



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
"PIZZIGONI-CARDUCCI"

PROGETTO "BICICLETTANDO"

A.S. 2022/23

INFANZIA

SECONDARIA

PRIMARIA

RESPONSABILE DEL PROGETTO

Insegnante Bruccoleri Nicola, nonché Vice presidente e Tecnico dell'associazione sportiva Etna Black Team promotrice del progetto e Mobility Manager dell' I.C. "Pizzigoni Carducci

DESTINATARI

Tutti gli alunni delle classi quinte della scuola primaria e delle classi prime della secondaria fino ad un massimo di 35 alunni.

FINALITA'

Il progetto si propone di sensibilizzare, le nuove generazioni, verso una mobilità attiva e sostenibile avvicinandole all'uso della bicicletta nel quotidiano. Attraverso l'acquisizione delle competenze di base, per una corretta e sicura conduzione del mezzo, sarà più spontaneo l'utilizzo della bicicletta per le vie cittadine. Inoltre verrà promosso l'aspetto puramente sportivo per chi vorrà intraprendere tale disciplina. Si mirerà a diffondere e radicare nei giovani una sana cultura sportiva

OBIETTIVI FORMATIVI

- Diffusione di una corretta educazione stradale ai fini della sicurezza degli utenti della strada.
- Promozione dell'autonomia e della responsabilità della persona
- Acquisizione delle abilità motorie propedeutiche all'utilizzo della bicicletta fin da bambini.
- Conoscenza meccanica generale della bicicletta e della sua manutenzione di base.

OBIETTIVI SPECIFICI

- Sviluppo delle capacità sensoriali e percettive-
- Sviluppo delle capacità motorie e coordinative
- Apprendimento di abilità tecniche relative alla guida della bicicletta
- Capacità di equilibrio
- Ascoltare, comprendere ed eseguire i comandi;
- Cooperazione (gioco di squadra)
- Autodisciplina (rispetto delle regole)
- Accrescimento dell'autostima
- Sviluppo del valore della squadra e del senso di appartenenza ad un gruppo
- Sviluppo del fair play (Gioco leale)

CONTENUTI E ATTIVITA'

• AVANZARE SU UNA TRAIETTORIA RETTILINEA • FRENARE senza bloccare le ruote (con freno anteriore, con freno posteriore e con entrambi i freni) in modo uniforme e ad intervalli. • CURVARE a dx e a sx (con raggio da più largo a più stretto), DOPPIA CURVA • PRENDERE VELOCITÀ E AVANZARE SENZA PEDALARE (da seduti e in piedi). • PEDALARE SEDUTI (costante, in accelerazione, con variazioni di ritmo) • PEDALARE IN PIEDI (costante, in accelerazione, con variazioni di ritmo) • ANDATURE E SPOSTAMENTI DEL BARICENTRO: (fuori sella) arretrato, avanzato, di lato. • ANDATURE CON VARIE IMPUGNATURE DEL MANUBRIO: 2 mani, 1 mano, senza mani. • STRETTOIA O IMBUTO



**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
"PIZZIGONI-CARDUCCI"**

- SUPERAMENTO DI OSTACOLI.

STRATEGIE/METODOLOGIE EDUCATIVE E DIDATTICHE

Gli incontri saranno scanditi in tre fasi: durante la prima vi sarà un approccio teorico per parlare della valenza degli spostamenti in bici e l'importanza di una mobilità attiva. Saranno illustrate le parti di cui è composta una bicicletta e le eventuali modalità di primo intervento in caso di guasti del mezzo. Nella fase successiva saranno proposte attività motorie, di riscaldamento per il miglioramento degli schemi motori di base, sia con l'ausilio della bici che senza. La parte più corposa dell'attività sarà dedicata ad esercitazioni per la prima acquisizione di corrette tecniche di guida, lo sviluppo dell'equilibrio statico e dinamico necessari per la conduzione del mezzo. Le proposte didattiche avverranno mediante attività ludiche, coinvolgenti e accattivanti che mirano ad un pieno coinvolgimento di tutti i bambini nel rispetto delle capacità pregresse.

TEMPI E MODALITA' DI REALIZZAZIONE

10 incontri della durata di un'ora con cadenza settimanale in orario pomeridiano.

MODALITA' DI VERIFICA DEL PROGETTO

A conclusione del percorso, è previsto un "esame finale" mirato a certificare la competenza teorica e pratica maturata nell'uso della bicicletta (i contenuti dell'esame riguarderanno le tematiche e le attività sviluppate)



**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
"PIZZIGONI-CARDUCCI"**

RISORSE STRUMENTALI (DESCRIVERE)	
Materiale obbligatorio fornito dalla famiglia: bicicletta in buono funzionamento meccanico, casco. Materiale fornito dalla ASD "Etna Black Team" Birilli - cinesini - aste - cerchi - attrezzi per intervenire sulla bicicletta.	
COSTI MATERIALI	€

RISORSE UMANE INTERNE			
	NUM.	N. TOT. ORE DOCENZA	N. TOT. ORE NON DOCENZA
DOCENTI			
COLLABORATORI SCOL.			
COGNOME E NOME DOCENTI INTERNI		N. TOT. ORE DOCENZA	N. TOT. ORE NON DOCENZA
1 Bruccoleri Nicola		10	
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

OPERATORI ESTERNI			
COGNOME E NOME	COSTO ORARIO	N. TOT. ORE	COSTO TOTALE
1 Gravina Giacomo (maestro di ciclismo Federazione Ciclistica Italiana)	€		€
2 Gravina Michele (maestro di ciclismo Federazione Ciclistica Italiana)	€		€
3	€		€
4	€		€
5	€		€

COMPILAZIONE A CURA DELL'AMMINISTRAZIONE			
TIPO PRESTAZIONE	COSTO ORARIO	N. TOT. ORE	COSTO TOTALE
DOCENZA	€		€
NON DOCENZA	€		€
COLLABORATORI SCOL.	€		€
TOTALE			€
OPERATORI ESTERNI			
TOTALE			€
RISORSE STRUMENTALI			
TOTALE			€



**ISTITUTO COMPENSIVO STATALE
"PIZZIGONI-CARDUCCI"**