



**Coni**  
Comitato Provinciale  
Trento



G.S. «TRILACUM»

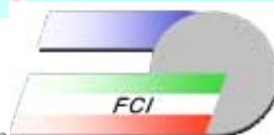


# CENTRO ESTIVO GIOCO SPORT E MONTAGNA

**GIUGNO – SETTEMBRE 2006**  
**RIVOLTO A BAMBINI E RAGAZZI**  
**DAI 6 AI 15 ANNI**

**CENTRO SPORTIVO G.S. TRILACUM**  
**TRENTO – VIGOLO BASELGA**

Con l'adesione delle federazioni: FCI - FIGC - FITeT - Friends of Arco





**G.S. «TRILACUM»**



# Centro Estivo GIOCO SPORT E MONTAGNA

***CENTRO SPORTIVO GS TRILACUM – TRENTO -VIGOLO BASELGA  
GIUGNO – SETTEMBRE 2006***

## **CHI PROPONE IL PROGETTO**

- **G.S. TRILACUM** in collaborazione con:
- Comitato Provinciale **CONI di Trento;**
- Comitato Provinciale **U.S. ACLI di Trento;**
- Comitato Provinciale **F.I.G.C. di Trento;**
- Comitato Provinciale **F.C.I. di Trento;**
- Comitato Provinciale **F.I.T.e T. di Trento;**
- **Atletica Trilacum;**
- **Yudo Star Riva;**
- Guide Alpine **FRIENDS ARCO .**

## SALUTO DEL PRESIDENTE DEL CONI GIORGIO TORGLER

Lo sport è un elemento basilare, un complemento culturale importante nella formazione dei giovani e anche una forma di comunicazione.

Educare al gioco e anche attraverso il gioco e lo sport è un obiettivo di grande rilevanza per i significati che può trasmettere.

L'iniziativa del G.S. Trilacum è da seguire con particolare attenzione perché propone una sorta di colonia estiva di grande interesse e prospettiva per i bambini, perché ha obiettivi ambiziosi nei loro riguardi e perché è riuscita a mettere in atto una collaborazione fra discipline diverse che hanno condiviso obiettivi e metodologia.

Come CONI siamo convinti e felici di questo nuovo progetto e siamo certi che avrà buon successo. Un augurio di buon divertimento ai ragazzi e bambini che vi parteciperanno e di buon lavoro ai tecnici e ai dirigenti che lo seguiranno quotidianamente con un'esperienza che poi sarà da far diventare patrimonio comune.

Giorgio Torgler  
Presidente Comitato Provinciale del CONI

## COME NASCE L'IDEA

L'idea nasce pensando ad un progetto che unisce le potenzialità di più realtà: **il gioco, lo sport** e la conoscenza della montagna. Un'inedita fusione di più attività mirata a creare una *sinergia* per offrire ai bambini la possibilità di giocare, divertirsi e provare nuove discipline sportive con allenatori preparati. Il progetto è inoltre arricchito da giornate educative per valorizzare la riscoperta di un contatto vero e profondo con la natura, in compagnia di guide alpine qualificate. La vera forza di questo progetto è rappresentata dalla qualità della proposta: tecnici altamente preparati nei vari settori di competenza metteranno a disposizione la propria professionalità per offrire ai partecipanti un'avventura emozionante e formativa allo stesso tempo.

## A CHI E' RIVOLTA LA PROPOSTA

***La proposta è rivolta ai bambini dai 6 agli 11 anni residenti in Provincia di Trento.***

L'iniziativa sarà promossa in particolare a tutte le Scuole Elementari del Comune di Trento e Comuni limitrofi, a tutti i comuni della Valle dei Laghi compresi Arco e Riva del Garda.

Tutti i ragazzi che praticano abitualmente le discipline sportive presenti nel progetto verranno informati e coinvolti direttamente dalle loro società attraverso le Federazione di appartenenza.

Sarà predisposta una campagna informativa via internet con lo scopo di diffondere la proposta e coinvolgere così il maggior numero di ragazzi trentini.

### **GIOCO**

Il gioco è un esercizio preparatorio alla vita adulta, una costante verifica e puntualizzazione dell'esperienza acquisita, attraverso il quale il bambino tende a realizzare un equilibrio con l'ambiente. Adempie ad una funzione di simulazione, attraverso l'immaginazione che opera liberamente sulla realtà, utilizzandola e trasformandola a seconda dei bisogni e dei desideri.

I giochi inseriti nella programmazione saranno quindi uno strumento che permette ai partecipanti di vivere esperienze motivanti per la loro crescita sociale, sportiva ed espressiva.

### **SPORT**

Si offrirà ai bambini l'opportunità di conoscere le varie discipline sportive attraverso l'attività ludica e di poterle provare e perfezionare mettendosi in gioco a vari livelli. Si valorizzerà il senso del gruppo in modo che tutti possano imparare i valori dello stare insieme.

La componente di gioco sarà sempre presente in tutte le attività sportive ma in misura differenziata in base all'età dei bambini. Il "gioco", "gioco-sportivo" e "sport vero e proprio" saranno tre tipologie di intervento che coinvolgeranno tutti i ragazzi dai più piccoli ai più grandi. Questo approccio si propone di raggiungere alcuni importanti obiettivi : sperimentare, conoscere, specializzarsi in diverse discipline, divertendosi in compagnia e cooperazione.

Le discipline proposte sono:

- Tennistavolo
- Ciclismo
- Calcio
- Arrampicata sportiva
- Judo
- Atletica

### **ATTIVITÀ EDUCATIVO-CULTURALI**

Verranno proposte visite culturali per offrire ai ragazzi la possibilità di vivere un'esperienza che permetta di avvicinarsi e conoscere realtà storiche e produttive tipiche del nostro territorio.

Sono previste visite ad aziende locali ed edifici storici (chiese e castelli) per poter approfondire e conoscere tali realtà.

## **LABORATORI**

Il presente progetto ritiene importante offrire la possibilità di esprimersi concretamente con attività creative-manuali e corporee in modo da poter sviluppare attitudini motorie specifiche e acquisire valori di cooperazione e solidarietà.

I laboratori che verranno proposti durante le settimane del centro estivo sono i seguenti:

- Laboratorio creativo: LA BOTTEGA DEL MASTRO GEPETTO  
(attività oculo-manuale finalizzata a creare oggetti con materiale di recupero o di vario genere: carta, cartone, plastica, legno ecc.)
- Laboratorio musicale: DO RE MI FA SOL  
(utilizzo della musica come strumento per giocare, cantare e creare musiche e testi)
- Percorso di danza: BALLIAMO SUL MONDO  
(attività dove verrà lasciato spazio ai bambini di creare balli con musiche di diverso genere e provenienza, verranno inoltre proposte dall'insegnante danze e coreografie.)
- Laboratorio in cucina: CUOCHI PER UN GIORNO  
(Si darà la possibilità ai bambini di imparare e provare a cucinare in una "vera" cucina sotto la guida attenta di un' insegnante.)
- Laboratorio di pittura: PITTORI E PITTRICI  
(Proposta artistica dove il bambino potrà imparare tecniche nuove di pittura e di disegno)

## **INSERIMENTO DI BAMBINI SPECIALI**

Si intende offrire ai bambini diversamente abili, già inseriti in un progetto sportivo promosso da US ACLI, la possibilità di partecipare attivamente alla proposta estiva. Si tratta di una novità assoluta e molto importante nell'ambiente della diversità, visto che le realtà presenti sul territorio provinciale non offrono ancora questo tipo di servizio.

Tra gli obiettivi principali si vuole garantire ai ragazzi con disagio psico-fisico l'opportunità di esprimere i propri bisogni e necessità attraverso il gioco e le diverse attività proposte, cercando di interagire con i compagni e gli insegnanti.

Si ritiene fondamentale far sì che questi bambini acquisiscano una maggior autonomia nei vari momenti della giornata, imparando anche a rispettare le regole comuni concordate con gli insegnanti di riferimento.

Un altro obiettivo altrettanto rilevante è quello di sensibilizzare i compagni nel saper accettare e nel contempo valorizzare abilità diverse. Tutte le proposte saranno naturalmente calibrate in base al tipo di disabilità e di capacità acquisite dai ragazzi, per garantire ad ognuno la possibilità di raggiungere questi piccoli ma grandi traguardi.

## OBIETTIVI DELLA PROPOSTA

Gli obiettivi specifici della proposta sono quelli di far conoscere ai bambini le varie discipline sportive e di migliorarsi se le tecniche di base sono state già acquisite.

Il progetto non si pone solo l'obiettivo di arricchire i bambini attraverso esperienze ludico-ricreative e sportive, ma anche quello di favorire la partecipazione, per dare a tutti, più o meno dotati, le stesse possibilità. In questo modo non si intende premiare soltanto il risultato sportivo in quanto tale (considerato comunque importante) ma soprattutto l'impegno ed i progressi raggiunti da ogni bambino nei rapporti sociali e nella capacità di interagire all'interno del gruppo.

Un altro importante obiettivo sarà quello di far conoscere ai bambini la montagna ed il territorio alpino in cui vivono, avvicinandoli alla natura con tutti i cinque sensi per riscoprire la gioia nell' "assaporare" odori, suoni, gusti e sensazioni legate a questo ambiente.

Il progetto si propone di utilizzare queste attività come strumento per valorizzare le qualità del bambino: le esperienze sia motorie che educative saranno un mezzo per armonizzare lo sviluppo della personalità e non il fine. Si ritiene che il bambino, attraverso il corpo e il movimento, possa esprimere le proprie emozioni e la propria vita affettiva, sviluppando la capacità di rappresentazione di sé e degli altri.

Queste finalità saranno il filo conduttore di tutte le attività proposte dal presente progetto.

## COME È STRUTTURATA LA PROPOSTA

La proposta è strutturata con un programma settimanale in cui la giornata sarà scandita da orari e attività. Ogni genitore potrà iscrivere proprio figlio ad una o più settimane.

Sarà possibile, grazie alla flessibilità del servizio proposto, poter iscrivere i ragazzi per l'intera giornata (comprensiva di pranzo), per la mezza giornata (pranzo incluso) o per la mezza giornata (pranzo escluso).

Il pranzo sarà fornito da una azienda specializzata nella ristorazione e sarà offerto in una sala mensa all'interno della struttura sportiva che ospiterà le settimane estive. Sarà offerta la possibilità di ritrovo alla Stazione Autocorriere di Trento, Riva del Garda - Arco dove un assistente accompagnerà i bambini con l'autobus di linea con arrivo al Centro Sportivo Trilacum alle ore 8:30, mentre il rientro alle stazioni di partenza è previsto verso le 17:30.

Il costo dei trasporti sarà a carico delle famiglie ad eccezione del trasporto durante la giornata della gita in montagna.

Nella quota d'iscrizione verrà compresa l'assicurazione che coprirà l'intera attività estiva.

- *Giornata Tipo:*

ORARIO	ATTIVITA'
8.00-9.00	Accoglienza bambini e presentazione delle attività
9.00-12.30	ATTIVITA' SPORTIVA in alternativa ATTIVITA' CREATIVE
12.30-13.15	Pranzo
13.30-14.45	ATTIVITA' DI LABORATORIO
14.45-17.00	GIOCHIAMO INSIEME A...
17.00	RIENTRO a casa

- *Orari attività e proposta iscrizione:*

ORARIO	PROPOSTA	COSTO settimanale (lun-ven)
8-17	tutto il giorno	€ 115,00
8-12	mezza giornata	€ 57,50
8-13	mattina + pranzo	€ 63,00
13-17	pomeriggio	€ 57,50

- È previsto uno “sconto fratelli” nella misura del:
  - 10% per due fratelli;
  - 15% per tre fratelli;
  - 20% per quattro fratelli.

Al momento dell'iscrizione è previsto il versamento della caparra di € 40,00 che in caso di mancata partecipazione non verrà restituita.

Nel caso di assenza di 3 o più giorni su 5, non è previsto il rimborso della quota di iscrizione ma sarà possibile recuperare in seguito (nelle settimane successive) i giorni persi.

*Le iscrizioni saranno raccolte presso la Sede dell'US ACLI Trento, via Roma 57*

*Tel. 0461.232391 - e-mail: [usacli@aclitrentine.it](mailto:usacli@aclitrentine.it) sito: [www.gstrilacum.it](http://www.gstrilacum.it)*

*a partire dal giorno 19 aprile 2006,*

*l'ordine di iscrizione permetterà una più ampia possibilità di scelta delle settimane, una tardiva iscrizione potrebbe comportare l'esclusione in caso di superamento del numero limite stabilito (60 ragazzi per ogni turno settimanale).*

- Attività fissa durante tutta la settimana:
  - 2 ore giornaliere di attività sportiva o a scelta 2 ore giornaliere di attività artistica
  - 1 ora giornaliera di attività di laboratorio
  - 1 mattina alla settimana gioco - arrampicata sportiva
  - 1 gita settimanale con le guide alpine
  - 1 entrata settimanale in piscina

**NB:**

**Tutti i bambini residenti in Trento, potranno trovarsi presso le rispettive stazioni autocorriere ed essere accompagnati al centro dai nostri accompagnatori i quali li riaccompagneranno anche per il ritorno alla stazione di partenza.**



## DA CHI È GESTITA L'ATTIVITÀ

- **DEBORA LAZZERI** : *Responsabile Gestione Centro Estivo. Insegnante di Educazione Fisica, esperienza nel campo educativo con bambini, anziani e ragazzi diversamente abili, atleta nazionale ad alti livelli di Tennistavolo.*
- **ANTONELLA PETRICH**: *Responsabile attività centro estivo con ragazzi diversamente abili, Insegnante di Educazione Fisica, tecnico federale Fipav e giocatrice in serie C di pallavolo.*
- **DANIELE MESAROLI** *Responsabile attività sportiva nel centro estivo. Maestro e laureato in Sociologia. Giocatore di serie B di Tennistavolo.*
- **MARGHERITA NAIM** *Responsabile attività laboratori. Maestra e laureato in Psicologia. Esperienze nel campo pedagogico.*
- **ROMANO PIRAS** *Responsabile Federazione Italiana Tennistavolo; allenatore nazionale e dirigente sportivo dell'U S CR VILLAZZNO PROXIMA STAR.*
- **DIEGO GENNARI** *Responsabile Federazione Italiana Gioco Calcio; Insegnante di Educazione Fisica, Istruttore settore calcio giovanile.*
- **PAOLO BORTOLOTTI** *Responsabile Federazione Italiana Ciclismo, Istruttore ciclismo e membro del Comitato Provinciale FIC.*
- **LORENZO INZINIERI** *Responsabile della gestione Gite e Gioco – Arrampicata con la collaborazione di Friends of Arco, Guida Alpina.*
- **MARIUCCIA TORBOLI**: *Educatrice Sportiva nazionale ed insegnante di Judo.*
- **GADDO GEMMA** : *Responsabile settore atletica Trilacum; Insegnante di Educazione Fisica, Istruttrice Fidal e Ex- Atleta a livello nazionale.*
- **GADDO ROSELLA** : *Responsabile settore atletica Trilacum; Insegnante di Educazione Fisica, Istruttrice Fidal e Ex- Atleta a livello nazionale.*

Gli altri operatori che lavoreranno in questo progetto saranno Laureati in scienze motorie, Guide Alpine, laureati in settori specifici come l'Accademia artistica e musicale, istruttori federali delle varie discipline, educatori professionali.

## **CENTRO SPORTIVO TRILACUM - Comune di Trento - Vigolo Baselga**

**La struttura si estende su una superficie di 5000 mq e comprende:**

- 2 campi da calcio regolamentari in erba
- 1 campo da calcetto in erba
- pista di atletica leggera
- pista protetta per il ciclismo
- palestra con attrezzatura per varie discipline sportive
- palestra tennistavolo
- sala audiovisiva 100 posti
- sala ludica
- aula didattica
- mensa – bar – ristorante 60 posti
- percorso naturale vita
- parco giochi
- ambulatorio
- 8 spogliatoi
- piastra polivalente



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA



## CICLISMO



Comitato Provinciale di Trento

L'attività sportiva con il settore giovanile è un processo guidato, di crescita e maturazione fisica e psicologica, attuato attraverso la pratica organizzata di opportune esercitazioni, tendenti a migliorare la propria efficienza fisica per realizzare la massima prestazione sportiva, il tutto in un contesto nel quale si realizza anche un'importante funzione educativa, sociale e socializzante.

Nel periodo tra i sei e gli otto anni si privilegia in modo totale l'attività motoria ludica, ed il gioco in tutte le sue forme.

Tra gli otto e gli undici anni l'attività motoria ludica ha uno spazio dell'80%, mentre il restante 20% viene rivolto alla formazione di base.

Tra i 6 e gli 8 anni per ciò che riguarda i contenuti dell'attività di formazione fisica bisogna lavorare attraverso:

- esercizi formativi con carattere di gioco (correre, saltare, superare ostacoli, arrampicarsi, nuotare, ecc.);
- giochi collettivi ("staffette" comprese);
- giochi sportivi con regole semplificate;
- acrobatica elementare ed esercizi per lo sviluppo dell'equilibrio (pattinare, andare in bicicletta, sciare, assi d'equilibrio, percorsi di destrezza, ecc.);

Nel programmare l'attività giovanile ci si deve innanzitutto interessare di cosa i bambini sapranno fare da grandi, anziché preoccuparsi di come far loro raggiungere subito il successo.

Il programma sarà svolto nella nuova pista protetta adibita al ciclismo nel Centro Sportivo Trilacum e verranno organizzate uscite nei dintorni.



CALCIO



Gli obiettivi che la F.I.G.C. – Comitato Provinciale Autonomo di Trento, intende perseguire nei Centri Estivi si possono riassumere in:

- OBIETTIVI EDUCATIVI
- OBIETTIVI DI SVILUPPO MOTORIO
- OBIETTIVI DI SVILUPPO FISICO
- MIGLIORAMENTO DELLE CAPACITA' DI CALCAITORE

### OBIETTIVI EDUCATIVI

Educazione sociale: cura i rapporti interpersonali e le dinamiche di gruppo:

1. conoscere i propri limiti e le proprie possibilità anche in rapporto con i compagni;
2. conoscere il proprio corpo e le sue possibilità;
3. rendersi conto che l'apprendimento motorio è frutto di impegno, attenzione e intelligenza.

### OBIETTIVI DI SVILUPPO MOTORIO

Legati alla maturazione della sfera psicofisica dell'individuo:

1. consolidamento dello schema corporeo;
2. consolidamento degli schemi motori di base;
3. sviluppo della lateralizzazione;
4. sviluppo delle capacità di organizzazione spazio temporale;
5. arricchimento del patrimonio di esperienze motorie.

### OBIETTIVI DI SVILUPPO FISICO

Legati alla maturazione biologica e all'evoluzione funzionale del ragazzo:

1. miglioramento delle funzionalità cardiocircolatorie e respiratorie;
2. miglioramento della qualità fisica;
3. miglioramento della qualità fisica intesa come equilibrio tra il tono muscolare, la struttura corporea e lo sviluppo.

**PRIMO GIORNO**

TEST DI CONOSCENZA MOTORIA:

<b>OBIETTIVI</b>	<b>CONTENUTI</b>	<b>MATERIALI</b>
Miglioramento fisiologico	esercitazione circuito	palloni, coni, cinesini, funicelle
Miglioramento mobilità articolare	esecuzione di partite con diverse dimensioni del campo	
Miglioramento velocità - resistenza		

**SECONDO GIORNO**

Miglioramento degli schemi motori di base	esercitazioni varie	
Sviluppo della coordinazione di base, (spontanea e per rappresentazione mentale)	giochi	ostacoli, paletti funicelle e cerchi
Miglioramento delle capacità di organizzarsi nello spazio e nel tempo	partite a tema	

**TERZO GIORNO**

Conoscenza degli obiettivi nelle attività proposte	varie esercitazioni	palloni
Si individuano le parti del corpo maggiormente interessate	palleggio - tiro - arresto	
Conoscere lo scopo generale delle attività proposte	partite	

**QUARTO GIORNO**

Potenziare la capacità di valutare la distanza	varie esercitazioni	palloni
La padronanza del palleggio, gli schemi motori di fermare e rilanciare, ci correre insieme e da soli	esecuzioni di partite finalizzate a quanto appreso	
Esecuzione di partite nella conoscenza delle regole, nel rispetto dell'avversario e nella consapevolezza che fare l'arbitro è difficile	tornei a squadre	



TENNISTAVOLO



Il presente progetto tende a utilizzare il Tennistavolo come mezzo per l'acquisizione delle abilità motorie e sollecitare lo sviluppo di una motricità consapevole. Il Tennistavolo non con approcci tecnico-tattici, tipici dell'attività evoluta, bensì un'attività che è soprattutto gioco, rappresentando uno strumento di raccordo delle aree della personalità. Si articola in 6 unità didattiche che hanno come obiettivo quello di sviluppare e consolidare le capacità condizionali sotto elencate:

- orientamento spaziale
- equilibrio
- ritmo
- differenziazione motoria
- combinazione motoria
- destrezza

dove il gioco stesso del Tennistavolo costituisce elemento fondamentale per lo sviluppo di queste capacità.

Attività motoria mirata alla ricerca di un'utilizzazione differenziata e sempre più precisa dell'intero corpo e utilizzo della motricità quale fattore di relazione che permette al bambino di distaccarsi dal mondo esterno e riconoscersi quale individuo.

Tennistavolo quindi visto non sotto l'aspetto tecnico-tattico ma come un gioco rappresentando uno strumento di raccordo delle aree della personalità. Questo progetto è dunque mirato alla conoscenza del proprio corpo e del movimento per lo sviluppo del bambino.

Le modalità di articolazione delle lezioni comprenderà lavori a gruppi, lavori individuali, con utilizzo di attrezzi quali: racchette, palline e tavolo da Tennistavolo, grandi e piccoli attrezzi.

Verranno utilizzati giochi e percorsi ma non verrà trascurata la parte tecnica insegnando loro i fondamentali e le basi di questa disciplina sportiva.

Alla fine della settimana si organizzeranno dei tornei rendendo l'attività ancora più stimolante per i partecipanti.

# ATLETICA LEGGERA



Camminare, correre, saltare e lanciare sono le più naturali manifestazioni del movimento dell'uomo e rappresentano le specialità dell'Atletica Leggera.

L'obiettivo generale dell'Atletica Leggera è quello di padroneggiare abilità motorie in base a situazioni diverse.

Gli obiettivi specifici variano da specialità:

- **CORRERE**

Obiettivo specifico: - miglioramento della resistenza;  
- miglioramento della velocità;  
- miglioramento funzione cardio – circolatoria.

- **SALTARE**

Obiettivo specifico: - acquisizione della tecnica del salto;  
- miglioramento mobilità articolare a corpo libero.

- **LANCIARE**

Obiettivo specifico: - percepire e controllare le parti del corpo nei loro reciproci rapporti;  
- coordinare la motricità degli arti inferiori e superiori;  
- raggiungere con precisione un bersaglio (mira).

# GIOCO – ARRAMPICATA



Tra le attività di avvicinamento alla natura ed alla montagna, per i ragazzi, la disciplina più interessante e potente dal punto di vista pedagogico è l'arrampicata.

La dimensione della sicurezza sarà l'elemento su cui si concentrerà maggiormente l'attenzione delle attività proposte, congiuntamente all'aspetto ludico emozionale dell'arrampicata.

Arrampicarsi è un istinto primordiale che muove l'uomo fin dalla sua infanzia e rappresenta uno degli schemi motori più potenti e radicati nella crescita di ogni ragazzo.

Conoscere il proprio limite e provare a misurarsi con le paure iniziali, diventa uno stimolo fortissimo per sviluppare l'autostima e la forza di credere in ciò che si fa.

Il senso di responsabilità diventa realmente concreto e tangibile quando ad esempio un ragazzo si assume l'incarico di assicurare con le attrezzature e le tecniche corrette (sotto la supervisione delle guida alpine responsabili) il proprio compagno mentre arrampica, per trattenerlo in caso di caduta.

I valori della solidarietà e dell'aiuto del più debole diventano esperienza diretta e necessaria per ottenere il risultato/obiettivo proposto:

- stimolare le dinamiche di gruppo attraverso l'esperienza attiva e partecipata
- avvicinarsi alla dimensione del "limite" come punto di forza
- stimolare l'esperienza e l'azione sul territorio alpino come strumento di crescita e autostima

Le attività proposte di gioco-arrampicata saranno mescolate a giochi diversificati per stimolare:

- l'equilibrio
- la psicomotricità
- la fiducia in sé stessi
- il divertimento in gruppo.



# ATTIVITA' NATURA E MONTAGNA



L'ambiente naturale e montano in Trentino offre fortissimi stimoli creativi e i giovani, hanno sempre più bisogno di avvicinarsi e di conoscerne le potenzialità.

L'esperienza diretta muove emozioni, energie, entusiasmo, curiosità e stimola la crescita di attitudini umane che portano ad una conoscenza di sé, dell'ambiente e della cultura che gli appartiene.

Su questi presupposti nasce la necessità di valorizzare la conoscenza del territorio "montagna" (in tutte le sue dimensioni fisiche e culturali) attraverso un percorso formativo-esperienziale che porti i giovani ad ampliare lo sguardo e comprendere la forza dell'avvicinamento alla Natura ed alla dimensione alpina come occasione di crescita pedagogica.

Il percorso educativo-esperienziale progettato intende proporre stimoli sul piano:

- dell'esperienza
- relazionale
- ludico - ricreativo
- introspettivo - spirituale

L'escursionismo, tra le attività outdoor, si presta in modo particolare a riscoprire temi importanti come il cammino, la strada, la fatica, l'impegno, il poter gustare il percorso e la meta.

Camminare nella Natura è la via maestra per conoscere la Natura e per avvicinarsi a se stessi.

Muoversi su sentieri avvicina alla conoscenza della vita all'aperto. La dimensione del gruppo è fondamentale ma anche quella del silenzio e dell'ascolto diventano importanti occasioni di conoscenza.

## **Obiettivi delle attività proposte durante le settimane estive:**

- stimolare la conoscenza del territorio montano
- avvicinarsi alla montagna in sicurezza
- imparare a conoscere i "codici" della Natura alpina
- conoscere aspetti della cultura alpina e alpinistica
- imparare a conoscere la forza introspettiva della montagna
- trasmettere il potenziale ludico-emozionale intrinseco alla montagna

Il territorio montano è uno straordinario paesaggio in continua mutazione. Impariamo insieme qual è la storia di questo Ambiente Naturale grandioso che da sempre ha affascinato l'animo umano. E quali sono le regole e i ritmi secondo cui la natura vive e si muove in continuazione? Si proporranno percorsi di approfondimento didattico/esperienziale per entrare nei "segreti" della Natura alpina e conoscerne i "codici".

Poter vivere la dimensione del gruppo e del confronto con gli altri, esalta la potenzialità dell'esperienza outdoor e il valore educativo della Natura.

L'ambiente alpino offre moltissime occasioni per avvicinarsi a nuovi stimoli educativi, rappresenta una concreta possibilità esperienziale per conoscere il proprio "limite" e per imparare a rispettarlo.

# JUDO EDUCAZIONE



È una proposta educativa, dell'espressività corporea, della comunicazione di gruppo, dell'igiene che rispecchia un orizzonte comune:

Il miglior impiego dell'energia.

Questi i corsi proposti:

- Bambini - propedeutico per **6 e 7 anni**
- Fanciulli - introduttivo per **8, 9 e 10 anni**
- Ragazzi - formativo per **11 – 13 anni**
- Judo adattato - **integrazione per diverse abilità**

I vari corsi mirano alla corretta educazione psico-motoria ed in particolare:

- presa di coscienza del proprio corpo e del suo impiego;
- educazione al movimento com'elemento d'autonomia;
- apprendimento e controllo di motricità, equilibrio e destrezza;
- orientamento nello spazio ed autodisciplina di gruppo;
- superare se stessi, prima di competere con gli altri;

In ogni gruppo di lavoro, è promosso uno spirito attivo ed intraprendente basato sul rispetto ed aiuto reciproco.

Questa è la nostra attività, che si propone di insegnare la realtà di tutti insieme per crescere e progredire, unificando corpo, mente e cuore.



# SARANNO...ATLETI

**PROPOSTA RIVOLTA AI RAGAZZI ISCRITTI ALLE SCUOLE MEDIE**

***CENTRO SPORTIVO GS TRILACUM – TRENTO -VIGOLO BASELGA  
GIUGNO – SETTEMBRE 2006***

## CHI PROPONE IL PROGETTO

- **G.S. TRILACUM** in collaborazione con:
- **Comitato Provinciale CONI di Trento;**
- **Comitato Provinciale U.S. ACLI di Trento;**
- **Comitato Provinciale F.I.G.C. di Trento;**
- **Comitato Provinciale F.I.C di Trento;**
- **Comitato Provinciale F.I.T.e T. di Trento.**
- **Atletica trilacum**
- **Judo Star Riva**

## DA DOVE NASCE L'IDEA

L'idea nasce per dare la possibilità ai ragazzi delle scuole medie di poter svolgere attività sportiva seguiti da istruttori federali anche durante l'estate.

L'attività si svolgerà solo mezza giornata, al pomeriggio dalle 14.30 alle 17,00 presso il Centro Sportivo Trilacum.

I ragazzi potranno svolgere un vero e proprio allenamento organizzando ogni settimana tornei sia interni che con ragazzi di realtà esterne.

## A CHI E' RIVOLTA LA PROPOSTA

*La proposta è rivolta ragazzi dai 12 al 15 anni di qualsiasi luogo di provenienza.*

Verranno coinvolti direttamente tramite un volantino informativo che verrà distribuito nelle Scuole Elementari di Trento e tutta la zona limitrofa al Centro Sportivo, i bambini che praticano le discipline sportive coinvolte nel progetto verranno inoltre informati dalle loro società tramite le rispettive Federazioni.

Sarà un'attività svolta solo nel pomeriggio quindi gli istruttori aspetteranno i ragazzi al Centro Sportivo Trilacum.

## COSA SI PROPONE

### **ATTIVITA' SPORTIVA**

Verrà data l'opportunità ai ragazzi di migliorare le proprie abilità sportive e di provare nuove discipline.

Sarà un'importante occasione per non interrompere la propria preparazione sportiva, per sviluppare un programma di allenamento estivo con preparati tecnici federali che potranno interagire con i propri allenatori.

In tal senso le società potranno programmare stage settimanali riservati esclusivamente ai propri ragazzi.

**Oltre alle attività sportive alle quali hanno aderito le Federazioni (tennistavolo, calcio e ciclismo), verranno proposte altre discipline quali Pallavolo e Atletica Leggera e judo.**

## OBIETTIVI DELLA PROPOSTA

Gli obiettivi della proposta sono quelli di far conoscere nuove discipline sportive e per chi già esperto approfondire meglio la tecnica e fare una vera seduta di allenamento; ovviamente con l'utilizzo del gioco come mezzo per arrivare all'acquisizione della tecnica corretta.

Obiettivi non meno importanti saranno quelli di saper gestire le relazioni con i compagni, il rispetto delle regole e il saper valorizzare le capacità di ognuno dando a tutti la possibilità di imparare indipendentemente dalle capacità o dal risultato assoluto della prestazione.

Ci sarà inoltre la possibilità di confrontarsi non solo tra di loro ma anche con ragazzi di altre realtà organizzando tornei e amichevoli nelle varie discipline; creando così un ulteriore obiettivo importante il saper gestire il risultato di un confronto positivo o negativo esso sia.

## COME È STRUTTURATA LA PROPOSTA

La proposta è strutturata con un programma settimanale che va da lunedì a venerdì e l'attività sportiva si svolgerà dalle 14.30 alle 17 presso il Centro Sportivo Trilacum.

Il genitore o le società potrà iscrivere i propri ragazzi a settimane, gli istruttori aspetteranno i ragazzi al centro Sportivo per l'orario di inizio attività.

- *Giornata Tipo:*

ORARIO	ATTIVITA'
14.30-17.00	ATTIVITA' SPORTIVA
17.00	RIENTRO

- *Orari attività e proposta iscrizione:*

ORARIO	PROPOSTA	COSTO
14.30-17	pomeriggio	€ 55

- Attività fissa durante tutta la settimana: 2 ore giornaliere di attività sportiva

- **DEBORA LAZZERI** : *Responsabile Gestione Centro Estivo. Insegnante di Educazione Fisica, esperienza nel campo educativo con bambini, anziani e ragazzi diversamente abili, atleta nazionale ad alti livelli di Tennistavolo.*
  
- **ANTONELLA PETRICH**: *Responsabile attività centro estivo con ragazzi diversamente abili, Insegnante di Educazione Fisica, tecnico federale Fipav e giocatrice in serie C di pallavolo.*
  
- **DANIELE MESAROLI** *Responsabile attività sportiva nel centro estivo. Maestro e laureato in Sociologia. Giocatore di serie B di Tennistavolo.*
  
- **ROMANO PIRAS** *Responsabile Federazione Italiana Tennistavolo; allenatore nazionale e dirigente sportivo dell'U S CR VILLAZZNO PROXIMA STAR.*
  
- **DIEGO GENNARI** *Responsabile Federazione Italiana Gioco Calcio; Insegnante di Educazione Fisica, Istruttore settore calcio giovanile*
  
- **PAOLO BORTOLOTTI** *Responsabile Federazione Italiana Ciclismo, Istruttore ciclismo e membro del Comitato Provinciale FIC*
  
- **MARIUCCIA TORBOLI**: *Educatrice Sportiva nazionale ed insegnante di Judo*
  
- **GADDO GEMMA** : *Responsabile settore atletica Trilacum; ; Insegnante di Educazione Fisica, Istruttrice Fidal e Ex- Atleta a livello nazionale.*
  
- **GADDO ROSELLA** : *Responsabile settore atletica Trilacum; ; Insegnante di Educazione Fisica, Istruttrice Fidal e Ex- Atleta a livello nazionale.*

## **CENTRO SPORTIVO TRILACUM - Comune di Trento - Vigolo Baselga**

La struttura si estende su una superficie di 5000 mq e comprende:

- 2 campi da calcio a 11 in erba
- 1 campo da calcetto in erba
- pista di atletica leggera
- pista protetta per il ciclismo
- palestra con attrezzatura per varie discipline sportive
- palestra tennistavolo
- sala audiovisivi 100 posti
- sala ludica
- aula didattica
- mensa – bar – ristorante 60 posti
- percorso naturale vita, - parco giochi;
- ambulatorio
- 8 spogliatoi

