



Corso di avvicinamento alla pesca sportiva – Progetti Scolastici e Prescolastici finanziati da Sport e Salute

La FIPSA (Federazione Italiana Pesca Sportiva, Attività Subacquee e Nuoto Pinnato) indice un corso gratuito di avviamento alla pesca sportiva con introduzione alla tecnica roubasienne.

Il corso, che verrà svolto a favore delle classi 4 5 SEZ. A TEMPO PIENO dell'Istituto OMNICOMPRESIVO DI MARSICOVETERE Tel. 0975-352072 E-mail: pzic82600b@istruzione.it - PEC: pzic82600b@pec.istruzione.it sotto la direzione dell'A.S.D. AGRI 2000 DE.PA. che si avvarrà di Istruttori federali XAp- XApF e tutor tecnici federali con il supporto della task force di progetto e della Sede centrale FIPSA.

Durante le attività pratiche, potranno essere coinvolti atleti e campioni federali che svolgeranno lezioni di approfondimento specifiche per le singole discipline/tecniche.

Il corso avrà inizio presumibilmente il 8 febbraio 2024 e terminerà entro il 30/06/2024.



L'attività sportiva si compone di n. 1 lezione di presentazione con tutte le classi partecipanti della durata di ore 4, n. 14 lezioni pratiche e attività propedeutiche presso la struttura scolastica della durata di 2 ore, n. 2 attività di pesca sportiva della durata di 4 ore presso l'impianto sportivo Laghetto Villa Carmela- Grumento Nova , e n.3 uscita didattico sportiva presso il *Centro Federale di Pignola -PZ-* per un totale di 54 ore complessive di attività sportiva per singola classe.

Gli si precisa che la Federazione Pesca Sportiva ed Attività Subacquee e Nuoto Pinnato, nell'ambito dei contenuti valoriali delle proprie attività, attua puntualmente il rilascio immediato delle catture utilizzando attrezzature specifiche. Per questa ragione tutte le attività formative svolte dagli istruttori federali prevedono l'adozione puntuale della tecnica del "catch and release".

Dettaglio della proposta tecnica offerta a ogni gruppo territoriale partecipante al progetto:

- proposta Tecnica Roubasienne.

Tecnica di pesca Roubasienne - La tecnica di pesca a roubasienne nasce nella città di Roubaix in Francia da cui prende il nome. Essa viene impiegata in numerose competizioni di pesca sportiva anche a livello mondiale. L'azione motoria consiste nel far scorrere la canna fra le mani dopo aver collegato la punta al fusto attuando un movimento coordinato di apertura e chiusura delle braccia con l'ausilio di un rullo posto dietro alla postazione di pesca, sino a distenderla completamente raggiungendo la distanza voluta, che può variare da 4 a 13 metri. A seguire, il pescatore posiziona l'esca con precisione nel posto prescelto e attende l'abboccata del pesce mantenendo la massima concentrazione al fine di effettuare un movimento di ferrata rapido e controllato. Il recupero della preda avviene ritraendo la canna fino ad afferrare la parte iniziale dotata di elastico interno. A questo punto sarà sufficiente staccare la punta dal resto della canna ed effettuare le operazioni di recupero avendo la massima attenzione nella cura del pesce.

L'attività si articolerà in due fasi dedicate all'apprendimento e pratica di entrambe le tecniche di pesca, alla preparazione delle attrezzature necessarie ad affrontare le varie situazioni di tempo e di luogo in quanto questa attività sportiva viene svolta principalmente all'aperto. Tutte le fasi di progetto si svolgeranno presso le strutture scolastiche, del Centro Didattico Federale e in strutture di interesse didattico-sportivo federale.

In entrambe le fasi le attrezzature, le esche e il personale tecnico saranno messe a disposizione dei partecipanti gratuitamente da FIPSAS mantenendo i principi di uniformità necessari a mettere tutti i ragazzi nelle stesse condizioni di esprimere le proprie qualità utilizzando uno standard federale identico.



Programma

Di seguito il calendario dettagliato delle attività che potrà subire variazioni di data e di luogo (in presenza indoor e outdoor o online) a causa delle condizioni meteorologiche:

Classe 4-5 A				
N. Lezione	Data	Durata	Orario	Luogo di svolgimento
1 lezione	08/02/2024	4	08:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
2 lezione	15/02/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
3 lezione	22/02/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
4 lezione	29/02/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
5 lezione	07/03/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
6 lezione	14/03/2024	4	08:15-12:15	Uscita sul territorio

7 lezione	21/03/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
8 lezione	28/03/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
9 lezione	04/04/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
10 lezione	11/04/2024	4	10:15-12:15	Uscita sul territorio
11 lezione	18/04/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
12 lezione	02/05/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
13 lezione	09/05/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
14 lezione	16/05/2024	4	10:15-12:15	Laghetto Villa Carmela
15 lezione	23/05/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
16 lezione	30/05/2024	4	08:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
17 lezione	06/06/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
18 lezione	13/06/2024	2	10:15-12:15	Istituto Omnicomprensivo
19 lezione	15/06/2024	6	10:15-12:15	Centro Federale Pignola –PZ-

1^ Fase - Training - si compone di due lezioni pratiche a settimana della durata di un'ora (possibilmente svolte consecutivamente nella stessa giornata) volte all'insegnamento della tecnica roubasienne che prevede concentrazione, coordinamento e velocità di movimento, da svolgere in palestra o in area dedicata avente dimensioni minime di 50x15 metri (1 attività di due ore per ogni classe o 2 lezioni settimanali della durata di 1 ora). Durante la fase di Training verranno svolte 19 lezioni propedeutiche/sportive (per un totale di 38 ore). Tutte le attività inizieranno con una fase di riscaldamento della durata di 10 minuti e termineranno con una di defaticamento fisico. All'interno del programma sono previste ore di formazione per il personale docente.

Personale tecnico – 1 istruttore federale e 1 tutor tecnico formato dagli istruttori formatori federali per l'attività specifica (per singolo gruppo) in collaborazione con i docenti dell'Istituto scolastico.

Descrizione attività - Lo scopo della fase di training è di insegnare ai ragazzi i valori dello sport, il rispetto dell'ambiente, la sequenza dei movimenti per acquisire la padronanza necessaria all'utilizzo delle attrezzature da pesca volta ad aumentare la capacità di coordinamento dei movimenti necessari per catturare i pesci simulati nel minor tempo possibile, i principi fondanti della pesca sportiva e nozioni in materia di Educazione Ambientale.

All'inizio delle attività verrà svolto un periodo di riscaldamento motorio atto ad affrontare la lezione nelle migliori condizioni fisiche mentre al termine dei tre periodi sarà svolta un'attività motoria dedicata allo stretching (in caso di condizioni climatiche avverse, la lezione sarà tenuta in ambiente indoor e potrà prevedere una variazione dei contenuti).

I principali argomenti trattati sono:

- I valori fondanti dello sport;
 - Rispetto e salvaguardia dell'ambiente;
 - Conoscenza e gestione delle attività motorie di riscaldamento e defaticamento fisico;
 - Conoscenza e gestione delle attrezzature da pesca;
 - Conoscenza e gestione delle esche;
 - Conoscenza e gestione dell'attività motoria riferita alla tecnica di pesca;
 - Conoscenza e gestione delle differenti situazioni di pesca riferite al luogo e alle condizioni meteorologiche;
 - Conoscenza e gestione della tecnica del "catch and release" per l'acquisizione della piena consapevolezza nel rispetto dell'ambiente.
- 1^ lezione – Presentazione del Corso e gara tra gli studenti di tutte le classi 4-5 della scuola primaria.
 - 2^ lezione – principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.2 periodi: uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
 - 3^ lezione – educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
 - 4^ lezione – educazione ambientale, educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei

movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.

- 5[^] lezione – educazione ambientale, educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 6[^] lezione – **verifica, sul corretto posizionamento delle attrezzature e della preparazione delle esche, sulla corretta gestione dei movimenti occorrenti per l'utilizzo della canna roubasienne. (uscita sul territorio)**
- 7[^] lezione – educazione ambientale, educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 8[^] lezione – principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.2 periodi: uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 9[^] lezione – educazione ambientale, educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 10[^] **verifica, sul corretto posizionamento delle attrezzature e della preparazione delle esche, sulla corretta gestione dei movimenti occorrenti per l'utilizzo della canna roubasienne. (uscita sul territorio).**
- 11[^] lezione – principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.2 periodi: uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 12[^] lezione – principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.2 periodi: uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 13[^] lezione – educazione ambientale, educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 14[^] **verifica, sul corretto posizionamento delle attrezzature e della preparazione delle esche, sulla corretta gestione dei movimenti occorrenti per l'utilizzo della canna roubasienne. (uscita laghetto Villa Carmela)**
- 15[^] lezione – educazione ambientale, educazione ambientale, principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.3 periodi: uno di educazione ambientale, uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 16[^] lezione **verifica, sul corretto posizionamento delle attrezzature e della preparazione delle esche, sulla corretta gestione dei movimenti occorrenti per l'utilizzo della canna roubasienne. (uscita sul territorio).**
- 17[^] lezione – principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.2 periodi: uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 18[^] lezione – principi fondamentali sull'utilizzo della canna roubasienne. Lezione pratica costituita da n.2 periodi: uno dedicato all'apprendimento del corretto posizionamento delle attrezzature, uno dedicato all'apprendimento dei movimenti occorrenti per una corretta gestione della canna roubasienne in versione propedeutica senza l'interazione con i pesci.
- 19[^] lezione Uscita didattico sportiva. **Punto di situazione e confronto tra istruttori e allievi.**

2^ Fase - Pesca sportiva – Durante la fase outdoor si compone di tre attività didattico sportiva della durata di 4 ore didattico sportiva dedicata alla finalizzazione delle lezioni di educazione ambientale e di una uscita finale presso il Centro didattico federale di Pignola.

L'obiettivo di questa fase formativa è di far praticare lo sport della pesca in ambiente naturale per consentire la trasmissione delle competenze base atte a permettere il raggiungimento del miglior livello di autonomia possibile.

Personale tecnico – 1 istruttore federale e 1 tutor tecnico formato dagli istruttori formatori federali per l'attività specifica (per singolo gruppo) in collaborazione con i docenti dell'Istituto scolastico.

Descrizione attività - L'obiettivo è di rendere consapevoli i partecipanti delle proprie capacità motorie e di concentrazione che gli consentiranno il raggiungimento del miglior livello di autonomia e forma fisico/mentale possibile.

I principali argomenti trattati sono:

- i valori dello Sport;
- trasporto e predisposizione postazione di pesca;
- preparazione delle esche;
- nozioni sulla corretta posizione di pesca;
- predisposizione lenza e terminale in funzione delle caratteristiche proprie luogo di pesca;
- studio della morfologia del luogo di pesca;
- principi fondamentali sulla pasturazione;
- azione di pesca sportiva;
- recupero del pesce;
- rilascio del pesce;
- smontaggio postazione di pesca e trasporto.

Durante la lezione di allenamento competitivo è prevista un momento di verifica e di condivisione dell'esperienza per favorire il perfezionamento delle conoscenze tecniche di riferimento, per l'apprendimento dei principi su cui si basano i valori di etica dello sport e dei principi fondanti le attività di gruppo/squadra.



Marsicovetere, 30/01/2024

II RESPONSABILE TECNICO

Istruttore Federale XApF
Varalla Michele

II PRESIDENTE DELL'A.S.D. AGRÌ 2000 DE.PA.

Francesco Vaccaro

