



Unione Europea

FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



MIUR

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE)

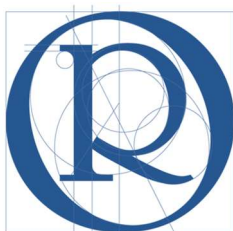
IPSIA "OSTILIO RICCI" – FERMO

ASSE I FSE – INCLUSIONE SOCIALE E LOTTA AL DISAGIO

AZIONE 10.1.1 - AVVISO 10862

ALLEGATO 3 - SCHEDA PROGETTUALE MODULO 2

CROSSFIT A SCUOLA





FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



MIUR

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE)

IPSIA "OSTILIO RICCI" - FERMO



SOMMARIO

1	ANAGRAFICA DEI PRESENTATORI	2
2	INFORMAZIONI GENERALI SUL MODULO.....	3
3	DESCRIZIONE DEL PROGETTO FORMATIVO	4
3.1	PROGRAMMAZIONE DELLE SESSIONI FORMATIVE.....	4
3.2	CONTENUTI DELLE SESSIONI FORMATIVE	4
3.3	METODOLOGIE FORMATIVE IN AULA.....	5
3.4	METODOLOGIE FORMATIVE IN LABORATORIO.....	5
3.5	CARATTERISTICHE DI INNOVAZIONE DELLA METODOLOGIA INDICATA	6
3.6	MEZZI E STRUMENTI	6
3.7	MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI ESITI	7

1 ANAGRAFICA DEI PRESENTATORI

Cognome	
Nome	
Luogo di nascita	
Data di nascita	
Residenza	
Indirizzo	
Numero civico	
Codice fiscale	
Telefono	
Email	
Docente IPSIA	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO

Cognome	
Nome	
Luogo di nascita	
Data di nascita	
Residenza	
Indirizzo	
Numero civico	
Codice fiscale	
Telefono	
Email	
Docente IPSIA	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO

I sopra indicati progettisti dichiarano la rispondenza dell'azione progettuale presentata con:

- gli obiettivi;
- le caratteristiche di innovazione;
- i risultati attesi;

dell'intervento generale di cui il presente modulo è parte integrante.

2 INFORMAZIONI GENERALI SUL MODULO

Tipologia modulo	Educazione motoria; sport; gioco didattico
Titolo modulo	Crossfit a scuola
Descrizione modulo	<p>Il "Crossfit" è un programma di rafforzamento e condizionamento fisico mirato alla conquista, da parte degli alunni, di un benessere psico-fisico completo e generale. Tale disciplina si compone di una serie di movimenti "funzionali" (che si rifanno a veri e propri gesti appartenenti alla quotidianità), che derivano da vari sport come ad esempio la ginnastica, l'atletica o differenti sport individuali o di squadra.</p> <p>I movimenti che si andranno ad eseguire cambieranno costantemente in relazione al tempo e verranno sistematicamente eseguiti ad alta intensità, in modo da poter raggiungere una performance fisica totale e rendere gli alunni pronti ad ogni genere di sfida fisica.</p> <p>Il fine del Crossfit non è estetico come nel culturismo, ma prestazionale: si punta a migliorare le capacità atletiche degli alunni, rendendoli più performanti ed andando a migliorare la loro composizione corporea, elemento di preponderante importanza nell'età dell'utenza presa in considerazione.</p>
Data inizio prevista	15/03/2017
Data fine prevista	08/06/2017
Numero destinatari	15 allievi secondaria superiore (secondo ciclo)
Numero ore	30
Durata singola sessione (ore)	3
Numero sessioni	10
Distribuzione attività didattica	<ul style="list-style-type: none"> • 2 - Lezioni aggiuntive a un'aula di studenti 13 - Lezioni aggiuntive individualizzate • 2 - Lezioni /seminari tenuti da esperti 13 - Laboratori con produzione di lavori individuali
Target	<ul style="list-style-type: none"> • Allievi in condizioni socio-economiche svantaggiate e/o in una situazione di abbandono familiare • Allievi con esiti scolastici positivi e problemi relazionali • Allievi bisognosi di azioni di orientamento

3 DESCRIZIONE DEL PROGETTO FORMATIVO

3.1 PROGRAMMAZIONE DELLE SESSIONI FORMATIVE¹

SESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITÀ
01	
02	
03	
04	
05	
06	
07	
08	
09	
10	

3.2 CONTENUTI DELLE SESSIONI FORMATIVE

¹ La durata delle singole sessioni può essere stabilita in base alle necessità ed alla programmazione dei contenuti e delle attività da svolgere in ciascuna di esse, fermo restando il numero totale di sessioni che non può essere modificato.



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE)

IPSIA "OSTILIO RICCI" - FERMO



3.3 METODOLOGIE FORMATIVE IN AULA

3.4 METODOLOGIE FORMATIVE IN LABORATORIO²

² Si deve intendere laboratorio qualsiasi strutturazione fisica diversa dall'aula sede di lezione teorica: piscina, teatro, etc.



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE)

IPSIA "OSTILIO RICCI" - FERMO



3.5 CARATTERISTICHE DI INNOVAZIONE DELLA METODOLOGIA INDICATA

3.6 MEZZI E STRUMENTI



FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

pon
2014-2020



MIUR

PER LA SCUOLA - COMPETENZE E AMBIENTI PER L'APPRENDIMENTO (FSE)

IPSIA "OSTILIO RICCI" - FERMO



3.7 MODALITÀ DI VERIFICA DEGLI ESITI

--

Fermo, lì _____

I presentatori

Cognome e nome

Firma

