



Regione Siciliana



Repubblica Italiana  
M.I.U.R.



Commissione Europea

I.I.S.S. "F. CRISPI" - RIBERA

## DATI IDENTIFICATIVI DEL PROGETTO

|                      |                                       |
|----------------------|---------------------------------------|
| Titolo del progetto: | “Il tiro a segno: Sport e Psicologia” |
|----------------------|---------------------------------------|

|                  |  |
|------------------|--|
| Docente esperto: | Presidente del Poligono AIR_FIRE di Ribera : Maurizio Lino |
|------------------|--|

|                |                         |
|----------------|-------------------------|
| Docente tutor: | Prof.Lo Brutto Emanuele |
|----------------|-------------------------|

|              |   |
|--------------|---|
| Destinatari: | Alunni delle classi prime dell'istituto |
|--------------|---|

|                            |  |
|----------------------------|--|
| Individuazione dei bisogni | In alcune scuola italiane ,l'ora di educazione fisica si fa al poligono di tiro, con gli alunni che si esercitano a prendere la mira. Il motivo,per cui molti docenti scelgono di avviare i ragazzi,sia maschi che femmine, alla ferrea disciplina del tiro a segno,va cercato nella volontà di insegnare l'autocontrollo,il rigore e la concentrazione, qualità indispensabili nell'iter formativo perché l'allenamento non è solo fisico ,ma principalmente mentale. |
|----------------------------|--|

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| Articolazione delle attività: | Il progetto prevede due Moduli ,<br><b>Modulo A - Formazione generale</b><br>L'istruttore M. Lino spiega agli alunni le nozioni basilari di uso e maneggio di armi<br><br><b>Modulo B - Formazione specifica</b><br>Esercitazioni pratiche |
|-------------------------------|--|

|               |                |          |                                       |
|---------------|----------------|----------|---------------------------------------|
| <u>Tempi:</u> | Classe I A Mat | Periodo: | Intero anno Scolastico<br>3 h al mese |
|               | Classe I C Mat | Periodo: | Intero anno Scolastico<br>3 h al mese |
|               | Classe I B SSS | Periodo: | Intero anno Scolastico<br>3 h al mese |

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| Ambienti e risorse:<br>locali | Locali dell'IPIA                                       |
| Risorse e materiali           | Lastra di protezione in lamiera<br>Bersagli<br>Pallini |

|                            |  |
|----------------------------|--|
| Obiettivo/Prodotto finale: | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Lavorare sulle proprie abilità mentali</li> <li>- Sapere utilizzare la tecnica del Self-talk ( Eliminare pensieri inutili, nocivi e ansiogeni )</li> <li>- Aumentare la concentrazione</li> <li>_ Aumentare l'autocontrollo</li> <li>- Diventare spettatori di se stessi e analizzare i propri gesti in modo analitico e distaccato</li> <li>-Saper combattere l'ansia da prestazione</li> </ul> |
|----------------------------|--|

*DIRIGENTE SCOLASTICO*  
*DOTT.SSA ANTONINA TRIOLO*