



Centro Polifunzionale  
Don Calabria  
Area Sportiva

## **PROPOSTA EDUCATIONAL GRATUITO PER INSEGNANTI 14/03/2015**

**Formazione per docenti per l'acquisizione di competenze e indicazioni metodologiche di realizzazione  
inclusiva dello sport per ragazzi nelle attività nelle ore di educazione fisica**

### **IL CENTRO POLISPORTIVO DON CALABRIA**

Il Centro Polisportivo Don Calabria di Verona si contraddistingue per la qualità:

- Della proposta di attività sportive e motorie per persone con diversi gradi di abilità
- del livello professionale degli operatori laureati in scienze motorie e con esperienza educativa
- della struttura e del confort degli ambienti, tutti accessibili anche da persone con disabilità.



Il Centro propone un'ampia offerta di attività e di spazi per praticare attività fisica e sportiva:

- percorsi per la mamma ed il neonato
- fitness in palestra e piscina: è a disposizione anche una palestra cardiofitness "We Care", con attrezzatura e tecnologia all'avanguardia, anche elettromedicale, per attività a ingresso libero, training per sportivi e percorsi wellness, training di rinforzo muscolare e propriocettivo, attività con personal trainer e attività fisica adattata per persone con sindromi metaboliche, cardiopatie, problematiche cardiorespiratorie e cronicità;
- altre attività sportive: karate, danzaterapia, multisportiva scuola di karate;

- nuoto: acquaticità, scuola nuoto ragazzi e adulti, preagonistica, master, acquagoal, avviamento alla subacquea e nuoto libero;
- attività fisica adattata rivolta a persone con: sclerosi multipla, Parkinson, Alzheimer, esiti di ictus, lesioni midollari e traumi cranici, osteoporosi e osteopenia;
- proposte per il benessere delle persone anziane;
- attività estiva per bambini e ragazzi.

**Rilevante importanza è data ai percorsi di attività motoria che promuovono la partecipazione sociale, privilegiando l'integrazione di persone con diversi gradi di disabilità in un ambiente aperto ed eterogeneo.**

Il Centro offre, inoltre, la possibilità di praticare altri sport quali, pallavolo, calcio, basket usufruendo di un palazzetto e di campi da calcio esterni in sintetico con intaso naturale.

La direzione è affidata al **Dr. Roberto Filippini, Medico dello Sport con pluriennale esperienza nell'ambito delle società sportive, che coordina l'attività di operatori di alto livello professionale laureati in scienze motorie.**

Il Centro opera in sinergia con l'Ospedale Sacro Cuore di Negrar, in particolare con il Servizio di Riabilitazione Ortopedica, Centro di Medicina e Traumatologia dello Sport e collabora per i corsi pre parto con il Reparto di Ostetricia e Ginecologia.

La struttura, dotata di ampio parcheggio, è funzionale, confortevole ed adeguata all'accogliimento di persone di tutte le età.

Gli spazi sono raggiungibili e fruibili da persone con disabilità.

Tutti gli spazi sono stati progettati e realizzati attenendosi alle normative per i locali di pubblico spettacolo. In questo modo, si attua una separazione tra le diverse tipologie di flussi: pubblico, atleti, arbitri, personale di soccorso ecc..

## **OBIETTIVI E PROPOSTE DELL'EDUCATIONAL**

Nell'incontro gli insegnanti potranno sperimentare personalmente la qualità e metodologia di attività sportive, acquisendo competenze e spunti per una realizzazione inclusiva dello sport per ragazzi delle attività nelle ore di educazione fisica.

Se interessati alla proposta, gli insegnanti saranno invitati a prendere contatto con il Coordinatore del Centro, che provvederà a redigere un progetto personalizzato per ciascuna scuola o classe, anche in relazione all'eventuale presenza di alunni con disabilità.

## ATTIVITÀ PROPOSTE NELL'EDUCATIONAL

Vengono proposti dei laboratori motori in cui il docente sperimenta la proposta del Centro\*: l'Istruttore specializzato presenta l'impostazione dell'attività e ne descrive gli obiettivi, gli aspetti educativi ed i benefici della pratica dal punto di vista psicofisico per gli alunni, con particolare riferimento agli obiettivi di inclusione per ragazzi con difficoltà fisiche o comportamentali

### **Danza terapia: "FORME, COLORI, RITMO E MELODIA"**

La danzaterapia metodo Fux (da Maria Fux celebre danzatrice, coreografa e pedagoga argentina), è essenzialmente comunicazione, espressione di sé, delle proprie emozioni attraverso un linguaggio non verbale.

Il movimento creativo-espressivo promuove l'integrazione psico-fisica, cognitiva e relazionale del ragazzo e quindi il suo benessere, contribuendo allo sviluppo del potenziale creativo proprio di ognuno attraverso l'utilizzo del corpo, dello spazio, della musica, di oggetti-stimolo, di immagini.

L'attività proposta è volta a sensibilizzare la percezione e la consapevolezza corporea, ad ampliare gli schemi motori e l'utilizzo della gestualità, a sviluppare la creatività, intesa come espressione e sintesi di tutto ciò che un individuo è, del suo essere unico ed irripetibile.

Grande risorsa per la sperimentazione di sé è il gruppo, fonte di accoglienza, protezione e stimolo, grazie alla ricchezza e alla diversità degli apporti di ognuno.

### **Corsi Karate Shotokan**

Il Karate potenzia la disciplina, il coraggio e l'autocontrollo: è una pratica sportiva che permette di sviluppare l'agilità, la robustezza trovando il giusto equilibrio psichico; molti bambini e ragazzi scaricano nell'esercizio fisico la naturale aggressività mentre i più timidi diventano più decisi e sicuri di sé.

Durante gli incontri vengono insegnati: esercizi per il potenziamento muscolare, tecniche d'attacco, esercizi di stile costituiti da una serie

preordinata di tecniche eseguite contro avversari immaginari (i kata) e infine il combattimento vero e proprio (il kumite).

Praticare Karate è un mezzo di espressione e di comunicazione. Attaccare, sferrare un colpo, sarà innanzitutto dare, andare "verso", stabilire una relazione con i compagni. Questi, si adatteranno, risponderanno e proporranno a loro volta.



Il Karate diventa quindi dialogo eseguito con il corpo. Solo se si accetta questo concetto sarà possibile parlare di compagni e non di avversari, vivere in armonia col mondo che ci circonda.

### **Pallanuoto**

Si rivolge a ragazzi che vogliono provare un'attività di squadra in acqua: accanto alla pratica natatoria vengono insegnate le regole fondamentali della pallanuoto ed i corretti gesti tecnici.

Il contesto sportivo e ludico è fortemente coinvolgente e consente un efficace strumento per la valorizzazione di aspetti educativi quali la cooperazione, la condivisione e la comunicazione efficace.



### **PROGRAMMA DELL'EDUCATIONAL**

Programma dell'evento:

#### **Sabato 14 marzo 2015**

- Accoglienza e presentazione obiettivi e programmi
- Attività motoria in palestra → Danza terapia
- Arti marziali → Karate
- Attività motoria in piscina → Pallanuoto

dalle ore 9.30 alle ore 13.00\*

dalle ore 9.30 alle ore 10.00

dalle ore 10.00 alle ore 10.50

dalle ore 11.00 alle ore 11.50

dalle ore 12.15 alle ore 13.00

\* si invitano gli insegnanti ad intervenire con l'abbigliamento sportivo adeguato per effettuare l'attività in palestra e piscina.

Iscrizioni entro il 7 marzo (modulo allegato) via mail o via fax

### **CONTATTI E INFORMAZIONI**

Dr.ssa Paola Ottoboni tel. 045 8184147; [paola.ottoboni@centrodoncalabria.it](mailto:paola.ottoboni@centrodoncalabria.it)

Dr. Maurizio Chiappa tel. 045 8184142; [maurizio.chiappa@centrodoncalabria.it](mailto:maurizio.chiappa@centrodoncalabria.it)