

*Proposta per insegnanti di scuola secondaria di primo e secondo grado*

## **Programma corso di formazione e aggiornamento di FLAG FOOTBALL**

**“Lo sport per combattere il Bullismo, UNA SQUADRA NELLA SCUOLA”**

in collaborazione con

**LEGIO XIII ROMA A.S.D. - American Football Team**

e col patrocinio del

**COMUNE DI BOLOGNA**

**COMUNE DI ROMA**

Tutti gli incontri si svolgeranno c/o la palestra dell'Istituto Superiore Righi dalle 14.30 alle 17:00

nelle seguenti date:

- lunedì 14 novembre
- martedì 22 novembre
- giovedì 1 dicembre
- mercoledì 7 dicembre
- **1ma lezione**
- Informazioni di base sulle regole del flag football
- Approfondimento sull'attacco
- Esercizi di sensibilizzazione col pallone (lanci, ricezioni ecc.)
- Introduzione alla difesa
- **2da lezione**
- Ripasso veloce sulla lezione precedente..domande..dubbi..ecc..
- Approfondimento sulla difesa
- Esercizi con uso delle flag (per imparare il defleggamento)
- **3za lezione**
- Ripasso veloce sulla lezioni precedente..domande..dubbi..ecc..
- Spiegazioni sugli schemi di gioco (attacco-difesa)
- Esercizi con divisione in reparti (attacco-difesa a rotazione per tutti)
- Esercizi di attacco contro difesa (in particolare trasformazioni dopo il Td)
- Filosofie e tecniche di costruzione del libro degli schemi (playbook) di attacco e difesa ed esercitazioni
- **4ta lezione**
- Ripasso veloce sulla lezioni precedente..domande..dubbi..ecc..
- Realizzazione dei playbook
- Suggerimenti per combattere il bullismo attraverso il gioco del flag football
- Torneo di flag a squadre con i prof di Flag come arbitri e coach

**Formatori: Andrea Tosti, Fabrizio Fiori, Dario Giordo, Stefano Martelli, Angelo Piccolella**

**Parteciperanno anche i giocatori esperti e coach della nostra squadra.**