



ISTITUTO PARITARIO PLATONE

gestione ARCCA s.r.l.

Liceo Classico – Liceo Scientifico – Liceo Sc. Opz. Scienze Applicate

Liceo delle Scienze Umane – ITC Amm.ne Finanza e Marketing

ITC Sistemi inf. Aziendali – ITT Elettronica – ITT Informatica

(PAPC695504 – PAPS00500E – PAPMRG500C

PATD12500C – PATF02500T – PATFCO500Z)

Via Salvatore Bono, 31 - 90143 Palermo, 31

Tel.: 091/6251435 – E-mail: info@istitutoplatone.com

Ai genitori
Agli studenti
Ai docenti

Circolare n. 17

Oggetto: progetto sport e inclusione sociale a.s. 2023-2024

Questo Istituto, nell'ambito delle attività di promozione dello sport e dell'inclusione sociale, sta organizzando per tutte le classi un progetto formativo di sviluppo integrato per la tutela del benessere psicologico, fisico ed emozionale dal titolo 'sport e inclusione sociale', un campus di esperienza sulle 'life skills education'.

In allegato programma dettagliato e modulo adesione.

Le adesioni dovranno pervenire entro e non oltre il 15 novembre 2023.

Palermo, 26 ottobre 2023

Il Vicario
Prof.ssa Anna Rizzo



SPORT E INCLUSIONE SOCIALE

L'Istituto Paritario Platone, in collaborazione con **Skills srl Impresa Sociale** e **Villa Pensabene ASD**, organizza per l'a.s. 2023/2024 il progetto **"Sport e Inclusione Sociale"**

PROGETTO

Lo sport rappresenta un elemento fondamentale sul piano emotivo e sociale, un ambiente multidimensionale, dinamico, ludico, adatto ad intensificare la coscienza di sé e del proprio corpo, è uno strumento educativo e formativo e spesso è anticipatore dei mutamenti sociali.

Lo sport abbina l'attività fisica con quella ricreativa, favorisce la salute, la longevità, il benessere fisico e psicologico. Come sottolineato dal Consiglio dell'Unione Europea, lo sport è fonte e motore di inclusione sociale e viene riconosciuto come uno strumento eccellente per l'integrazione delle minoranze e dei gruppi a rischio di emarginazione sociale.

Lo sport è uno strumento di prevenzione di disagio sociale e psicofisico e di formazione della persona. Lo sport deve essere considerato un diritto di tutti. Per questo gli organismi sportivi e le società promuovono concretamente processi di partecipazione allo sport indipendentemente dalle condizioni economiche, culturali e sociali dell'individuo.

Amicizia, integrazione, fiducia, spirito di squadra e impegno sono i valori dello sport.

Descrizione attività:

Le studentesse e gli studenti aderiranno ad un percorso per le competenze trasversali e per l'orientamento (PCTO) che verterà su tematiche relative il movimento umano e lo sport equestre.

Equitazione è sinonimo di inclusione attraverso il cavallo; la missione del progetto è l'interazione con l'alterità animale e le conseguenti referenze che ne possono scaturire in una relazione empatica,

affettiva, “normalizzante”, che invita la Persona al massimo grado di abilità espressa in un contesto ricreativo ma dalla forte polarizzazione educativa.

L’obiettivo è quello di assicurare a tutti i ragazzi il pieno sviluppo delle loro potenzialità, attraverso una crescita sana all’insegna dell’inclusione sociale e dello sport. **Andare a cavallo del resto provoca una quantità di sensazioni benefiche: produce senso di indipendenza, stimola l’attenzione e la volontà, rafforza il senso di sé, induce sentimenti di rispetto e di collaborazione con il cavallo stesso.**

L’equitazione non comprende solo salire sopra al cavallo e andarci, comprende tutto quello che riguarda l’animale, dal conoscerlo al saperlo curare prima e dopo averlo montato, è importante conoscere le sue abitudini, la sua alimentazione... Insomma tutto quello che lo riguarda. **È importante creare un contatto "concreto" e questo si crea appunto quando lo pulisci, quando ti prendi cura di lui, quando impieghi il tuo tempo per lui».**

La relazione di fiducia che si crea tra i ragazzi e il cavallo è molto importante sia sotto il profilo fisico che emotivo. Per cavalcare, infatti, è necessario entrare in sintonia con il cavallo e con il suo movimento, con un grande apporto di stimoli per la muscolatura, la coordinazione e il senso dell’equilibrio. Ma nello stesso tempo, la relazione con l’animale rappresenta un mezzo per creare uno scambio affettivo unico, esprimere le emozioni e superare paure e timidezze, rafforzando l’autostima. Le attività a contatto con il cavallo, inoltre, hanno un grande effetto educativo, in quanto impongono l’accettazione di regole, la disciplina e l’autocontrollo e, se fatte in gruppo, aiutano la socializzazione.

Il progetto, quindi, non è solo un momento ludico e didattico, ma rappresenta un’opportunità per il potenziamento di abilità specifiche, che possono essere applicabili alla vita di tutti i giorni.

Il percorso, della durata di 90 ore, si articolerà nelle seguenti fasi:

- Fase n. 1: Accoglienza, orientamento e bilancio delle competenze iniziale (10h)

In questa fase le studentesse e gli studenti verranno accolti dai docenti e saranno informati sugli aspetti del progetto e sulle soft-skills nelle attività motorie e sportive. Si procederà, inoltre, al bilancio delle competenze in ingresso.

- Fase n. 2: Preparazione atletica (20h)

La *fase preparatoria* nella preparazione atletica, detta anche **adattamento anatomico**, è quella che per un principiante richiede più tempo ed impegno. In questa fase ci si concentra sull’**allenamento generale** cercando di coinvolgere più muscoli possibile per **costruire la base atletica** su cui si svilupperà la preparazione con carichi crescenti nei successivi cicli di allenamento. (posturale – preparazione atletica – allenamento funzionale – mobilità articolare)

- Fase n. 3: Cura e pulizia del cavallo (10h)
- Fase n. 4: Attività pratica e didattica esercitativa (40h)

In questa quarta fase le studentesse e gli studenti seguiranno due diverse attività di natura pratica e di didattica esercitativa relative a specifiche discipline motorie e sportive

- Fase n. 5: Ippoterapia, origini e benefici (5h)

L'ippoterapia è considerata una terapia integrale perché **influenza positivamente lo sviluppo cognitivo, fisico, emotivo, sociale e occupazionale.**

- Fase n. 6: Bilancio finale delle competenze (5h)

Il progetto è aperto a tutti gli studenti dell'Istituto Paritario Platone; il numero minimo di partecipanti è di 15 allievi.



Al Coordinatore Didattico
Istituto Paritario Platone
Palermo

MODULO DI ADESIONE "SPORT E INCLUSIONE SOCIALE"

Il/La sottoscritto/a _____ nato/a a _____
il _____ in qualità di genitori e/o tutori dell' ALUNNO/A _____
iscritto e regolarmente frequentante la CLASSE ____ SEZ _____

DICHIARA

di far partecipare il/la proprio/a figlio/a al progetto "SPORT E INCLUSIONE SOCIALE". Le attività si svolgeranno in orario ANTIMERIDIANO presso il Centro Sportivo VILLA PENSABENE ASD come da calendario che sarà concordato con l'Associazione Sportiva Convenzionata.

Il/La sottoscritto/a, consapevole dell'importanza educativa e formativa del progetto, si impegna a garantire da parte del/la proprio/a figlio/a: il rispetto delle regole vigenti, delle persone, dei sussidi, dei luoghi; la presenza puntuale e la partecipazione interessata e attiva al progetto; l'impegno personale per il conseguimento degli obiettivi previsti.

Il/la sottoscritto/a esonera l'Istituto da ogni responsabilità, che va oltre la normale attività di vigilanza degli alunni.

Il/la sottoscritto/a si impegna a versare il contributo di € 150,00 previsto per l'adesione al progetto "SPORT E INCLUSIONE SOCIALE" secondo le seguenti modalità:

- € 150,00 in unica soluzione entro il 31/12/2023;
- € 150,00 in n. 5 rate mensili da € 30,00 dal mese di novembre 2023 al mese di marzo 2024

Palermo, _____

FIRMA DEL GENITORE _____