

Ultimate Frisbee CUS Verona

Sezione didattica: progetti per le scuole

Chi siamo

L'Ultimate è il gioco di squadra per frisbee: un campo con due aree di meta, 7 contro 7, segna la meta chi riceve un passaggio regolare all'interno dell'area di meta avversaria.

Da qualche anno è presente e attiva sul territorio della provincia di Verona la squadra dei Disc'o'ver, che fa capo al CUS Verona (Centro Universitario Sportivo), la quale propone e coordina l'attività sportiva presso l'impianto di Parona.



Cos'è l'Ultimate

L'Ultimate Frisbee, normalmente detto solo *Ultimate*, è uno sport in grande crescita e diffusione; la FIFD A.S.D. (Federazione Italiana Flying Disc) è attiva in Italia dal 1979 e supporta con passione le squadre esistenti e quelle nascenti. Inoltre cura direttamente, assieme ai rappresentanti delle squadre locali, la proposta didattica all'interno degli istituti scolastici.

Caratteristica distintiva e regola basilare del gioco è il punto 1 del regolamento: lo "Spirit Of The Game", Spirito del Gioco, per cui ogni giocatore è tenuto – vista l'assenza dell'arbitro in questa disciplina – ad essere corretto verso gli avversari e quindi autoarbitrarsi.

La valenza educativa di questo sport è riscontrabile, oltre che in linea teorica, anche nella pratica a qualsiasi livello.

I destinatari del progetto

Gli studenti a cui rivolgiamo la proposta di uno sport nuovo e diverso da tutti gli altri; non è necessario sapere già tirare un disco né avere particolari capacità pregresse. La fascia d'età a cui è rivolta l'iniziativa è quella dei ragazzi dalla prima alla quinta superiore, attraverso lezioni svolte durante l'orario curricolare oppure durante gruppi sportivi pomeridiani.

Obiettivi e finalità

La finalità del progetto è quella di far conoscere un nuovo sport stimolante non solo dal punto di vista prettamente fisico, ma anche e soprattutto dal punto di vista della socialità e dello scambio tra giocatori.

Gli obiettivi principali sono l'acquisizione delle tecniche base di gioco, attivare l'interazione tra gli studenti e l'autogestione delle situazioni di gioco anche grazie alla possibilità che l'Ultimate offre

di formare squadre miste (maschi e femmine insieme), richiamare alla responsabilizzazione personale, partecipare al torneo finale.



Modalità di svolgimento delle lezioni

Proposta 1) lezioni in orario curricolare: le lezioni saranno tenute durante l'orario scolastico mattutino, secondo cicli che vanno da un minimo di 2 a un massimo di 4 lezioni (quattro settimane). La durata ottimale è quella delle due ore consecutive di lezione. Di base sono presenti due istruttori.

Proposta 2) gruppi sportivi pomeridiani: a fronte dell'interesse da parte dell'istituto o di una singola classe ad approfondire lo sport, oppure in previsione del torneo di fine anno, gli istruttori possono concordare un ciclo di allenamenti pomeridiani.

Importante: i cicli sopra descritti sono la forma base proposta. A seconda dell'orario scolastico possono e compatibilmente al numero di richieste ricevute e agli impegni degli istruttori potranno subire variazioni che saranno concordate con i docenti.

Argomenti trattati

Le lezioni prevedono una progressione didattica che si articola nei seguenti punti:

- lezione 1: fondamentali di lancio e presa, interazione con i compagni, nozioni di gioco;
- lezione 2: affinamento tecniche fondamentali, difesa, esercizi di flusso di gioco;
- lezione 3: perfezionamento fondamentali, marcamento e smarcamento, schemi di gioco, partita;
- lezione 4: approfondimento ulteriore su attacco/difesa/ordine in campo, partita.

Costi

Per ogni Istituto alla prima esperienza il corso è gratuito.

Se negli anni successivi, valutato il successo dell'iniziativa, vi è da parte dell'Istituto la volontà di proseguire con il progetto, verrà inserito nello stesso il rimborso spese per gli istruttori, concordabile con gli stessi a fronte delle esigenze economiche dell'Istituto.

Materiale a disposizione

Verrà fornita all'insegnante una brochure con la progressione didattica seguita per il ciclo di lezioni. Dischi, coni, casacche, se non già posseduti dall'Istituto, verranno messi a disposizione dagli istruttori per la durata delle lezioni.

Torneo di fine anno

È fissato per il giorno mercoledì 24 aprile il torneo conclusivo dedicato agli studenti. Una comunicazione a riguardo verrà inviata ad ogni istituto dal Provveditorato agli Studi di Verona.

Contatti

Luca Fratton, allenatore dei Disc'o'ver CUS Verona Ultimate e tecnico federale di Ultimate di 1° livello, responsabile comunicazione: 340-8790452, luca.fratton@gmail.com