

## **Progetto tennis nella scuola : " UNA RACCHETTA TRA I MIEI LIBRI"**

### **Asd Tennis 2.ZERO Autorizzata Dalla Federazione Italiana Tennis**

Indirizzato a : Scuola dell'infanzia dell' Istituto Paritario Suore Mantellate Viareggio

#### **Premessa:**

Nella moderna pedagogia è universalmente riconosciuto il valore formativo delle attività ludiche tra le quali ci sembra di poter inserire a pieno titolo, per i suoi contenuti e per le sue caratteristiche, il gioco del tennis. La diffusione di questo gioco ha subito nel tempo una limitazione fra i giovani a causa dell'errata concezione del tennis come sport esclusivamente di prevalenza o specificità laterale, venendo relegato in secondo piano e sconsigliato dagli ambienti medici.

Al contrario, già dalla seconda metà degli anni '90, **studi ed approfondimenti hanno dimostrato come nel tennis, la sollecitazione di capacità di entrambi gli arti nell'esecuzione dei colpi fondamentali, rivesta notevole importanza, oltre che per ragioni di ordine formativo, anche per favorire il controllo dell'arto superiore controlaterale e renderlo capace di gestire la racchetta con maggiore abilità**, il tutto grazie ad una attività complementare specificamente rivolta allo sviluppo ed al controllo di entrambi gli arti, superiori ed inferiori. Vengono sottoposte all'attenzione di insegnanti dell'infanzia, maestri elementari, di direttori didattici, di presidi e di insegnanti di educazione fisica le caratteristiche di questo progetto, evidenziati i presupposti che giustificano la pratica del tennis da una larga platea di utenti, dai 5 ai 13 anni, identificati gli obiettivi, i mezzi di preparazione normalmente utilizzati nel tennis e la metodologia applicativa adottata. Analizzando gli obiettivi del programma di educazione fisica e motoria previsti dal Ministero della Pubblica Istruzione per le fasce di età accolte dal

progetto in esame, possiamo notare come il tennis debba essere considerato a pari livello di tutti quegli sport definiti "fondamentali".

**Attraverso il gioco si darà la possibilità al bambino di socializzare con i suoi coetanei, migliorando la collaborazione, cooperazione e il rispetto delle regole e di chi ci circonda.**

Uguale importanza verrà riservata al miglioramento delle capacità coordinative e cognitive, con la padronanza di gesti via via più complessi e il raggiungimento di livelli di attenzione sempre più alti.

Gli **obiettivi** che si raggiungeranno sono:

- 1) Psicologici: Miglioramento delle relazioni sociali, maggior attenzione, rispetto dei coetanei, maggior sicurezza di sé e dei propri mezzi, correttezza sportiva.
- 2) Fisici: Maggior motricità, "sentire" il corpo, miglioramento capacità coordinative e degli spostamenti.
- 3) Tattici: Regole e punteggi.
- 4) Tecnici: Introduzione ai colpi fondamentali (diritto, rovescio)

Il percorso verrà adeguato al livello dei bambini in base all'età e alle ore disponibili.

Ulteriori finalità saranno da ricercare nel:

- 🕒 armonioso sviluppo morfo-somatico e ricerca della multilateralità
- 🕒 aumentare il bagaglio motorio dei bambini per facilitare l'apprendimento di altri sport
- 🕒 Garantire il raggiungimento di svariati obiettivi attraverso il problem solving.
- 🕒 Valorizzare il concetto di "cura del proprio corpo"

Il gioco sarà presentato con esercizi propedeutici con regole semplificate sotto forma di gioco, per accrescere nel soggetto l'interesse e la motivazione verso questo sport. Si adotteranno palle da Tennis dalla differente dimensione e

risposta elastica per far accrescere gradualmente le capacità senso-percettive; si partirà da attrezzi privi di manico integrati o da integrare nello schema corporeo del soggetto che li utilizza per poi passare ad altri forniti di manico quando la cinetica elementare dei fondamentali tecnici è stata assimilata; si inizierà a svolgere l'attività tennistica all'interno di spazi le cui dimensioni crescono man mano che si eleva l'indice di abilità tecnica dell'alunno.

Esempi di giochi per il tennis che verranno praticati:

- 🕒 Ball Handling (giochi con le mani)
- 🕒 Racket Handling (giochi con la racchetta, due racchette, racchette palmari e dal manico corto)
- 🕒 giochi di movimento e coordinazione per gli arti inferiori
- 🕒 gare a squadre

In relazione al tennis, gli obiettivi saranno:

- 🕒 prendere confidenza con il terreno di gioco e la palla da tennis
- 🕒 familiarità nell'attrezzo e nell'attrezzo con la pallina
- 🕒 apprendere i movimenti peculiari del gioco

### **Destinatari del corso:**

Scuola dell'Infanzia terzo anno

### **Ore e giorni:**

3 lezioni di un'ora e trenta ciascuna (1 o 2 volte a settimana per classe)

- 🕒 A seconda del numero di adesioni questo numero potrà subire variazione

### **Area di gioco:**

Palestra - Campi sportivi della scuola

opportunamente ricavati campi da mini-tennis in queste aree, con reti semoventi.

**Costo del corso:**

Gratuito

**Inizio e fine del corso:**

Da definire con il docente

**Staff :**

**Luca Viviani – Maestro Nazionale Federazione Italiana Tennis- Professional PTR**

**Elena Grazioso - Istruttrice di Tennis di 2° grado**

**Gianluca Gaspari – Istruttore di Tennis di 1° grado**

**Ylenia Donati - Preparatrice atletica – Laureata in scienza motorie**

**Francesca Puccinelli – Preparatrice atletica – Laureata in scienze motorie**

**Contatti e Recapiti:**

Luca Viviani 342.8491531 mail : [viviluca63@alice.it](mailto:viviluca63@alice.it)