



**RACCHETTE**  
*in Classe*

*Junior*



Ministero dell'istruzione



## Presentazione

*Il Progetto “Racchette in Classe” nasce dalla partnership tra due Federazioni sportive di racchetta quali la FITeT (Federazione Italiana Tennis Tavolo) e la FITP (Federazione Italiana Tennis e Padel) e dalla collaborazione, per la distribuzione di materiale tecnico, con “JOY OF MOVING”.*

*Tenendo in alta considerazione quanto previsto per la scuola dalle Indicazioni Nazionali per il Curricolo e rispettando lo sviluppo fisico-motorio, cognitivo e socio-emozionale del ragazzo, sulla base di quanto indicato nell’ambito dei traguardi per lo sviluppo delle competenze dell’alunno, al termine della scuola secondaria di 1° grado, questo progetto contribuisce a:*

- *Conoscere gli schemi motori di base anche combinati e il loro utilizzo in ambito sportivo;*
- *Capire gli elementi che caratterizzano l’equilibrio statico, dinamico e di volo e il disequilibrio;*
- *Imparare gli elementi relativi alle strutture temporali e ritmiche dell’azione motoria;*
- *Conoscere gli elementi relativi all’orientamento nello spazio dell’azione motoria;*
- *Conoscere il linguaggio specifico motorio e sportivo;*
- *Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste dal gioco in forma originale e creativa, proponendo anche varianti;*
- *Conoscere i gesti fondamentali di gioco e sport individuali e di squadra;*
- *Conoscere il concetto di strategia e tattica;*
- *Distinguere le modalità relazionali per valorizzare differenze di ruoli e favorire l’inclusione al fine di raggiungere un obiettivo comune;*
- *Conoscere le regole indispensabili per la realizzazione del gioco e/o sport anche con finalità di arbitraggio;*
- *Distinguere le modalità mediante le quali l’attività fisica contribuisce al mantenimento della salute e del benessere.*

*La realizzazione del progetto del Tennis, del Padel, del Beach Tennis e del Tennistavolo si fonda sullo sviluppo delle funzioni organiche, motorie, cognitive, affettive, emotive e relazionali.*

*Il progetto “Racchette in Classe”, come vettore nella promozione, si propone, altresì, la diffusione ed un’azione di scouting delle discipline proposte (Tennis, Padel, Beach Tennis, Tennistavolo).*



Ministero dell'istruzione

SPORT  
E SALUTE



**Il progetto “Racchette in Classe” si svilupperà nel rispetto dei protocolli anti-Covid dettati dal Ministero della Salute, nel periodo febbraio, marzo, aprile, maggio 2023, per l’attività curricolare e giugno, luglio, agosto, settembre 2023, per l’attività extra-curricolare.**

**Su indicazioni del Ministero dell’Istruzione e del Merito, in un’ottica di continuità didattica e scolastica, il progetto “Racchette in Classe” può essere attivato in ambito curricolare, anche nei mesi di ottobre, novembre e dicembre 2023, prendendo in considerazione la continuità didattica dell’anno 2023/2024.**

La scelta del periodo è subordinata alla volontà di svolgere l’intero progetto all’aperto al fine di non far vivere ulteriori restrizioni ai bambini, oltre che a prevenire ogni pericolo legato al Covid 19, in osservanza di quanto disposto dal Ministero della Salute e dai protocolli dei singoli Istituti scolastici, per ciò che concerne le lezioni curricolari, e dal protocollo FIT, per quel che riguarda le lezioni extra-curricolari.



### **Panoramica Progetto**

*Il progetto comune tra il Tennis, il Padel, il Beach Tennis e il Tennistavolo nasce dall’integrazione di due progetti, recepiti, riadattati e divulgati in condivisione, enfatizzando il principio didattico della **MULTILATERALITA’** (proposta didattica orientata sullo sviluppo simultaneo delle aree mentale, motoria, tattica e tecnica).*

*Specifiche figure, già laureate in Scienze Motorie o in possesso del Diploma ISEF, o con la qualifica di 3° e 4° livello tecnico federale, dotate sia di mezzi didattici per l’avviamento ludico,*



sia di manuali e linee guida specifiche, saranno appositamente formate e abilitate a promuovere insieme i quattro giochi sportivi di racchetta nella scuola.

L'insegnamento-apprendimento si realizza attraverso un'azione educativa, metodologica e didattica che si svilupperà attraverso le seguenti caratteristiche:

- Sarà progettata secondo adeguati parametri spazio-temporali;
- Sarà connotata da un'ambientazione ed una intenzionalità ludico-sportiva;
- Si baserà sul principio dell'unicità della persona e su scelte metodologiche appropriate all'età degli alunni, alla propria condizione fisica e psicologica, con l'utilizzo di mezzi didattici idonei e contenuti multilaterali e multidisciplinari;
- Sarà intenzionale sul piano educativo e formativo.

### Obiettivi Specifici

Gli obiettivi specifici del progetto riprendono quelli perorati dalla Scuola e specificati nelle Indicazioni Nazionali per i Curricolo della scuola secondaria di 1° grado, ed in particolare:

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

- Controllare il proprio corpo in situazioni statiche e dinamiche (coordinazione) progressivamente complesse;
- Adattare l'azione dei vari segmenti corporei in situazioni di equilibrio e disequilibrio;
- Utilizzare le strutture temporali e ritmiche nelle azioni motorie;
- Utilizzare e trasferire le abilità acquisite (schemi motori di base anche combinati) per risolvere problemi motori nelle variabili legate allo spazio;
- Utilizzare i piani di lavoro proposti per migliorare le proprie abilità motorie riconoscendo la relazione tra l'intensità dell'attività e i cambiamenti fisiologici e morfologici anche rispetto all'età in evoluzione.

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

- Utilizzare le abilità motorie adattandole alle diverse situazioni, anche in modo personale;
- Mettere in atto strategie di gioco e tattiche sperimentate;
- Svolgere un ruolo attivo mettendo in atto comportamenti collaborativi per raggiungere l'obiettivo comune;

- *Relazionarsi positivamente con l'altro e con il gruppo nel rispetto di ruoli, regole, persone e risultati;*
- *Mantenere la propria efficienza, essere attivi fisicamente in molteplici contesti ed essere anche in grado di dosare lo sforzo ed applicare alcune tecniche di riscaldamento e di defaticamento.*

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

- *Assumere comportamenti adeguati alla prevenzione degli infortuni e per la sicurezza nei vari ambienti di vita;*
- *Riconoscere il rapporto tra alimentazione ed esercizio fisico in relazione a sani stili di vita;*
- *Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche (cardio-respiratorie e muscolari) e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico;*
- *Sicurezza attiva e passiva, educazione posturale, educazione alla prevenzione, educazione al rischio, interdisciplinarietà, esempi di buone pratiche vissute, esperienze di percezione della fatica e benessere, educazione respiratoria e rilassamento.*

*L'obiettivo del progetto è attuare una pianificazione per la realizzazione metodica di un programma sostenibile ed educativo per le scuole secondarie di I°, nel rispetto di quanto sopra indicato, attraverso un insieme di risorse, linee guida e programmi utili per la conoscenza delle quattro discipline, che saranno proposte sia nei loro aspetti simili, attraverso giochi propedeutici, ed anche, nelle specificità dei rispettivi sport.*

*Il progetto comune "Racchette in Classe" ha la finalità di incentivare i ragazzi 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 ragazzo e dei suoi ritmi evolutivi, valorizzando le competenze individuali documentate dal portfolio personale e orientate alla promozione di corretti e attivi stili di vita;*
- *all'inclusione scolastica degli alunni diversamente abili, sia da un punto di vista motorio che relazionale, ed all'inclusione sociale;*
- *potenziare le azioni delle istituzioni scolastiche, attraverso collaborazioni attive con le società sportive che agiscono sul territorio, in collaborazione con gli Enti locali, territoriali e il mondo dello sport.*

### ○ **Contesto e obiettivi**

*Le attività e i programmi sportivi insegnano importanti regole di vita e promuovono la coesistenza pacifica educando i bambini a:*

- *giocare rispettando le regole;*
- *rispettare i principi del fair play e onestà;*

- creare amicizie durature;
- comunicare;
- divertirsi;
- gestire l'aggressività e la frustrazione.

*Il Tennis, il Padel, il Beach Tennis ed il Tennistavolo in particolare contribuiscono allo sviluppo delle capacità senso-percettive, coordinative, organico-muscolari e all'acquisizione delle abilità motorie proprie delle quattro discipline sportive:*

- presa e lancio;
- stabilità ed equilibrio;
- velocità (capacità anaerobica) e agilità;
- salto e atterraggio.

*Trattandosi di sport di situazione, stimolano il gruppo dei ragazzi partecipanti al progetto, alla ricerca di rapide soluzioni per risolvere i problemi che il gioco propone.*

*Le quattro discipline sono sport ideali per le scuole e presentano molti vantaggi:*

- sport sani e a basso impatto per i bambini;
- sia i ragazzi che le ragazze possono praticarli (benefici sociali);
- contribuiscono allo sviluppo delle capacità motorie fondamentali;
- l'attrezzatura necessaria fornita gratuitamente dalle Federazioni coinvolte;
- possono essere praticati all'interno o all'esterno;
- possono coinvolgere attivamente alunni con qualsiasi disabilità.

### ○ Il Concept

*Il progetto può offrire l'opportunità all'alunno della Scuola secondaria di 1° grado di sperimentare gli importanti aspetti formativi connessi alla moderna didattica dello sport di situazione: multilateralità, multidisciplinarietà, sistematicità, progressività, adattamento, individualizzazione, specificità, disponibilità e capacità decisionale. 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).*



## ○ Il Target

*“Racchette in Classe”, indirizzato alle classi della scuola secondaria di I° (1^, 2^, 3^ classe), propone un’attività ludico - ricreativa e di gioco sport inserendo gradualmente anche l’aspetto tattico-tecnico e di confronto.*

*Le attività sono facilmente adattabili e possono essere proposte a tutti gli alunni.*

*Ciascuna Scuola di Tennis, di Padel, di Beach Tennis o società affiliata alla FITeT, “adotterà” uno o più Istituti Scolastici per la realizzazione del progetto.*

*Per una migliore resa del progetto, dovranno essere privilegiati gli Istituti Comprensivi in prossimità delle Scuole Tennis di livello STANDARD, SUPER e TOP SCHOOL, e BASIC e STANDARD per le scuole di Padel e Beach Tennis, individuati e scelti di concerto con gli Organi Territoriali ministeriali di competenza.*

