

Gentili alunni, genitori e insegnanti,

Benvenuti nel mondo del golf. È con enorme piacere che vi presentiamo questo nuovo progetto, che abbiamo semplicemente chiamato "Progetto Scuola". Una idea che il Comitato Regionale aveva sempre cullato, memore dell'iniziativa che la FIG, a livello nazionale, aveva già promosso alcuni anni orsono, grazie alla collaborazione con Kinder. Ora questo pensiero si concretizza in un vero e proprio percorso che i "nostri" ragazzi potranno utilizzare per diventare, prima di tutto appassionati, poi golfisti e, infine, si spera, grandi atleti. Gli insegnamenti che ci vengono dati dallo sport in generale, e dal golf in particolare, sono infiniti e ci accompagneranno per tutta la vita. Il golf è una palestra di vita; una famiglia che sa essere comprensiva accondiscendente, dolce e, quando serve, dura e rigorosa. È per questo motivo che sono convinto che questo progetto sarà molto utile alla formazione e alla crescita degli alunni che decideranno di avvicinarsi al nostro splendido sport.

Non mi resta che augurare a voi, alle Scuole impegnate e al Comitato Regionale F.I.G. Emilia Romagna un grande successo.

GRAZIE!!!!

Il Presidente del Comitato Regionale FIG Emilia-Romagna
Dott. Stefano Frigeri



Progetto Scuola

Il Comitato FIG Emilia Romagna, con l'intento di proseguire il progetto di Attività Motoria già intrapreso in alcune Scuole, intende promuovere un nuovo percorso di Educazione Motoria e Sportiva all'interno delle Istituzioni scolastiche interessate.

La premessa, che ha fortemente supportato la stesura di questo piano di lavoro, è stata la volontà di non disperdere il dialogo, il confronto la collaborazione sostenuta in questi anni dalla FIG, dai Circoli e dai Docenti coinvolti nella scuola e nell'extra scuola. Ne consegue la capacità di costituire un sistema integrato sportivo che permetta il collegamento tra le risorse proprie delle scuole e del territorio.

L'idea di fondo, che sottende questa progettazione è da individuare nello scopo principale dell'educazione sportiva scolastica: arricchire il patrimonio motorio e culturale degli alunni e delle alunne anche attraverso le risorse che il territorio può loro offrire.

La nostra proposta consiste nell'organizzare attività proprie della pratica golfistica che si affianchino al ruolo istituzionale della scuola cooperando con il progetto didattico, e della famiglia.

L'attività motoria realizzata in un contesto naturale, raffigura un principio determinante per una condotta educativa integrata, per la formazione di futuri cittadini del mondo, deferenti dei valori umani, civili ed ambientali.

La promozione del valore del rispetto delle regole, la trasmissione dei principi di una cultura sportiva portavoce di "rispetto per sé e per l'avversario, di lealtà, di senso di appartenenza e di responsabilità, di controllo dell'aggressività e di negazione di ogni forma di violenza" costituiscono gli elementi portanti della proposta di seguito delineata.

PERCHE'

Promuovere e mantenere un movimento "golfistico" all'interno del mondo della scuola considerando l'inclusione con l'attività federale sia amatoriale che agonistica dei Circoli di Golf che del Comitato FIG Emilia Romagna.

OBIETTIVI

- Integrare la pratica del Golf nel percorso formativo scolastico attraverso procedure condivise, creando una rete di rapporti con i docenti, le famiglie.
- Individuare azioni/attività adeguate per permettere l'inserimento dei ragazzi e delle ragazze all'interno del Club dei Giovani dei Circoli.

FINALITÀ

- Creare la cultura del valore del movimento all'interno di uno stile di vita sano e attivo sensibilizzando ragazzi/e, docenti e genitori sull'importanza del movimento
- Capacità di sperimentare, in forma semplificata e progressivamente sempre più complessa, diverse gestualità tecniche.



Federgolf Emilia-Romagna

Il campo da Golf, I campi da Golf sono ripartiti in 18 frazioni (buche) la cui lunghezza è rapportata al numero di colpi convenzionalmente impiegati per percorrerle. Ci sono buche corte che richiedono tre colpi, i par 3, quelle medie, i par 4 e quelle lunghe, i par 5. Di solito per completare il percorso di 18 buche sono previsti 72 colpi (par 72). In un campo di norma ci sono 4 par 3, 4 par 5 e 10 par 4. Il numero delle buche è stato fissato, come avviene per le Regole dall'R&A a S. Andrews, dove a metà dell'1800 si stabilì che 18 buche avrebbero costituito un giro convenzionale di campo e ciò è diventato lo uguale per tutti i campi.

Il gioco del golf consiste in sintesi nel mandare una pallina da un punto prestabilito di un percorso, il tee di partenza, ad un punto di arrivo, il green, e su questo farla rotolare in una buca (hole) con l'utilizzo di appositi bastoni (clubs) che si distinguono in "legni" e "ferri" a seconda della loro caratteristica, forma e finalità. Per giocare sono necessari tre requisiti: l'apprendimento della tecnica, la conoscenza accertata delle Regole di gioco, e un handicap, cioè un livello codificato di abilità.

Le Regole del golf sono universali e sono stabilite da un apposito comitato che ha sede in Scozia al Royal and Ancient Golf Club di S. Andrews. L'handicap, che è regolato dall'Associazione Europea di Golf (EGA) in Italia ha un massimo di 36 per finire a 0 (e fino a -6) e indica il numero di colpi che in un giro di campo si possono sottrarre a quelli effettivamente impiegati per completarlo e così si può comparare il proprio risultato con quello dei giocatori più o meno esperti.

La sacca da golf e i bastoni. La sacca da golf è il grande contenitore di tutte le strumentazioni del golfista: bastoni, palline, tee e vestiti. I bastoni che contiene sono di due tipi: i **legni** e i **ferri**.

Legni e ferri prendono il nome dal materiale con cui erano fatti anticamente anche se oggi sono di metallo e altri materiali tecnologici. Ogni bastone si compone di tre parti: la parte alta in gomma si chiama Grip, la parte finale in acciaio che è la "testa del bastone" e l'asta che li collega che si chiama shaft. I ferri e i legni sono numerati in base alla lunghezza dello shaft e l'inclinazione della testa del bastone. Fra i legni quello che manda la pallina più lontano e si usa alla partenza delle buche medie e lunghe ed è caratterizzato da uno shaft molto lungo e una testa molto grande, si chiama **driver**. I ferri servono per coprire diverse distanze, quello più famoso, usato anche per iniziare a imparare è il ferro 7. Ci sono anche dei ferri particolari: con la testa molto inclinata e usati per i colpi vicino al green e il **putter** che si usa per far rotolare la palla sul green in buca. Nella sacca, in occasione dei tornei, non si possono avere più di 14 bastoni. La pallina per poter volare lontano è molto dura e pesante: è necessaria dunque molta accortezza nel momento.



Le parti principali di ciascuna buca sono: Il **tee**, l'area di partenza da cui si effettua il primo colpo; il **fairway**, la parte intermedia della buca con erba tagliata bassa dove far atterrare la palla per tirare il colpo successivo in direzione del **green** che è la parte finale della buca, dove c'è una asta con sopra una bandierina che indica il punto dove c'è la buca. Il **green** ha l'erba tagliata bassissima in modo da far rotolare la pallina verso la buca. Ci sono anche alcuni ostacoli: Il **rough** è la parte del percorso con erba alta che si trova di solito ai lati del fairway. I **bunker** che sono

Lo swing è il movimento che si fa per colpire la pallina. Dopo aver trovato una posizione corretta con il busto leggermente inclinato in avanti, le ginocchia appena piegate e una corretta impugnatura, il movimento consiste nel girare il busto verso destra e alzare le braccia, il peso si sposta sulla parte destra ma i piedi rimangono fermi (backswing) da lì il peso del corpo si sposta sulla sinistra, i fianchi si girano a sinistra e si lasciano cadere le braccia (downswing) poi le braccia finiscono la loro corsa di nuovo in alto, ma a sinistra con i fianchi completamente girati e il piede destro che si alza leggermente.

delle grandi buche riempite di sabbia che possono essere sia nel percorso che vicino al green. Gli **ostacoli d'acqua** (laghetti o ruscelli) che sono ai lati o all'interno del fairway o anche vicino al green. C'è infine il **fuori limite**, segnalato da paletti o linee bianche che delimitano la fine del campo.



Federgolf Emilia-Romagna

Una realizzazione:

COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA

Federazione Italiana Golf

Presidente Dott. Stefano Frigeri

Responsabile Progetto Scuola: Carolina Ghiselli

www.federgolfemiliaromagna.com

cremiliaromagna@federgolf.it

Elaborato tecnico di Vittorio Andrea Vaccaro, Golfista Professionista, Consigliere Comitato Regionale Emilia Romagna – Federazione Italiana Golf.