



FEDERAZIONE ITALIANA PALLAPUGNO (F.I.P.A.P.)

CORSO DI PALLAPUGNO PER INSEGNANTI DI EDUCAZIONE FISICA DI I E II GRADO E PER INSEGNANTI DELLA SCUOLA PRIMARIA

La Federazione Italiana Pallapugno (FIPAP) rivolge particolare attenzione ed impegno allo sviluppo delle attività giovanili per promuovere le esigenze formative dei ragazzi in età scolare. Le attività sportive rappresentano un momento particolarmente importante nell'ambito del processo di crescita dei giovani, perché contribuiscono a prevenire e superare forme di disagio e criticità.

Il progetto di avviamento alla pratica sportiva della PALLAPUGNO LEGGERA mira ad educare al benessere fisico e, mediante l'attività di squadra, a costruire un processo di socializzazione tra i giovani. Questi imparano il rispetto dei ruoli, l'accettazione delle regole, la conoscenza e la valutazione delle proprie capacità.

Il progetto di avviamento alla Pallapugno leggera vuole offrire proposte concrete, riconoscendo alla Scuola il ruolo di aggregazione ottimale, vuole essere un valido esempio di percorso educativo che valorizza la personalità del singolo.

La Federazione incoraggia e promuove la nascita di forme di reciproca collaborazione sportiva coordinata sotto il profilo didattico dai docenti delle scuole, opportunamente formati.

La Pallapugno Leggera è uno sport che genera, senza esigenze di materiale sportivo (basta una pallina di 60 grammi) o di strutture (basta un campo da pallavolo senza rete) notevoli emozioni tra i giocatori in un'ottica di reale Fair Play.

IL corso sarà svolto da personale specializzato del Centro Tecnico Federale della FIPAP, tesserato alla federazione stessa e di conseguenza coperto da assicurazione.

Il corso si svolgerà presso il Liceo Righi in via Carlo Pepoli 3 a Bologna.

PROGRAMMA

LUNEDI 11 GENNAIO 2016

DALLE ORE 14.30 ALLE 17.30

1 ora di teoria in aula attrezzata per la visione di supporti audiovisivi

2 ore di pratica in palestra.

MARTEDI 12 GENNAIO

DALLE ORE 14.30 ALLE 17.30

2 ore di pratica in palestra e 1 ora di partita.



FEDERAZIONE ITALIANA PALLAPUGNO (F.I.P.A.P.)

Parte Teorica

- Visione del DVD **“A scuola di pallapugno”**
- Brevi cenni sulla pallapugno, sulle sue origini (pallone a bracciale). I luoghi dove si giocava e si gioca il pallone a bracciale e dove si gioca la moderna pallapugno (sferisterio). La letteratura sulla pallapugno (Virgilio, Giacomo Leopardi, Gioachino Belli, Goethe, Edmondo de Amicis, Augusto Monti, Cesare Pavese, Beppe Fenoglio e Giovanni Arpino). I nuovi scrittori di pallapugno e bracciale.
- La didattica della pallapugno leggera nelle scuole
- Le regole fondamentali, semplici e di facile apprendimento
- Le fasi di gioco: battuta, ricaccio al volo, ricaccio al salto, palleggio e chiusura del gioco
- L'avvio di un'azione di gioco, l'attacco e la difesa. Le strategie per la conquista del “15”

Parte Pratica

- Battuta semplice e di sicurezza
- Battuta con rincorsa semplice
- Battuta con rincorsa speciale
- Esercizi con movimento completo senza e con palla
- Battuta con tiro al bersaglio
- Battuta indirizzata in determinate zone del campo
- Ricaccio al salto e al volo
- Palleggio da considerarsi normale
- Palleggio rasoterra e smorzato
- Schiacciata

Al termine vari esercizi con palla come il palleggio individuale contro il muro, il palleggio a coppie contro il muro, il palleggio a bersaglio sia normale, sia con la schiacciata, tiri al bersaglio, ecc.

Partitella 4 contro 4 con verifica costante della posizione in campo quando si è in battuta, quando si è al ricaccio, quando gioca da terzino, ecc.

DURANTE IL CORSO SARANNO PREVISTI MOMENTI CARATTERIZZATI DA INTERATTIVITA' OPERATIVE: SARA' NECESSARIO PERTANTO CHE I PARTECIPANTI SIANO PROVVISI DI ABBIGLIAMENTO SPORTIVO ADEGUATO PER PARTECIPARE ATTIVAMENTE ALLE LEZIONI.