



SCHEMA TECNICA ATTIVITÀ SPORTIVA
per le classi 1^a, 2^a, 3^a, 4^a, 5^a
di scuola secondaria di secondo grado
Federazione Arrampicata Sportiva Italiana (FASI)

Per gli sport individuali la partecipazione è a livello individuale (maschile e femminile).

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività 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	ARRAMPICATA SPORTIVA
Attività propedeutiche (dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)	Attività di base che sviluppano l'alfabetizzazione motoria con particolare riferimento ad attività di equilibrio e coordinazione
Categorie e classi coinvolte - Specificare l'attività proposta	• SECONDARIA SECONDO GRADO- PRIMA CATEGORIA (CLASSE 1^a) • SECONDARIA SECONDO GRADO- SECONDA CATEGORIA (CLASSI 2^a e 3^a) • SECONDARIA SECONDO GRADO- TERZA CATEGORIA (CLASSI 4^a e 5^a) Per tutte le classi prevedere attività propedeutiche e poi attività in parete, naturalmente differenziata in base al livello delle competenze già acquisite.
Attrezzi/materiali (descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)	Per le attività propedeutiche che possano sviluppare le competenze di base, oltre agli esercizi a corpo libero, possono utilizzarsi attrezzi comuni quali: palle, birilli, cerchi, trave equilibrio anche bassa, spalliera svedese. Per la pratica

	dell'arrampicata sportiva è invece fondamentale poter disporre di una parete di arrampicata sportiva anche di dimensioni ridotte in modo da poter far apprendere i movimenti e le tecniche di base. Se non si dispone di una parete all'interno dell'istituto scolastico, questa attività potrebbe essere effettuata all'esterno nel caso in cui nelle vicinanze vi sia un impianto sportivo specifico di arrampicata, gestito da società affiliata FASI.
Spazio utilizzato (descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)	A parte le attività propedeutiche, per quelle specifiche si dovrebbe poter disporre di una parete boulder di altezza pari ad almeno 3 metri (dal materasso di protezione) per almeno 4-5 metri di lunghezza, o di parete lead di almeno 5 metri di altezza per almeno 3 metri di larghezza.
Durata delle attività	Minimo 1 ora e 30 minuti. La durata effettiva potrà essere estesa, se necessario, in funzione del numero dei partecipanti e dell'attività proposta, al fine di garantire la partecipazione di tutti gli studenti iscritti.
Programma delle attività	Le discipline previste (lead e boulder) vengono svolte in funzione della tipologia di struttura di arrampicata effettivamente disponibile, sia all'interno dell'Istituto scolastico sia, eventualmente, presso ASD/SSD del territorio. La scelta della disciplina non dipende quindi dall'ordine o grado di scuola né dalla categoria degli studenti, ma esclusivamente dalle caratteristiche dell'impianto utilizzato. In particolare, qualora sia disponibile esclusivamente una parete boulder, le attività previste riguarderanno la disciplina del boulder. Qualora sia disponibile esclusivamente una parete lead, le attività saranno svolte nella disciplina lead. Nel caso in cui l'impianto a disposizione sia idoneo allo svolgimento di entrambe le specialità, potranno essere organizzate gare sia di lead sia di boulder. La definizione della tipologia di gara da inserire nel programma della manifestazione è comunque demandata agli Uffici Scolastici competenti, che la individuano d'intesa con i referenti della FASI, tenendo conto delle strutture disponibili, delle esigenze organizzative e delle finalità tecnico-sportive dell'evento.

Preparazione del campo/dell'area di gioco	Realizzazione di circuiti propedeutici con attrezzi di base (palle, trave equilibrio, birilli, coni, cerchi, ecc.), con l'ausilio di attrezzi di base (palle, trave equilibrio, birilli, coni, cerchi, ecc.) Realizzazione di tracciati sulle pareti di arrampicata tramite idoneo posizionamento di prese per arrampicata: naturalmente i tracciati dovranno tener conto dell'età degli alunni e delle competenze, generali e specifiche, già acquisite.
Regolamento dell'attività sportiva proposta per le diverse categorie	BOULDER Le competizioni di boulder si svolgono su percorsi brevi di arrampicata, chiamati boulder, blocchi o problemi, da scalare senza corda, tracciati su pareti di arrampicata artificiali, appositamente progettate, costruite e certificate, con materasso anticaduta di protezione alla base. Il numero dei boulder dovrà essere proporzionale alla grandezza (larghezza) della parete; al fine di poter prevedere percorsi con tutte le difficoltà si raccomanda almeno un numero di 8/10 blocchi con un minimo di 6 LEAD Le gare lead si svolgono su strutture artificiali appositamente progettate, costruite e certificate con una altezza minima raccomandata di almeno 6 metri. Gli atleti dovranno essere assicurati da un assicuratore alla base della parete e gli itinerari dovranno essere percorsi in TOP ROPE (assicurazione con corda dall'alto) Il numero delle vie dovrà essere proporzionale alla grandezza (larghezza) della parete; al fine di poter prevedere percorsi di tutte le difficoltà si raccomanda almeno un numero di 3-4 vie di arrampicata con un minimo di 2. I concorrenti dovranno salire più in alto possibile senza cadere o rimanere appesi sulla corda
Punteggi dell'attività sportiva proposta	BOULDER: Ogni boulder realizzato con successo (ovvero dove viene raggiunta e accoppiata la presa di TOP) assegna il punteggio teorico di 1000 punti che viene diviso per il numero di concorrenti della stessa categoria che lo realizzano. Esempio: 1 realizzazione = 1000 punti; 2 realizzazioni = $1000/2 = 500$ punti; 3 realizzazioni = $1000/3 = 333.33$ punti. Il punteggio totale di ogni concorrente sarà dato

	dalla somma dei punteggi ottenuti su ogni singolo boulder. Durante il turno di gara gli atleti possono provare anche più volte un boulder non completato con successo. In caso di pari merito (solo per le prime tre posizioni) verrà tracciato un ulteriore boulder di spareggio che sarà valutato in base alla presa massima raggiunta. LEAD: su ogni via il punteggio di ogni concorrente sarà quello relativo al numero della presa raggiunta (deve essere almeno tenuta); a chi completerà l'itinerario verrà assegnato il valore convenzionale di 100. I concorrenti, che potranno effettuare un solo tentativo su ogni via, verranno quindi ordinati in ordine decrescente di punteggio e verranno assegnati i relativi punteggi di piazzamento: esempio punteggio 100 = 1° punteggio 22 = 2° punteggio 10 = 3° nel caso di piazzamenti parimerito verranno equalizzati (media aritmetica delle posizioni). La classifica finale che prevede l'esecuzione di un numero n di tracciati (vie) per concorrente deve essere stilata in ordine ascendente dei punti totali ottenuti da ciascun concorrente (più è basso il punteggio totale migliore è la posizione in classifica) secondo la seguente formula (media geometrica dei piazzamenti ottenuti su tutti gli itinerari): $TP = (R1 * R2 * R3 * ... Rn)$
Note aggiuntive	Se non si dispone di una parete di arrampicata all'interno dell'istituto scolastico, questa attività potrebbe essere effettuata all'esterno nel caso in cui, nelle vicinanze, vi sia un impianto sportivo specifico di arrampicata, gestito da società affiliata FASI.
ADATTAMENTI	
Adattamento per allievi con disabilità visiva - NV	I tracciati di arrampicata devono essere realizzati con caratteristiche e prese tali da poter permettere l'arrampicata anche ad allievi con disabilità visiva (quindi più semplici e senza movimenti tecnicamente complessi).

Adattamento per allievi con disabilità uditiva - HS	La parte adattativa deve essere prevista più nella fase didattica che in quella della pratica sportiva, è sicuramente importante lavorare sulla ripetizione del gesto in modo da compensare eventuali difficoltà di apprendimento dovute a difficoltà di comunicazione
Adattamento per allievi con disabilità motoria - HFD - HFC	I tracciati di arrampicata devono essere realizzati con caratteristiche e prese tali da poter permettere l'arrampicata anche ad allievi con disabilità motoria (quindi più semplici e senza movimenti tecnicamente complessi).
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva - DIR – C21	In questo caso è fondamentale l'approccio del docente con l'alunno al fine di motivarlo e non farlo disorientare rispetto alla verticalità. Anche in questo caso i tracciati dovranno risultare adeguati (più semplici) alla disabilità.
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali	