



SCHEDA TECNICA ATTIVITÀ SPORTIVA
per le classi 1[^], 2[^], 3[^], 4[^] e 5[^]
di scuola secondaria di secondo grado
Federazione Italiana Di American Football

Per gli sport di squadra la squadra è rappresentata dalla classe o dal gruppo classe.

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività sia individuali che di squadra per dare il proprio contributo rispondendo ai principi dei Giochi della gioventù e valorizzando la partecipazione di tutti e il talento.

Nome dell'attività sportiva proposta	FLAG FOOTBALL
Attività propedeutiche (dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)	Tutte le attività saranno propedeutiche al raggiungimento della conoscenza minima del flag football per potersi misurare, nel gruppo classe e nelle attività tra più classi, con i vari aspetti e obbiettivi prefissati: • didattica sui fondamentali del gioco, gli arbitri ed il rapporto giocatore-coach; • esercitazioni ai singoli gesti tecnici con la palla e giochi relativi; • esercitazioni con riferimenti alle regole fondamentali dello sport; • esercitazioni alla tattica elementare senza e con la palla; • esercitazioni alle singole azioni della partita; • esercitazioni sui collegamenti tra due diverse azioni della partita; • gioco completo.

Categorie e classi coinvolte - Specificare l'attività proposta	• SECONDARIA DI SECONDO GRADO - PRIMA CATEGORIA (CLASSE 1[^]); • SECONDARIA DI SECONDO GRADO - SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2[^] e 3[^]): • SECONDARIA DI SECONDO GRADO - TERZA CATEGORIA (CLASSI 4[^] e 5[^])
Composizione delle squadre e numero dei partecipanti	Squadre composte da un roster di minimo 10 (5 maschi + 5 femmine) e un massimo di 12 studenti. A ciascun tempo scendono in campo 5 giocatori/trici. Andrà rispettato il principio inclusivo dell'attività sportiva scolastica e pertanto i docenti accompagnatori dovranno garantire che nell'arco di ogni incontro tutti gli atleti/e iscritti a referto siano scesi in campo.
Attrezzi/materiali (descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)	Kit composto da cintura e 2 flags (sistema di fissaggio con velcro o pop-up) per ogni giocatore e almeno 1 pallone ovale da football americano taglia junior size (ex TDJ) disponibile in ogni partita.
Spazio utilizzato (descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)	Il campo misura di norma: 20 yard (18 metri) larghezza x 40 yard (36 metri) lunghezza + end-zone = dimensioni minime 25 yard (23 metri) larghezza x 50 yard (46 metri) lunghezza + end-zone = dimensioni standard/massime Le 2 end-zone, ovvero le aree alle estremità del campo dove avvengono le segnature (touchdown) devono essere profonde da un minimo di 8 yard (7 metri) ad un massimo di 10 yard (9 metri). Il fondo deve essere possibilmente erboso e comunque non duro e pericoloso. Per tutte le fasi all'interno delle scuole (in palestra) sono consentite dimensioni ridotte proporzionalmente partendo da quelle minime, quindi adattate al tipo di impianto disponibile e garantendo le condizioni di sicurezza minime per il gioco. Il fondo, in questo caso, sarà quello esistente dell'impianto.
Durata delle attività	Gli incontri si disputano in due tempi da 15' ciascuno, a correre, con un intervallo di 2 minuti. 1° tempo M vs M 2° tempo F vs F Nei tornei a concentramento o con più di 3 squadre, il tempo effettivo di gioco potrà essere ridotto in base alle necessità, previo accordo con tutti i

	partecipanti. Nella giornata, non deve superare i 120' complessivi per ogni squadra.
Preparazione del campo/dell'area di gioco	Il campo dovrà rispettare le indicazioni minime definite dal Regolamento di Gioco ufficiale FIDAF, ovvero almeno con l'utilizzo di conetti sui punti chiave delle linee laterali e di fondo: metà campo, area di meta, linea delle 5 yard.
Regolamento dell'attività sportiva proposta per le diverse categorie	Il flag football è la versione senza contatto del football americano. Il gioco si sviluppa in un campo rettangolare ridotto e vede contrapposte due squadre da 5 giocatori ciascuna. L'obiettivo rimane lo stesso: fare meta (touchdown) portando la palla nella zona di meta avversaria (endzone). La differenza fondamentale è che per fermare un avversario non lo si placca, ma basta staccargli una delle due bandierine (flag) appese alla cintura. Quando si inizia a giocare la squadra in attacco ha a disposizione 4 tentativi (down) per superare la metà campo e ottenere un nuovo primo down; se la supera avrà altri 4 tentativi per segnare. Se non ci riesce, il possesso passa agli avversari. I concetti chiave e i tecnicismi che lo rendono spettacolare sono: • Il Passaggio: L'attacco avanza principalmente lanciando la palla in avanti e solo una volta in ogni down. I lanci millimetrici del Quarterback (il regista) e le ricezioni acrobatiche dei Ricevitori creano azioni veloci e spettacolari. • Il Playbook: I ricevitori corrono percorsi geometrici precisi (tracce) per smarcarsi, stimolando l'orientamento spaziale e l'intesa di squadra. • Il Flag Pulling: Il gesto di strappare la bandierina richiede agilità e riflessi rapidi, trasformando la difesa in una divertente sfida di destrezza. Le regole vietano categoricamente il contatto fisico. Non si può placcare, bloccare l'avversario con il corpo o ostacolarne la corsa. È vietato il Flag Guarding: chi porta la palla non può proteggere le proprie bandierine respingendo le mani del difensore con le braccia o con la palla stessa. Ogni penalità di attacco o difesa comporta una perdita di terreno (yard) per la squadra che ha commesso il fallo. Il campo regolamentare è un rettangolo da 70x25 yard, con due quadrati da 25x25 yard adiacenti e

due endzone alle estremità da 10x25 yard. Nelle versioni scolastiche si riduce riutilizzando le linee di altri campi/sport presenti e adattandolo per gli spazi di sicurezza.

Il punteggio prevede 6 punti quando si porta o si riceve la palla nella meta avversaria (Touchdown). Dopo questa si possono aggiungere dei punti aggiuntivi (Try) con: 1 punto extra per giocata singola partendo dal punto delle 5 yard (solo passaggio); 2 punti extra per giocata singola partendo dalle 10 yard (corsa o passaggio). Le distanze dei punti di partenza vengono modificati in base al ridimensionamento del campo, così come può essere vietato del tutto il gioco di corsa se gli spazi sono troppo ridotti. Anche la difesa può segnare con una "Safety", che vale 2 punti, assegnati se il portatore di palla dell'attacco viene privato della bandierina all'interno della propria area di meta.

I Ruoli dell'Attacco

L'obiettivo dell'attacco è collaborare per far avanzare la palla fino alla meta avversaria senza farsela intercettare.

Quarterback (QB) - Il Regista

- Cosa fa: È il cervello della squadra. Riceve la palla all'inizio di ogni azione, analizza come si muove la difesa e decide se lanciare il pallone a un ricevitore o consegnarlo a un compagno per una corsa.
- Adatto a chi: Ha una buona visione di gioco, sa mantenere la calma e ha precisione nel lancio.

Centro (C) - L'Iniziatore

- Cosa fa: In seguito ai comandi del QB (può bastare anche un semplice GO) avvia l'azione passandogli la palla all'indietro (snap) in mezzo alle proprie gambe direttamente nelle mani. Subito dopo il passaggio, si trasforma in un ricevitore e corre in avanti per ricevere il lancio.
- Adatto a chi: È affidabile, coordinato e preciso (l'azione non parte senza di lui!).

Ricevitore (WR - Wide Receiver) - Il Velocista

- Cosa fa: Scatta in avanti seguendo percorsi geometrici precisi per smarcarsi dai difensori. Il suo compito principale è afferrare al volo i lanci del Quarterback, oppure ricevere il pallone alla mano, e correre verso la meta.

	• Adatto a chi: È veloce, agile nei cambi di direzione e ha ottimi riflessi per prendere la palla al volo. <i>I Ruoli della Difesa</i> L'obiettivo della difesa è intercettare il pallone o strappare la bandierina all'attaccante il prima possibile per bloccarne l'avanzata. Blitzer - Il Pressatore • Cosa fa: Parte da 7 yard di distanza dalla linea d'inizio azione (linea di scrimmage). Appena la palla si muove, corre alla massima velocità verso il Quarterback avversario per mettergli fretta, impedirgli di lanciare comodamente o strappargli subito la bandierina (Sack). • Adatto a chi: È reattivo, scattante e ama la pressione generata dalla velocità. • <u>ATTENZIONE, questo ruolo non viene utilizzato solitamente nelle attività a scuola e nei Nuovi Giochi della Gioventù perché va allenato molto bene il gruppo per prevenire contatti e incidenti (soprattutto in spazi molto ridotti). Per questo motivo si trasforma in un "Free Safety" (Giocatore Libero) che resta nel retro della difesa a supporto per eventuali lanci lunghi e per raddoppiare la marcatura sugli avversari.</u> Difensore (DB - Defensive Back) - L'Ombra • Cosa fa: Rimane in marcatura sui Ricevitori avversari. Deve deviare i passaggi, cercare l'intercetto (rubare la palla al volo) e, se il ricevitore prende la palla, essere fulmineo nello strappargli la bandierina. • Adatto a chi: Ha ottimi riflessi, sa leggere i movimenti degli avversari e ha un'eccellente coordinazione nel flag pulling. <u>Sarà utilizzato il regolamento di gioco ufficiale FIDAF.</u> <u>Le uniche deroghe ammesse riguarderanno il tempo di gioco, come indicato nella sezione "TEMPI DI GIOCO".</u>
Punteggi dell'attività sportiva proposta	Nei tornei con formula di girone all'italiana, in caso di parità di punti, la squadra che passa al turno successivo è determinata nell'ordine dai seguenti criteri per i tiebreak: 1) risultati conseguiti negli scontri diretti; 2) differenza punti realizzati e punti subiti; 3) utilizzo di un maggior numero di giocatrici

	(femmine) a roster; 4) maggior numero di punti segnati da giocatrici (femmine) durante tutto il torneo; 5) media dell'età dei componenti la squadra, passa quella più giovane; 6) sorteggio.
Note aggiuntive	
ADATTAMENTI	
Adattamento per allievi con disabilità visiva - NV	Le attività verranno adattate alle esigenze e alle capacità individuali, nonché ai diversi livelli di partecipazione, garantendo inclusione, sicurezza e un coinvolgimento attivo nel gioco.
Adattamento per allievi con disabilità uditiva - HS	
Adattamento per allievi con disabilità motoria - HFD - HFC	
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva - DIR – C21	
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali	