



# Ministero dell'istruzione e del merito

## Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia

Ufficio III – Ambito Territoriale di Bergamo  
Via Pradello, 12 – 24121 Bergamo - Codice Ipa: m\_pi

Ai dirigenti scolastici degli Istituti secondari  
di primo e secondo grado, statali e paritari  
Ai docenti di educazione fisica

Oggetto: **Corso base di formazione e aggiornamento di Ginnastica Artistica 2024**

Nell'ambito delle iniziative di formazione e aggiornamento sulle scienze motorie e sportive, questo Ufficio promuove un corso di formazione e aggiornamento teorico pratico sulla Ginnastica Artistica, che si propone di fornire i presupposti per un percorso educativo didattico legato alla conoscenza e alla pratica di tale disciplina nella scuola, rivolto ai docenti della scuola Secondaria di Primo e Secondo grado.

Obiettivi del corso sono:

- approfondimento degli elementi tecnici della ginnastica artistica e analisi delle problematiche relative all'apprendimento dei fondamentali della ginnastica artistica;
- fornire spunti e metodologie di lavoro, utilizzo della giusta assistenza preventiva, indiretta e diretta, da utilizzare durante una lezione di Scienze Motorie e Sportive con il gruppo classe (20-25 alunni) per stimolare e coinvolgere gli studenti;
- fornire idee e suggerimenti per gestire al meglio il gruppo classe vista la individualità della disciplina.

Il corso, tenuto dal Prof. Iaia Pietro, tecnico federale nazionale Federazione Ginnastica d'Italia FGI e membro dello staff tecnico nei gymcampus federali per la formazione dei tecnici di ginnastica artistica, si svolgerà in quattro giornate, per un totale di 10 ore, con il seguente programma:

**Giovedì 7 Marzo 2024 dalle ore 14.45 alle ore 16.45** - La capovolta avanti

- introduzione del significato di rotolamento, significato di assistenza e quale utilizzare, è facoltativa o un'esigenza l'assistenza? come possiamo introdurre la ginnastica a scuola?
- Apprendimento dei fondamentali generali e specifici della capovolta avanti, il controllo del corpo utilizzando piccoli attrezzi anche non convenzionali, giochi propedeutici alla preparazione fisica specifica dei rotolamenti avanti
- Propedeutici per l'assimilazione e il consolidamento della capovolta avanti, piccoli esercizi in forma progressiva e combinata che richiamano la specificità del gesto in questione.

**Giovedì 21 Marzo 2024** dalle ore 14.45 alle ore 16.45 - La capovolta in dietro

- Apprendimento dei fondamentali generali e specifici della capovolta in dietro, il controllo del corpo utilizzando piccoli attrezzi anche non convenzionali, giochi propedeutici alla preparazione fisica specifica dei rotolamenti
- Propedeutici per l'assimilazione e il consolidamento della capovolta dietro, piccoli esercizi in forma progressiva e combinata che richiamano la specificità del gesto in questione.

**Giovedì 4 Aprile 2024** dalle ore 14.45 alle ore 16.45 - I rovesciamenti, la verticale

- Concetto di rovesciamento, la verticale come massima espressione dell'equilibrio statico e dinamico
- Propedeutici per l'assimilazione della verticale su tre appoggi e su due appoggi
- Esercizi di preparazione fisica per il gesto tecnico e giochi di coppia per l'apprendimento generale della verticale

**Giovedì 11 Aprile 2024** dalle ore 14.45 alle ore 16.45 - I rovesciamenti, la ruota

- Concetto di rovesciamento, la ruota
- Propedeutici per l'assimilazione della ruota dal cerchio alla linea retta
- Esercizi di preparazione fisica per il gesto tecnico e giochi di coppia per l'apprendimento generale della ruota
- Organizzazione del gruppo classe: Esempi e idee di lezione.



**Ministero dell'istruzione e del merito**  
**Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia**

Ufficio III – Ambito Territoriale di Bergamo  
Via Pradello, 12 – 24121 Bergamo - Codice Ipa: m\_pi

**Il corso si terrà presso la palestra dell'ITCTS "Vittorio Emanuele II" di Bergamo** (ingresso parcheggio via A. Maj 1b).

La partecipazione è gratuita; le iscrizioni sono da effettuarsi **entro sabato 17 febbraio 2024 alle ore 13.00** compilando [questo modulo](#).

Agli iscritti verrà inviato il programma dettagliato con le indicazioni necessarie per prepararsi al corso.

Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Il DIRIGENTE dell'UFFICIO III  
Vincenzo CUBELLI

Responsabile del Procedimento: Vincenzo Cubelli  
indirizzo mail istituzionale [campionatistudenteschi.bg@istruzione.it](mailto:campionatistudenteschi.bg@istruzione.it)