici e impianto stereo ove necessario) **saranno messi a disposizione** dalle strutture periferiche della FITw che verranno coinvolte nella realizzazione delle varie fasi operative.

---

## Tempi

Una volta formalizzata l'adesione al Progetto, nelle modalità indicate e con l'ausilio degli organi territoriali competenti del MIUR, le attività verranno concordate direttamente con le singole Istituzioni scolastiche al fine di ottimizzare i tempi di inizio, svolgimento e completamento delle attività stesse e di essere inserite funzionalmente nel Piano dell'Offerta Formativa (P.O.F.) dell'Istituto.

Il Progetto è destinato a tutti gli istituti presenti sul territorio nazionale.

---

## Monitoraggio

Il Progetto verrà monitorato costantemente con **osservazioni sistematiche da parte dei tecnici e dell'insegnante** della classe. A seconda delle esigenze potranno essere modificati obiettivi e tempi di realizzazione.

Inoltre, verrà fornito un **bilancio valutativo** finale così suddiviso:

- Per tutte le classi: verrà distribuito un **questionario di gradimento** indirizzato agli alunni, ai docenti ed alle famiglie;
- Per le classi del secondo ciclo (3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup>, 5<sup>a</sup>): un **bilancio auto valutativo del bambino** che vada a cogliere gli effettivi adattamenti comportamentali sia in relazione agli obiettivi formativi che a quelli specifici.

I Referenti regionali della Federazione seguiranno l'andamento e la realizzazione del progetto.

Le schede e i questionari verranno messi a disposizione dai Tecnici esperti della FITw.

---

## Formazione e aggiornamento

Per la realizzazione del progetto sarà necessario formare gli istruttori e gli insegnanti, attraverso i quali si procederà alla formazione degli alunni. **Tutti i tecnici federali coinvolti** condivideranno, prima dell'inizio del progetto, una **formazione ad hoc** sui contenuti motori e sui principi metodologico-didattici relativi all'attuazione progettuale, anche in un'ottica psico-pedagogica.

Nell'ambito del presente progetto **potranno essere strutturati percorsi di aggiornamento specifici anche per gli Insegnanti curricolari** delle Istituzioni scolastiche che vi aderiranno, ivi compresi i docenti laureati in Scienze Motorie, in base alla Dir. 170/16 – CONI soggetto accreditato alla formazione, riconosciuto dal M.I.U.R., che saranno agevolati nell'accesso ai **Corsi per Tecnici di 1° livello (Tecnico societario)** organizzati sul territorio in maniera capillare nel corso dell'anno dalla Federazione Italiana Twirling.



## Risorse

### Risorse Strumentali

Sarà necessario prevedere un Kit di attrezzi da regalare alle scuole che aderiscono al progetto.

Le palestre idonee alle attività, saranno oggetto dell'accordo e/o delle convenzioni tra le Istituzioni scolastiche aderenti e gli enti affiliati ed accreditati dalla FITw (Comitati regionali o Delegazioni regionali, Associazioni sportive riconosciute).

### Risorse Umane

In affiancamento alla presenza degli Insegnanti curricolari, attraverso gli accordi su citati, la Federazione metterà a disposizione i propri tecnici qualificati e adeguatamente formati per la corretta realizzazione del progetto.

Inoltre, al fine di realizzare un reale processo di inclusione, la Federazione si avvarrà anche della consulenza e della collaborazione di esperti istruttori del CIP (Comitato Italiano Paralimpico).

---

## Comunicazione e Valorizzazione

Le attività di promozione sono sostanzialmente così sintetizzate:

- divulgazione del progetto centralmente e localmente da parte della Federazione, con il sostegno del CONI, del MIUR attraverso i siti e circolari ufficiali;
- coinvolgimento degli Organi Periferici, Federali e Ministeriali e delle Società affiliate per la promozione del progetto, il coordinamento sul territorio, il monitoraggio e il supporto locale.

*Il Presidente FITw*

*Gianfranco Porqueddu*