

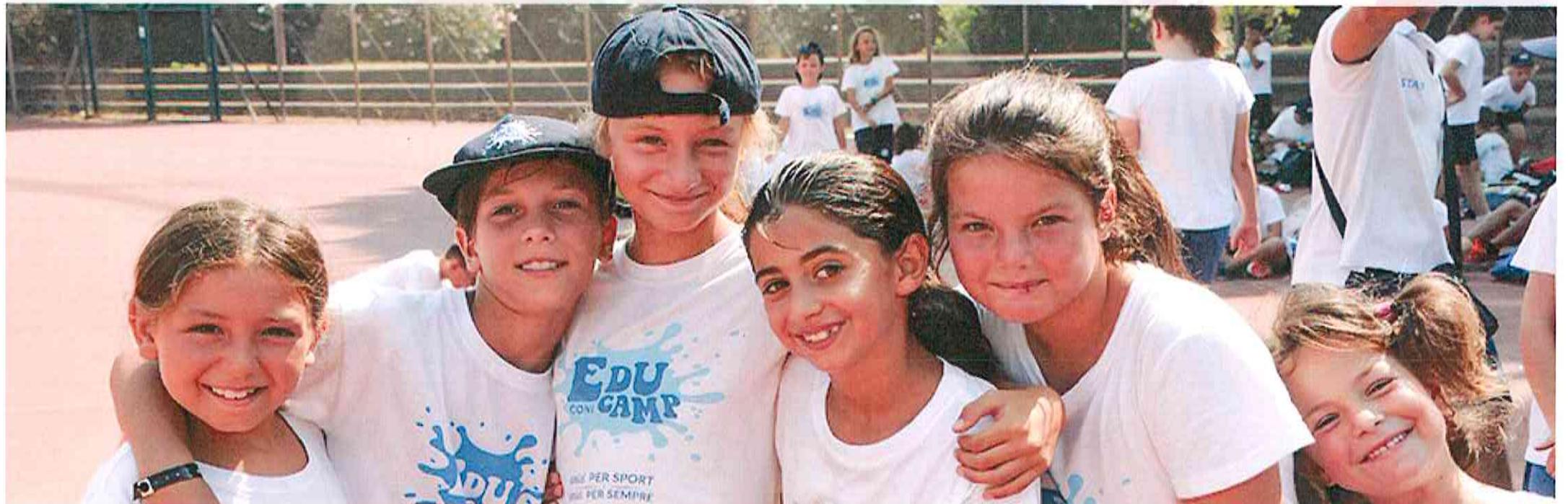


EDUCAMP 2016

amici PER SPORT
amici PER SEMPRE
.....
campus sportivi multidisciplinari



FORMAT
FORMAZIONE TERRITORIALE EDUCAMP 2016



Obiettivi della formazione territoriale



Obiettivi del Corso

- Rendere chiari, sul piano operativo delle attività, i principi organizzativi e metodologici del progetto Educamp.
- Rendere omogenea sul territorio la formazione delle figure tecniche coinvolte negli Educamp.

Obiettivi di apprendimento

- Essere consapevoli di svolgere un ruolo istituzionale.
- Essere consapevoli di svolgere un ruolo educativo.
- Saper progettare ed implementare secondo principi e finalità standard.
- Saper implementare un progetto ed un programma sportivo.

Mission del progetto EDUCAMP



Lo sport, in quest'ottica, viene utilizzato come strumento trasversale attorno al quale gravitano tutte le altre educazioni correlate. Lo sport è l'elemento facilitatore, unico nella sua facoltà di inglobare e coniugare insieme vari apprendimenti. Attraverso il semplice gioco e la pratica sportiva, infatti, i ragazzi si trovano a confrontarsi assimilando contestualmente concetti come la socializzazione, la multiculturalità, l'educazione alimentare, la salute, l'integrazione, ecc.



CONI

Organizzazione di un camp



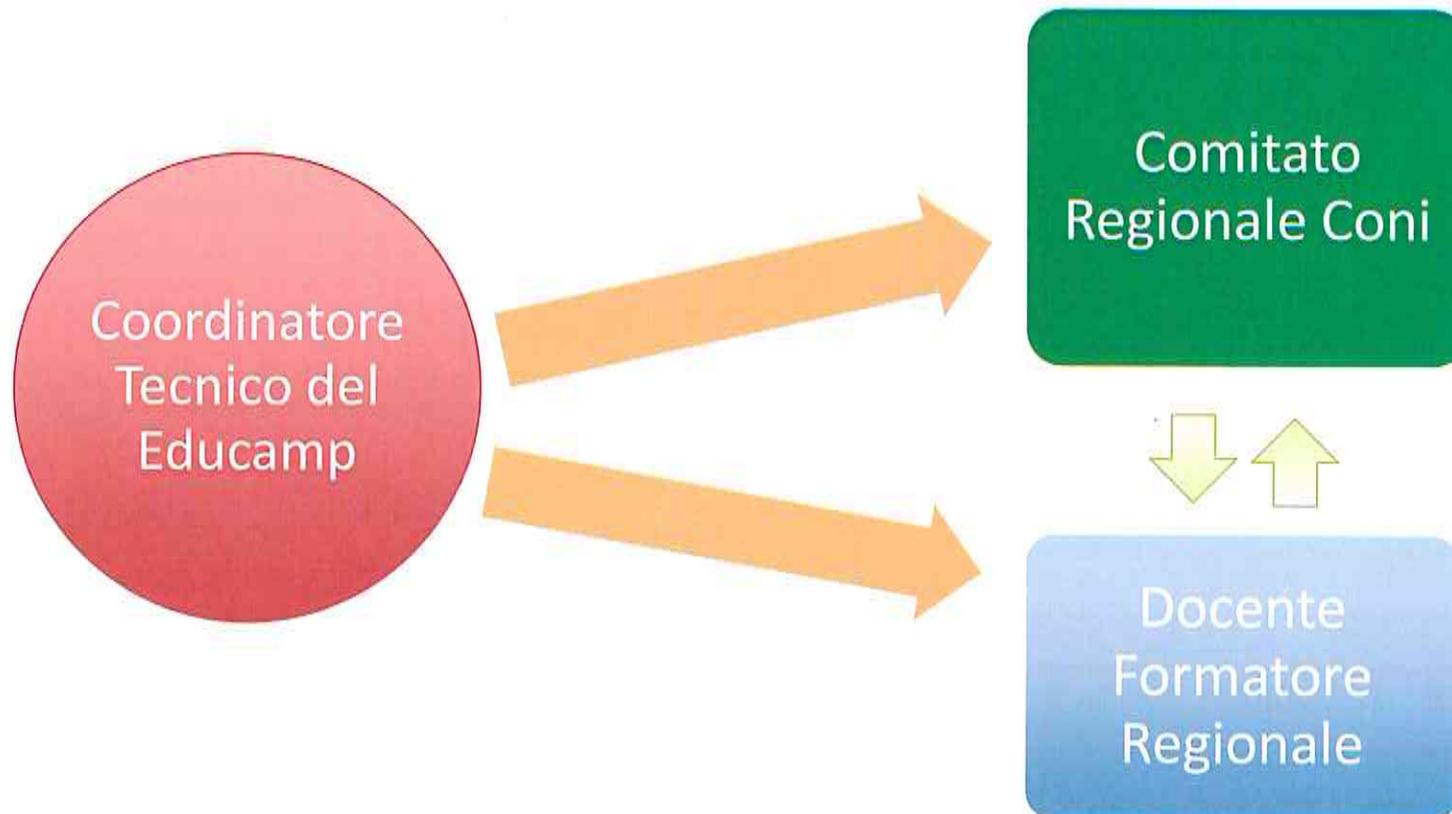
Il Comitato Regionale CONI





CONI

Ruoli e connessioni tra le figure





CONI

Formule organizzative



Il progetto prevede due formule organizzative “all inclusive”, CITY e RESIDENZIALE, per soddisfare le diverse esigenze sul territorio.

- **City camp**
camp multisportivo cittadino organizzato all'interno di strutture polisportive dei centri urbani che si svolge dal lunedì al venerdì dalle 8,30 alle 18,00. Questa formula comprende attività multisportive, servizio di ristorazione certificato, assicurazione e kit di abbigliamento. Suddivisione in gruppi in rapporto 1:15 secondo le fasce d'età dei giovani (1 Educatore Tecnico Sportivo ogni 15 partecipanti)
- **Camp residenziale**
camp multisportivo organizzato all'interno di strutture ricettive (ad es. villaggi vacanze) che si svolge **settimanalmente** dalla domenica al sabato. La formula comprende attività multisportive, momenti di animazione, vitto, alloggio, assicurazione e kit di abbigliamento. Suddivisione in gruppi in rapporto 1:15 secondo le fasce d'età dei giovani (1 Educatore Tecnico Sportivo ogni 15 partecipanti)



CONI

Attività sportive, multidisciplinari e culturali



Il programma è basato sulla **multidisciplinarietà** e sull'**interdisciplinarietà** e varia in base alla sede, prevedendo in tutti i casi momenti dedicati all'attività sportiva intervallati da attività ludiche e ricreative (prevalentemente all'aria aperta), oltre a quelle prettamente culturali e incentrate sulle tradizioni locali. Le attività vengono **differenziate per fasce d'età** adeguate alle tappe di sviluppo psicofisico dei giovani. In ogni sede sono previste un **numero plurimo di discipline** (minimo 6) tra sport di squadra ed individuali.

Le discipline sportive proposte vengono scelte localmente per adattare l'offerta alle realtà presenti sul territorio, tenendo in considerazione le diverse tradizioni sportive radicate, consolidate o da valorizzare. La proposta sportiva è concepita e modulata tenendo conto delle strutture presenti nel territorio



CONI

Attività sportive



Si ribadisce che l'offerta Sportiva è multidisciplinare. In ogni sede sono previste un numero minimo di sei discipline tra sport di squadra ed individuali.

Sul piano organizzativo si prevedono due incontri per ogni disciplina proposta:

- ✓ Il primo di presentazione della disciplina con giochi propedeutici
- ✓ Il secondo con giochi di avviamento modificati ed adattati alle varie fasce di età e livello di abilità

Le lezioni dovranno essere incentrate sul **fare**...poche spiegazioni molta azione con rimodulazione in base al risultato, obiettivo è il coinvolgimento attraverso la riuscita della proposta, principalmente attraverso giochi dove coinvolgono possibilmente tutti contemporaneamente. Sempre utilizzando spazi e materiali adeguati all'età.



CONI

Attività in ambienti diversi (acqua)



Per le attività in piscina (nuoto, pallanuoto ecc..) o al mare (canoa, surf, vela...) vale il principio come per qualsiasi sport con le due lezioni e la stessa modalità di metodo.

Anche se questa attività rappresenta un momento ricreativo, organizzare in modo qualitativo i momenti in acqua, al mare o parchi acquatici, è una possibilità di miglioramento: non perdiamola!



CONI

Attività extrasportive



Ideale inserire queste attività anche nel post pranzo ed in contesti dove il clima potrebbe creare problemi in alcuni momenti della giornata.

E' fondamentale alternare attività sportive vere e proprie con attività più riposanti e meno stressanti dal punto di vista fisico.

ALCUNI ESEMPI

Laboratorio delle favole”, attività naturalistica (orto e frutteto didattico), laboratorio artistico, educazione al gusto, Falegnameria, Laboratorio di Archimede, Laboratorio del riciclo e Scuola di Magia e Illusionismo, Laboratori Teatrali e Musical, Laboratorio di Lettura, Giochi da Tavolo, Caccia al tesoro in bike, giochi di una volta, Brikobike, Ultimate.



CONI

Crono-programma



FORMULA CITY

8.15 - 09.00	ACCOGLIENZA
08.30 - 09.30	COLAZIONE
09.00 - 10.00	ATTIVITA' SPORTIVE
10.00 - 10.45	MERENDA
10.45 - 11.45	ATTIVITA' SPORTIVE
11.45 - 12.15	FINE ATTIVITA'
12.15 - 13.30	PAUSA PRANZO
13.30 - 14.30	RELAX ATTIVITA' RICREATIVE
14.30 - 15.30	ATTIVITA' SPORTIVE
15.30 - 16.00	MERENDA
16.00 - 17.00	ATTIVITA' SPORTIVE
17.00 - 17.30	FINE ATTIVITA'

FORMULA RESIDENZIALE

8.00	SVEGLIA
08.30 - 09.30	COLAZIONE
09.30 - 10.30	ATTIVITA' SPORTIVE
10.30 - 11.00	MERENDA
11.00 - 12.00	ATTIVITA' SPORTIVE
12.30 - 13.30	PAUSA PRANZO
13.30 - 15.30	RELAX ATTIVITA' RICREATIVE
15.30 - 17.30	ATTIVITA' SPORTIVE
17.30 - 20.00	RELAX /DOCCIA
20.00 - 21.00	CENA
21.00 - 22.30	ANIMAZIONE
23.00	BUONANOTTE



Esempi di turnazione



Ipotesi di turnazione: 60 bambini 8 sport coinvolti (4 gruppi da 15 bambini)

LUNEDI MARTEDI	MATTINA	MATTINA	POMERIGGIO	POMERIGGIO
Gruppo 1	Sport 1	Sport 2	Prove CONI	Sport 6
Gruppo 2	Sport 2	Sport 1	Sport 6	Prove CONI
Gruppo 3	Sport 3	Sport 4	Sport 7	Sport 8
Gruppo 4	Sport 4	Sport 3	Sport 8	Sport 7

MERCOLEDI GIOVEDI	MATTINA	MATTINA	POMERIGGIO	POMERIGGIO
Gruppo 1	Sport3	Sport 4	Sport 7	Sport 8
Gruppo 2	Sport 4	Sport 3	Sport 8	Sport 7
Gruppo 3	Sport 1	Sport 2	Prove CONI	Sport 6
Gruppo 4	Sport 2	Sport 1	Sport 6	Prove CONI



CONI

Prove CONI – Test di efficienza motoria



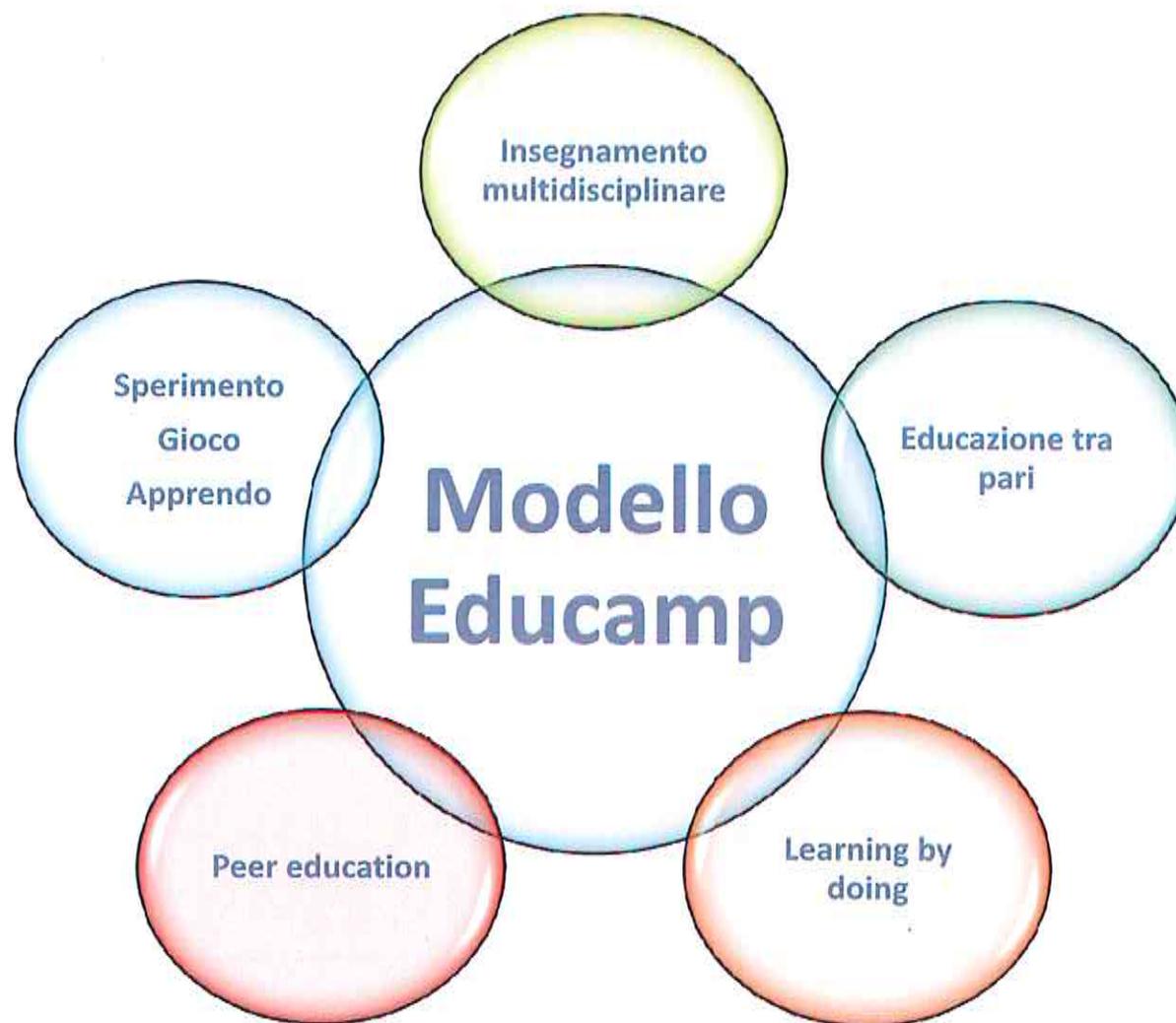
In collaborazione con il Dipartimento di Scienza dello Sport dell'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del Coni (IMSS) è stata elaborata una batteria di test valutativi dell'efficienza motoria al fine di raccogliere i dati sulle capacità motorie dei bambini/ragazzi tra **gli 8 e i 14 anni**.

Ogni camp dovrà prevedere nella programmazione dell'attività settimanale i test valutativi, da effettuare su tutti i partecipanti della fascia di età sopra indicata, e trasferire i relativi dati nella piattaforma informatica predisposta per la raccolta strutturata delle informazioni. Tali informazioni verranno elaborate dall'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del Coni ai fini della ricerca scientifica.



CONI

Prove CONI – Test di efficienza motoria





CONI

Assunti



Tutte le attività formative devono avere come punto di partenza la **PERSONA**, il suo vissuto complessivo, i suoi bisogni formativi che, per essere soddisfatti, esigono il coinvolgimento di tutte le sue capacità personali (emotive, cognitive, motorie, relazionali, creative ...)

“La pratica dello sport è un **DIRITTO** dell’uomo. Ogni individuo deve avere la possibilità di praticare lo sport secondo le proprie esigenze.”

Si può “far praticare” tutto a tutti a qualsiasi età.

Lo strumento privilegiato è il **GIOCO** , poiché nel gioco tutti partecipano, nessuno escluso, è adattabile e coinvolge tutte le aree della personalità



CONI

Learning by doing



La metodologia didattica seguita è quella del “**Learning by doing**” apprendimento attraverso il fare, attraverso l’operare, attraverso le azioni.

Secondo questa metodologia - innovativa e particolarmente efficace - gli obiettivi di apprendimento si configurano sotto forma di “**sapere come fare a**”, piuttosto che di “conoscere che”; infatti in questo modo il soggetto prende coscienza del perché è necessario conoscere qualcosa e come una certa conoscenza può essere utilizzata.

Nell’ambito degli Educamp, i ragazzi, perseguendo un obiettivo concreto (giocare, socializzare con i compagni, imparare i vari sport, partecipare alle attività educative e ricreative, ecc.) applicano e mettono in gioco le proprie conoscenze pregresse creando una situazione ideale per l’integrazione di quelle nuove.

In questo modo, lo studio delle varie discipline è facilitato da un metodo che potremmo sintetizzare in: **SPERIMENTO – GIOCO – APPRENDO**; infatti, nell’arco della giornata sono previste lezioni, momenti ricreativi, di condivisione e riflessione sulle attività svolte.

Strategia educativa



“Peer Education”



Letteralmente: “Educazione fra pari o dei pari” consiste in una strategia educativa volta ad attivare un **processo spontaneo di passaggio di conoscenze, emozioni ed esperienze** da parte di alcuni membri di un gruppo ad altri membri di pari status.



La peer education si presenta, oggi, come uno dei percorsi educativi più promettenti, in particolare per la prevenzione dei comportamenti a rischio fra gli adolescenti.



CONI

Strategia educativa



Strumento per eccellenza al fine di imparare facendo e rendere adattata l'attività.

Il **gioco** è conoscenza del reale e raffinata strategia di esplorazione.

Giocando si mettono alla prova le potenzialità individuali, si sperimentano le numerose abilità e i rapporti relazionali, si sviluppano strategie di approccio e conoscenza del mondo, si operano concretamente percorsi meta cognitivi.



CONI

Funzione del gioco



L'**educatore tecnico sportivo** deve essere in grado di *trasformare* ogni occasione di apprendimento in una situazione ludica, da poter modificare attraverso le diverse variabili situazionali al fine di "condurre" l'allievo al *raggiungimento dell'obiettivo* motorio/sportivo di apprendimento



CONI

Attività



Le attività dovranno essere incentrate sul fare...**poche spiegazioni molta azione** con rimodulazione in base alle **risposte** degli allievi.

Obiettivo essenziale è il **coinvolgimento** attraverso la riuscita della **proposta**.

L'attività è caratterizzata dall'utilizzo di **giochi** ai quali tutti partecipino e che contengano significativi stimoli di **esperienza motoria**.

Gli spazi e materiali saranno adeguati all'età e alle abilità.



CONI

Gioco-imparo



Chi insegna

Modificare il gioco in base:

risposta e a che cosa
vogliamo che faccia

Dal più facile al più difficile

Riuscire

Dal gioco allo sport

Chi impara

Gioca: dove sono, con
chi sono, **cosa** so fare,
che cosa devo fare

come devo farlo per
giocare meglio e
divertirmi

Riesco

Verifica: ha/ho imparato



CONI

Principi metodologici per l'inclusione



Adattare o includere?

Con il termine “inclusione” intendiamo la strutturazione dell'intero percorso progettuale, capace di utilizzare la diversità soggettiva come opportunità di crescita di un gruppo.

Definiamo “adattata” l'azione o l'insieme di azioni progettate per includere uno o più individui all'interno di un contesto, di un gruppo o di un'attività.



CONI

Come adattare ...



In ambito motorio la terminologia adattata implica da parte dell'istruttore coinvolto una strutturazione di comportamenti, azioni, percorsi, ecc..., atti a modificare spazi, strumenti, regole, per permettere a soggetti disabili (o meglio diversamente abili) di inserirsi all'interno di un contesto e parteciparvi attivamente.



CONI

Adattare vuol dire ...



- ... cercare un punto di contatto con l'altro*
- ... mettersi in gioco*
- ... relazione con l'altro*
- ... essere creativi per permettere a tutti di emergere e partecipare*
- ... destrutturare l'attività*
- ... semplificare*
- ... empatizzare*
- ... prendersi cura*
- ... creare percorsi comuni e non separati*
- ... accertare che il soggetto apprenda, che avvenga un cambiamento in termini di comportamento socio/affettivo, cognitivo, motorio/sportivo...*



CONI

Modello progettuale



Il modello progettuale non può mai essere rigido e strutturato, né tantomeno definito e definibile, ma è in continua evoluzione e mutamento, segno tangibile del lavoro e dell'interazione tra operatore, utente e ambiente.

Per adattare occorre aver chiare quali sono le competenze, le capacità e le abilità che il soggetto possiede.

Principi della corretta alimentazione

Attenzione agli apporti di:

Proteine

Carboidrati complessi

vitamine (specialmente C, D, gruppo B)

sali minerali (specialmente . Ca, Fe, Iodio)

Sono favoriti:

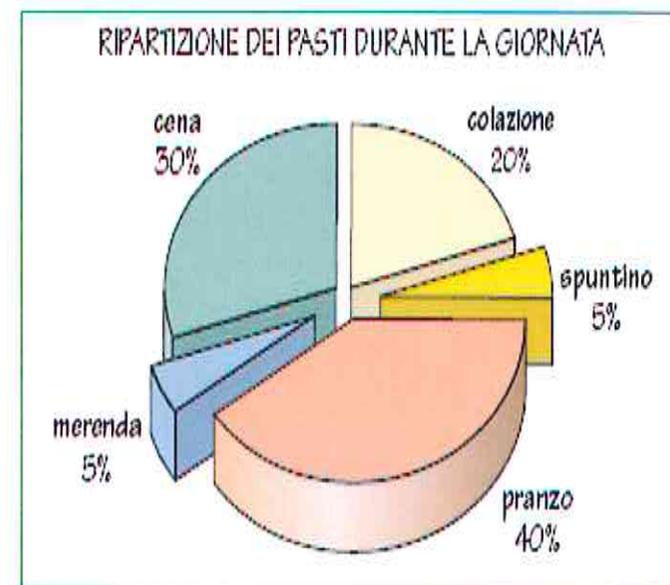
alimenti vegetali (ricchi di antiossidanti)

pesce azzurro (ricco di AG della serie ω -3)

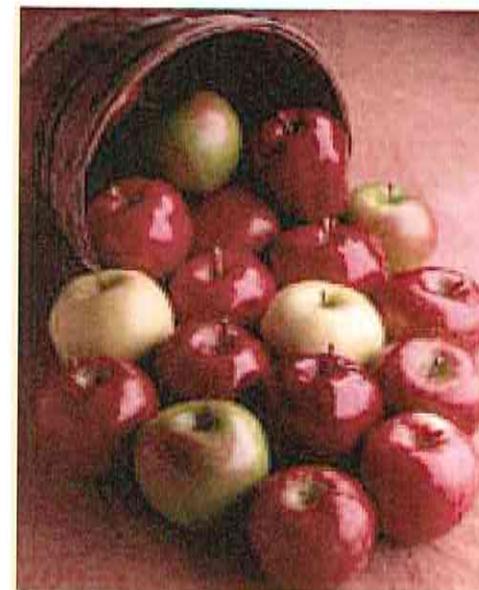
legumi

variazione dei cibi

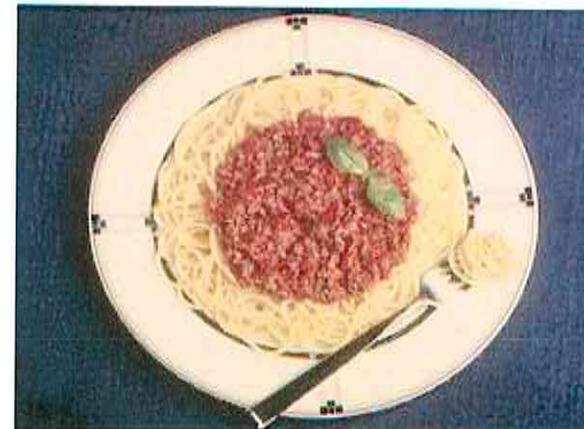
modalità di cottura semplici



Regole da seguire



- Privilegiare gli alimenti ricchi di glucidi complessi
- Consumare almeno 5 porzioni di frutta e verdura al giorno
- Variare il più possibile gli alimenti
- Moderare il consumo di grassi
- Consumare gli spuntini adeguati
- Bere molto (specialmente acqua)
- Fare una prima colazione abbondante



Variando le scelte a tavola

Ogni giorno porzioni adeguate di alimenti dai seguenti gruppi:



1. **Cereali, tuberi** (Pane, Pasta, Riso, Prodotti da forno, Patate)
2. **Ortaggi e Frutta**
3. **Latte e derivati** (yogurt, gelati, ecc.)
4. **Carni magre, Pesci, Uova, Legumi**
5. **Grassi da condimento** (soprattutto olio d'oliva)





CONI

Perché il corso di pronto soccorso sportivo-defibrillato

organizzato dal CONI in collaborazione con la FMSI



La disponibilità di un defibrillatore non è sufficiente a garantire una adeguata gestione delle emergenze in ambito sportivo.

È necessario **un piano sanitario di sicurezza** con:

- **personale adeguatamente formato**
- **conoscenza del tipo di rischio legato all'evento**
- **educazione continua**



CONI

Obiettivi della formazione dei soccorritori PSS-D



- ✓ Conoscere i rischi specifici dell'ambiente sportivo frequentato e dell'attività nonché degli attrezzi utilizzati
- ✓ Conoscere le patologie sport specifiche
- ✓ Saper valutare la scena (sicurezza, dinamica dell'evento, numero infortunati)
- ✓ Saper riconoscere una urgenza/emergenza sanitaria
- ✓ **SAPER COSA NON FARE MAI**
- ✓ Saper attuare le procedure di base del **Primo Soccorso Sportivo** (ARRESTO CARDIO-RESPIRATORIO, TRAUMA VERTEBRALE, CRANICO, TORACO-ADDOMINALE, FERITE, FRATTURE)