

Pineta In crescendo Srl

via della Pineta Sacchetti, 199 - Roma

a. s. 2017-2108

Proposta di

Attività ludica propedeutica al gioco del Rugby

Progetto a cura di Alessio Barone
tecnico di primo livello della FIR



Adesso so che se non andrò in meta io, ci andrò un mio compagno.

Adesso so che cosa vuol dire rispettare un avversario a terra.

*Adesso so che potrò cadere e perdere il pallone, ma un compagno sarà pronto
a raccogliermelo e a lavorarlo per me.*

Adesso so che bisogna avere sempre qualcosa da portare avanti.

Adesso so che per ottenere qualcosa bisogna essere determinati.

Adesso che correre non vuol dire scappare, ma andare incontro al futuro.

*Adesso so che affrontare la vita sarà un gioco da ragazzi e che, se la vita è un gioco,
il rugby è una gran bella maniera di viverla”*

(Mirko Peternella, giornalista)

1. Premessa

L'attività sportiva ha una forte valenza educativa: è utile per la crescita, permette di sperimentare il successo ma anche l'insuccesso, promuove uno stile di vita salutare e permette ai bambini di imparare l'importanza del rispetto dei tempi e delle regole.

L'attività ludica propedeutica al gioco del rugby proposta per i bambini della scuola materna "In Crescendo", ha come scopo fondamentale quello di diffondere lo spirito fortemente educativo della disciplina sportiva, educando alla consapevolezza dei propri mezzi, a non arrendersi davanti alle difficoltà, stimola l'iniziativa e la ricerca di soluzioni davanti ai problemi.

Nel rugby il **rispetto delle regole** e **dell'avversario** è un valore fondamentale: si gioca *con* e non *contro* qualcuno e il confronto agonistico deve svolgersi sempre sotto l'ottica del **rispetto** e della **valorizzazione dell'avversario**.

Inoltre, giocando, il bambino riconosce l'**importanza degli altri**, impara a collaborare o competere in maniera costruttiva e si rende conto che solo l'impegno collettivo porta dei risultati. Ognuno è chiamato a dare il meglio di se stesso per raggiungere un obiettivo comune.

Il rugby nelle scuole, quindi, vuole e deve essere uno strumento per la crescita motoria e culturale dell'individuo. Oltre che sul **piano motorio e cognitivo**, infatti, nel gioco del rugby si lavora, molto più che in altri sport, sul **piano affettivo**: i bambini, per giocare, devono superare le loro paure e indirizzare in positivo la propria personalità, spingendo, per esempio, i più timidi a superare o mitigare le proprie insicurezze e i più estroversi a indirizzare la propria iperattività a favore del gruppo.

Attraverso il Minirugby ai bambini si propone la condivisione di valori universali:

- rispetto dell'altro
- lealtà
- coraggio
- tolleranza
- altruismo (aiuto al più debole)
- consapevolezza che importante non è vincere ma partecipare dando il massimo di sé



2. Sviluppo delle capacità coordinative e condizionali

Gli obiettivi da raggiungere relativi alle capacità coordinative e condizionali possono essere così schematizzati:

EDUCARE IL MOVIMENTO - riguarda l'area morfologico- funzionale con la quale si cerca

di raggiungere seguenti obiettivi:

A – favorire lo sviluppo di :

- capacità senso percettive
- schemi motori
- schemi posturali

B – sviluppare le capacità:

- coordinative
- condizionali

C – favorire l'apprendimento:

- abilità motorie (generali e specifiche)

EDUCARE ATTRAVERSO IL MOVIMENTO - riguarda le aree affettive, cognitive, relazionali ed ha come obiettivo:

- A - AREA AFFETTIVA: favorire il controllo dell'emotività
- B - AREA COGNITIVA: stimolare le capacità di iniziativa e di risoluzione dei problemi
- C - AREA SOCIALE: sviluppare coerenti comportamenti relazionali

Il progetto proposto prevede la coesistenza e l'integrazione di obiettivi educativi e psico-sociali:

OBIETTIVI EDUCATIVI	OBIETTIVI PSICO-SOCIALI
<p>Rispetto delle regole, pienamente accettate e condivise</p> <p>Rispetto dell'avversario, soprattutto in situazione di contatto</p> <p>Rispetto dell'arbitro e del suo ruolo (senza non si gioca)</p> <p>Rispetto dei ruoli e relativi rapporti: avversari/compagni – giocatori/arbitro</p>	<p>Provarsi in situazione di contatto, risolvendo paure e timori con l'aiuto dell'insegnante e dei compagni</p> <p>Imparare a canalizzare la naturale aggressività all'interno di normali comportamenti di gioco accettati e condivisi</p> <p>Utilizzo della collaborazione e cooperazione per la soluzione di problemi comuni</p>

3. Valenze pedagogiche dell'attività propedeutica al gioco del rugby

- UNO PER TUTTI, TUTTI PER UNO

Rappresenta il concetto di doversi impegnare per il bene della squadra. È necessario, prima o poi, assumersi la responsabilità di portare da solo l'intero gruppo, ed è facilmente mutuabile dallo sport alla vita.

- AGONISMO E RISPETTO

La lealtà, educata più che indotta dalle numerose regole, è uno dei pilastri fondamentali in questo gioco. L'*agonismo* è limitato alle sole fasi del gioco. Popolare, a questo proposito, il cosiddetto "terzo tempo": momento di convivialità tra le due squadre ed i loro sostenitori, subito dopo il termine della partita, indipendentemente dal risultato e dall'andamento dell'incontro.

- FATICA E SUDORE

Importante per lo sviluppo formativo nel bambino imparare la necessità di *cooperare*, sostenendo i compagni e partecipando con coraggio in prima persona alla *sopportazione della fatica*. Il coinvolgimento di gran parte della muscolatura del corpo, compresa la colonna e i piedi, assicura benefici durante la crescita e la necessità di praticare tale disciplina *all'aria aperta*, fornisce un motivo in più per proporlo ai bambini che passano troppo tempo davanti al monitor di un pc.

4. Caratteristiche del Minirugby

L'impostazione metodologica basata sul **gioco** permette di assicurare la necessaria spontaneità di espressione e di tenere alto il livello di attenzione. Il gioco proposto, infatti, sarà divertente e dinamico con pause brevi e frequenti e proposto con alcune varianti.



Attraverso l'introduzione nel gioco delle **regole fondamentali** del rugby, quali passaggio indietro, tenuto, fuori gioco e meta, si realizza l'obiettivo di presentare un gioco semplice, facilmente comprensibile a tutti, ma con tutte le caratteristiche proprie dello sport stesso, così come quello di una progressiva e graduale complessità, base di un continuo ed effettivo apprendimento. Si attua così il procedimento metodologico "dal generale al particolare" (dal gioco "amorfo" al gioco "strutturato") non dimenticando che **non tutti i bambini sono uguali**, pertanto il loro coinvolgimento nel gioco

sarà differente. Sebbene, infatti, la proposta didattica sia uguale per tutti, i bambini saranno coinvolti in maniera diversa nel gioco.

Considerato poi che la squadra è un gruppo, quindi, un insieme di individualità legate ad una rete di comunicazione più ricca possibile, giocatori ed educatore, durante la scoperta del gioco, cercheranno di creare un "codice", una sorta di "linguaggio comune" che raccolga in sé tutti i concetti fondamentali del Minirugby.

Le **regole** sono introdotte durante il gioco, in apposite pause e con appropriate spiegazioni (parole chiare e precise, alcune dimostrazioni e paragoni con attività conosciute):

- **IL GIOCO COME CONTINUA OPPOSIZIONE**

Il gioco viene conosciuto secondo il concetto di opposizione che lega le 2 squadre (l'attacco gioca in rapporto alla difesa, e viceversa).

- **IL GIOCO COME MOVIMENTO ININTERROTTO**

Il gioco si sviluppa inoltre, secondo un concetto di dinamismo continuo, grazie al ruolo dell'educatore che lo organizza continuamente rilanciandolo, quando vi sono, arresti del movimento. In questa prima fase è importante il coinvolgimento dell'intero gruppo assegnando il pallone, oggetto del gioco, in fase di rilancio ai bambini che partecipano poco spontaneamente.

Durante il gioco vengono costantemente ribaditi i Principi Fondamentali dell'**avanzare** e **sostenere**, prioritari per una giusta comprensione del Minirugby. Si realizza così la prima tappa, definita come "gioco amorfo" in cui, oltre ad un gioco continuamente e diversamente strutturato

per la progressiva introduzioni di regole e limiti all'azione dei partecipanti, verranno fatte emergere le valenze educative dello sport.

Il gioco del rugby è un ottimo strumento per lo sviluppo delle capacità coordinative grazie principalmente all'uso della palla ovale e alla dinamica propria del gioco. Il giocatore sviluppa, infatti, la percezione e controllo del proprio corpo e le capacità coordinative dinamico-general, spazio-temporali, oculo-manuali e inter segmentarie.

A questo scopo, dal punto di vista motorio, saranno sviluppati nelle esercitazioni i seguenti concetti:



Educazione al contatto con il terreno: per permettere di familiarizzare con questa forma tipica del rugby verranno utilizzando dei materassini.

Comprensione del gioco: si realizzeranno situazioni meno complesse per numero di giocatori e spazio a disposizione; la partecipazione ed il dinamismo dei singoli giocatori progrediranno nel tempo.

Importanza del successo: ogni proposta che l'educatore fa ai bambini deve essere realizzabile interamente o in parte e deve dare soddisfazione.

5. Il progetto

Il progetto è rivolto agli alunni dell'ultima classe della scuola dell'infanzia.

Breve programma:

101 modi per fare meta; corriamo e facciamo meta in tutti i modi. Non scontriamoci; correndo impariamo a scansarci e valutare la posizione del corpo in movimento rispetto agli altri.

La lotta: riscopriamo il piacere di lottare e superiamo il timore del contatto.

Cominciamo a giocare: superiamo il compagno per segnare la meta.

“Acchiappiamoli”: come prendere un bambino da solo e con l'aiuto di un compagno.

Cominciamo a giocare: prime forme di gioco organizzato.

Continuiamo a giocare: mini – partite 3 > 3

Durata: anno scolastico

Numero di lezioni: una lezione di un'ora e mezza il giovedì dalle 10.00 alle 11.30 e una lezione della durata di un'ora e mezza il sabato mattina nello stesso orario.

Attività: giochi propedeutici al gioco del rugby (esercizi-gioco, percorsi...) da svolgersi in palestra o in adeguati spazi esterni.

Materiale: il materiale utile allo svolgimento dell'attività sarà a carico dell'allenatore

Abbigliamento: tuta e scarpe da tennis; successivamente sarà chiesto un piccolo contributo per l'acquisto della divisa comprensiva di pantaloncini, calzettoni e maglietta numerata

Dalla scuola al campo (fuori orario scolastico, con la collaborazione dei genitori): lezioni facoltative sul campo di una società affiliata FIR

Manifestazione di fine anno: manifestazione di fine anno da stabilire ed eventuale partecipazione a un o due tornei organizzati dalle società laziali, in collaborazione con la FIR

Costo del progetto: il corso, con frequenza bisettimanale, prevede incontri della durata di un'ora e mezza e avrà un costo di € 50,00 mensili. Sarà chiesta una quota associativa annuale di € 15,00.

Referente del progetto:

Alessio Barone – tecnico di I livello FIR

recapiti:

329 8676018

abarone78@hotmail.it

all.baronealessio@federugby.it