



Ultimate Frisbee CUS Verona

Sezione didattica: progetti per le scuole – A.S. 2013/2014

Chi siamo

Dal 2011 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) ed è affiliata alla FIFD, Federazione Italiana Flying Disc; vede l'impegno dei propri istruttori e giocatori nella promozione dell'Ultimate Frisbee nelle scuole, portando così una proposta nuova dalla forte valenza educativa.



Grazie ai principi fondamentali che caratterizzano questo sport, come il fair play, auto-arbitraggio e l'integrazione, ragazzi e ragazze potranno interagire nella medesima attività sportiva partendo da comuni basi tecniche, ricevendo un notevole stimolo educativo che li spingerà a sperimentarsi in situazioni di cooperazione, gestendo autonomamente il gioco e il rispetto per le regole e gli avversari.

Particolare attenzione è stata data alla formazione dei tecnici federali: grazie all'esperienza maturata negli scorsi anni di lavoro in varie scuole di Verona città e Provincia (Stimate, Angeli, Marconi, Fermi, Medi, Seghetti, con il conseguimento da parte di una classe del liceo Medi di Villafranca del secondo posto all'International School Cup di Bologna del 19 maggio 2013) e alla realizzazione, alla fine dell'anno scolastico, del torneo Interscuole per tutti gli istituti che hanno adottato il progetto (nel 2013 hanno partecipato 7 istituti per un totale di 11 classi).

Proponiamo il progetto per l'anno scolastico 2013-2014 che prevede un ciclo base di 2 o 4 lezioni, nelle quali verranno introdotte le tecniche fondamentali e le regole per poter disputare una partita di Ultimate Frisbee.

I risultati conseguiti negli scorsi anni insieme all'apprezzamento per il torneo Interscuole di fine anno ci hanno incoraggiato a riproporre il progetto revisionandolo e potenziando la nostra proposta. Il progetto da quest'anno prevede tre possibili programmi, uno breve di due lezioni, uno completo di quattro lezioni e la possibilità di creare gruppi sportivi pomeridiani. Una lezione ha



durata di circa 1h e 30 min (due ore di educazione fisica).

Introduzione al progetto e specifiche

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.

Le caratteristiche principali del gioco sono 5:

- **Fair Play:** 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 auto arbitrarsi.
- **Sicurezza:** non è permesso il contatto fisico.
- **Integrazione:** esistono 3 categorie di gioco, la OPEN (maschile ma aperta anche alle ragazze), WOMEN (femminile) e CO-ED (Co-Educational, dove ragazzi e ragazze giocano nella stessa squadra), che valorizzano la collaborazione in campo tra giocatori dello stesso sesso o di sesso diverso.
- **Economicità:** basta un disco e 8 coni.
- **Internazionalità:** l'Ultimate è giocato in tutto il mondo ed è sviluppato soprattutto in Stati Uniti, Canada, Giappone e regioni del nord Europa; la lingua ufficiale adottata nel regolamento e dai giocatori è l'inglese.

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

L'obiettivo principale del corso è fornire alla scuola un supporto di qualità nella formazione dei



ragazzi attraverso la conoscenza dell'Ultimate e l'avviamento alla pratica sportiva, fornendo inoltre uno strumento, cioè lo Spirito del Gioco, mutuabile a tutti gli altri sport.

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 specifici sono:

- l'acquisizione delle tecniche base di gioco e delle regole utili per poter disputare una partita di Ultimate Frisbee;
- attraverso l'utilizzo del frisbee, poco familiare alla maggior parte degli studenti, ragazzi e ragazze, si troveranno nella medesima situazione di dover interagire partendo dalle medesime basi tecniche e quindi di dover cooperare all'interno dello stesso campo da gioco per raggiungere un fine comune;
- l'autogestione del gioco stesso da parte dei ragazzi, contrapponendo in egual maniera lo spirito agonistico al rispetto delle regole, dato che in questo sport non è prevista la figura dell'arbitro;
- la promozione e la divulgazione di uno sport che mette al centro di ogni situazione di gioco il rispetto delle regole e il fair play, principi spesso distanti da quelli che sono i modelli sportivi maggiormente diffusi.

Modalità di svolgimento delle lezioni

Proposta 1) 2 lezioni in orario curricolare: le lezioni saranno tenute durante l'orario scolastico mattutino. La durata ottimale è quella delle due ore consecutive di lezione, ma per classi che presentano orari con lezioni da un'ora è comunque possibile accedere al programma.

Proposta 2) 4 lezioni in orario curricolare: vale tutto quello che è riportato nella proposta 1), ma con un programma più esteso e completo.

Proposta 3) 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, partita;
- lezione 3: perfezionamento fondamentali, marcamento e smarcamento, schemi di gioco, partita;
- lezione 4: approfondimento ulteriore su attacco/difesa/ordine in campo, partita.

Costi

Ogni prima lezione per classe, in istituti dove non è mai stato avviato un corso tenuto da istruttori federali, sarà gratuita, per dare modo a insegnanti e studenti di familiarizzare con il disco e con l'idea di un gioco nuovo. Per le successive lezioni potrà essere richiesto un rimborso spese per gli istruttori, concordabile con gli stessi a fronte delle esigenze economiche dell'Istituto.

Altre informazioni

Materiale: 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.

Luogo: palestra o spazio esterno; in caso di palestra interna è preferibile evitare di avere due o più classi compresenti.

Promozione dischi Disc'o'ver: è possibile acquistare i dischi personalizzati dei Disc'o'ver. L'offerta per le scuole invece, che è facoltativa, propone l'acquisto di 10 dischi a 100€ + iva.

Torneo di fine anno

E' in fase di preparazione il terzo torneo Interscuole, edizione 2014, previsto anche per quest'anno a maggio. Potranno iscriversi sia gli istituti che hanno usufruito delle lezioni con gli istruttori, sia quegli istituti nei quali i docenti hanno svolto lezioni di Ultimate e vogliono iscriversi al torneo.

Rimaniamo a disposizione per qualsiasi chiarimento.

Luca Fratton

Referente progetti scolastici – Tecnico FIFD 1° Livello
340-8790452 - luca.fratton@gmail.com