



Comune di Padova
Settore Servizi Sportivi
Stadio Euganeo – Ingresso Tribuna Ovest – Via N. Rocco, 60 – 35135 Padova
Codice Fiscale 00644060287

**Centro Comunale di Promozione Motoria: Ampliamento della possibilità di pratica sportivo -
motoria per i bambini, gli adulti e le persone disabili con la collaborazione del mondo
sportivo associativo e scolastico:**

**Periodo stagioni sportive 2023/2024, 2024/2025
Relazione Tecnica e quadro economico**

Il Responsabile A.P.
U.O.C. Promozione di attività motoria e sportiva
Istruttore Direttivo Tecnico Dott. Enzo Agostini
(firmato digitalmente)

La Capo Settore
Servizi Sportivi
Dott.ssa Miledi Dalla Pozza
(firmato digitalmente)

ATTIVITA' DA SVOLGERE: iniziative del Centro Promozione Motoria del Settore Servizi Sportivi

FINALITA' DELLE INIZIATIVE: incrementare la pratica sportiva/motoria dei giovanissimi, adulti, persone disabili in ambito educativo con la collaborazione del mondo sportivo e scolastico.

PERIODO: stagioni sportive 2023/24 – 2024/25.

Nome iniziativa

A) PrimoSportPadova nelle scuole dell'infanzia comunali.

Descrizione sintetica e finalità

Percorso formativo per il potenziamento dell'attività di educazione motoria scolastica (per i bambini dei plessi delle Scuole dell'Infanzia gestite dal Comune di Padova) affiancando in orario scolastico, per tutto l'anno, un insegnante diplomato in Educazione Fisica o laureato in Scienze Motorie ai docenti curricolari.

Obiettivi

Svolgere un percorso formativo adeguato alla particolare fascia di età, creando la base per la pratica motoria successiva sia in ambito scolastico sia extrascolastico.

Migliorare lo stato di salute stimolando tramite adeguate attività: i pre-requisiti coordinativi e condizionali, il potenziamento degli schemi motori di base e la conoscenza-coscienza del proprio corpo (schema corporeo); accrescere lo sviluppo della componente affettivo-sociale tramite il gioco di relazione e di regole.

Metodo

Lezione della durata di un'ora, una volta la settimana, nel periodo di attività scolastica definendo la didattica in collaborazione con il docente titolare, in relazione agli spazi ed ai mezzi a disposizione.

Costi previsti

Scuole comunali dell'infanzia coinvolte 12, alunni circa 560.

Insegnanti coinvolti fino a 12.

Ore totali n. 925 a stagione, 25 per anno per gruppo classe.

Costo orario insegnante fino a Euro 25,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 23.125,00 + I.V.A

Nome iniziativa

B) Centro Comunale di Formazione Fisica (C.C.F.F.)

Descrizione sintetica

Percorso formativo per l'avviamento alla pratica motorio/sportiva (per bambini dai quattro ai nove anni) da svolgere nelle palestre comunali e scolastiche in orario pomeridiano, due volte la settimana, da settembre a maggio; le attività saranno seguite da insegnanti diplomati in Educazione Fisica o laureati in Scienze Motorie.

Finalità

Migliorare i pre-requisiti motori e far conoscere i principali "sport di base" per dare poi la possibilità di scegliere successivamente con maggiori potenzialità e consapevolezza la pratica sportiva preferita.

Obiettivi

Nei gruppi costituiti da bambini tra i quattro ed i sei anni, si punterà a migliorare le capacità di socializzazione, motivazione al movimento e apprendimento, si cercherà il potenziamento delle capacità senso-percettive e degli schemi motori di base; nei gruppi costituiti dai bambini tra i sette ed i nove anni si stimolerà l'apprendimento di nuove abilità motorie puntando all'acquisizione degli schemi fondamentali dei principali sport, in modo da stimolare le capacità coordinative e condizionali.

Metodo

Lezioni della durata di un'ora, due volte la settimana, nel periodo tra settembre e maggio, definendo la didattica in relazione agli spazi ed ai mezzi a disposizione. Corsi attivi con un minimo di 8 iscritti e un massimo di 20 per ogni istruttore per il 1° ciclo e minimo 8 e massimo 25 iscritti per istruttore per il 2° ciclo.

Costi previsti

Corsi da attivare 16 della durata di 50/55 lezioni per anno scolastico.

Ore totali n. 880 a stagione.

Insegnanti coinvolti fino a 8

Costo orario insegnante fino a Euro 25,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 22.000,00 + I.V.A

Nome iniziativa

C) Utilizza il tuo impianto sportivo (U.T.I.S.)

Descrizione sintetica e finalità

Percorso di attività motoria a corpo libero o con piccoli attrezzi per il mantenimento delle capacità fisiche, utilizzando le palestre pubbliche vicine alla propria residenza, limitando così gli spostamenti ed i costi; tutela della salute, intesa come ricerca di equilibrio psicofisico e migliore conoscenza di norme comportamentali per mantenere uno stato di efficienza fisica; momento di incontro con gli altri: il valore dell'iniziativa si accentua per la possibilità di legare la frequenza alla socializzazione tra persone che abitano nella stessa zona. Le lezioni saranno seguite da insegnanti diplomati in Educazione Fisica o laureati in Scienze Motorie.

Obiettivi

Recupero mobilità articolare generale con particolare riguardo alla muscolatura dorsale, tramite stretching ed esercizi per la decontrazione;

Potenziamento muscolatura addominale fascia alta e fascia bassa, tramite esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi;

Potenziamento muscolatura arti inferiori, tramite esercitazioni a carico naturale;

Potenziamento muscolatura cingolo scapolo-omerale, tramite esercizi a coppie e con piccoli attrezzi;

Miglioramento capacità di "sentire" il proprio corpo tramite esercizi propriocettivi, posturali e ginnastica respiratoria;

Miglioramento della resistenza aerobica tramite circuiti;

Miglioramento della coordinazione generale tramite percorsi.

Metodo

I corsi si svolgono con due lezioni settimanali della durata di un'ora, da ottobre a maggio. Ogni lezione sarà divisa in tre momenti: attivazione, momento centrale dedicato a un obiettivo motorio specifico e rilassamento. Corsi attivi con almeno 12 e massimo 30 iscritti per ogni insegnante.

Costi previsti

Corsi da attivare 10 della durata di 50/55 lezioni per stagione sportiva.

Ore totali n.550 a stagione.

Insegnanti coinvolti fino a 5.

Costo orario insegnante fino a Euro 25,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 13.750,00 + I.V.A.

Nome iniziativa

D) Sport Anch'io

Descrizione sintetica

L'attività consiste in una serie di iniziative rivolte a persone (tra le 40 e 80) con disabilità psico-

relazionali medie, cui sarà data la possibilità di svolgere: educazione fisica/motoria in palestra, pratiche pre-sportive e sport all'aperto, gemellaggi sportivi con associazioni cittadine.

Le persone coinvolte sono adulti frequentanti i Centri Diurni cittadini (ex Ceod), le Cooperative di lavoro integrato e i gruppi di volontariato (età degli utenti dai 20 ai 60 anni circa). Le lezioni saranno seguite da insegnanti diplomati in Educazione Fisica o laureati in Scienze Motorie, con particolare esperienza o qualifica per l'attività di "Educazione Motoria Integrata" coadiuvati dagli operatori e dai volontari delle varie associazioni.

Finalità

Contribuire a preservare le capacità motorie fondamentali per la vita di relazione, impiegare in modo proficuo il tempo libero socializzato.

Obiettivi

Mantenere le capacità condizionali generali (forza muscolare, resistenza generale allo sforzo, mobilità articolare). Migliorare la capacità di "sentire" il proprio corpo. Fornire esempi di attività agli operatori di base per svolgere in modo continuo durante tutto l'anno attività di movimento in altri contesti e tempi.

Metodo

Si svolgeranno dieci lezioni in palestra della durata di tre ore il sabato mattina (giornata di chiusura dei Centri Diurni e delle altre varie iniziative), da novembre ad aprile; alternate alle attività in palestra si svolgeranno altre sei uscite: tre fine settimana anche con pernottamento esterno in località che permettano la pratica di altre attività sportive, tre momenti di condivisione dell'esperienza il sabato mattina o pomeriggio in collaborazione con associazioni cittadine. Gli insegnanti nelle lezioni dovranno attivare anche attività legate all'"animazione" usando la musica, mettendo anche a disposizione idonea attrezzatura audio.

Costi Previsti per lezioni in palestra

Insegnanti coinvolti fino a 5.

Ore totali n. 210 a stagione sportiva.

Costo orario insegnante fino a Euro 26,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 5.460,00 + I.V.A

Nome iniziativa

E) Sport nei Centri Diurni

Descrizione sintetica

Lezioni di educazione motoria svolte per piccoli gruppi e rivolte a persone con disabilità psico relazionali fisiche medie e medio-gravi, frequentanti i Centri Diurni cittadini che non possano frequentare l'iniziativa Sport Anch'io per la necessità di programmi maggiormente specializzati e con un rapporto insegnanti-utenti più ristretto.

L'utenza di queste strutture per disabili è soggetta a progressiva difficoltà di movimento derivante dall'avanzamento dell'età e dalla sedentarietà. L'educazione motoria potrà dare a queste persone stimoli motori e cognitivi, utilizzando le possibilità offerte dalle esercitazioni e dall'interazione con persone specializzate.

Le lezioni saranno seguite da insegnanti diplomati in Educazione Fisica o laureati in Scienze Motorie, con particolare esperienza o qualifica per l'attività di "Educazione Motoria Integrata" coadiuvati dagli operatori dei vari Centri Diurni.

Finalità

Contribuire a preservare le capacità motorie fondamentali per la vita di relazione.

Obiettivi

Prendere maggiore coscienza della propria motricità; stimolare i processi di mantenimento delle capacità condizionali generali (forza muscolare, resistenza e mobilità articolare generale). Fornire esempi di attività agli operatori di base per svolgere in modo continuo durante tutto l'anno attività di

movimento.

Metodo

L'attività sarà programmata da una équipe integrata comprendente gli insegnanti qualificati incaricati ed il personale specializzato delle varie strutture per valutare le situazioni individuali dei frequentanti, fissare gli obiettivi operativi e il percorso per raggiungerli.

Lo svolgimento sarà attuato presso le strutture dell'Anffas, Irpea, Aulss6 e altre che dovessero aggiungersi, compatibilmente con il budget orario previsto, una volta la settimana nel periodo da ottobre a maggio.

Costi previsti

Insegnanti coinvolti fino a 5.

Ore totali n. 500 a stagione sportiva.

Costo orario insegnante fino a Euro 26,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 13.000,00 + I.V.A.

Nome iniziativa

F) Sport per tutti secondo ciascuno

Descrizione sintetica e finalità

Interventi (da due a quattro secondo disponibilità) in ciascuna delle scuole secondarie di primo e secondo grado cittadine aderenti, l'attività si svolgerà durante le ore di Educazione Fisica, coinvolgendo contemporaneamente da una a tre classi, per presentare le attività sportive praticabili da persone con disabilità fisiche, sensoriali e psico relazionali.

Gli studenti saranno inizialmente coinvolti in una lezione teorica in classe, durante la quale riceveranno informazioni relativamente alle varie tipologie di disabilità; saranno proiettati video relativi alle imprese sportive dei campioni degli sport paralimpici, acquisendo quindi conoscenza delle potenzialità espresse da persone disabili negli sport, successivamente durante l'attività in palestra, sperimenteranno direttamente per pochi minuti, la disabilità fisica e quella sensoriale praticando il basket in carrozzina, ed il Torball (attività per i disabili della vista) ed altre esercitazioni specifiche.

Scopriranno inoltre le eventuali barriere architettoniche presenti nella loro scuola ed impareranno ad accompagnare persone disabili.

L'esperienza si concluderà con un quarto incontro in cui i ragazzi svolgeranno una lezione di educazione fisica di due ore insieme con alcune persone disabili psico-relazionali.

Obiettivi

Far riflettere i ragazzi sul fatto che varie cause tra cui l'invecchiamento sono causa di disabilità.

Far acquisire consapevolezza sulle potenzialità ma anche sui limiti delle persone disabili.

Migliorare le capacità di intervenire attivamente in caso di necessità di aiuto a persone disabili.

Acquisire consapevolezza relativamente alle problematiche create dalle barriere architettoniche.

Metodo

Presentazione alle scuole padovane dell'iniziativa tramite invio del progetto, coinvolgimento di circa 15 istituti l'anno, in modo di intervenire possibilmente in tutte le scuole padovane in un biennio.

Le attività saranno seguite da insegnanti diplomati in Educazione Fisica o laureati in Scienze Motorie con la collaborazione dei docenti curricolari, di testimonial sportivi ed esperti nelle problematiche della disabilità.

Costi previsti

Scuole coinvolte fino a 15 per anno.

Insegnanti coinvolti fino a 4.

Ore totali n. 300 a stagione/anno scolastico.

Costo orario insegnante fino a Euro 24,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 7.200,00 + I.V.A.

Nome iniziativa

G) Il campione della porta accanto

Descrizione sintetica e finalità

Il Progetto prevede durante l'attività di educazione fisica un incontro di circa due ore con giovani campioni sportivi della nostra città.

Attraverso la loro testimonianza e le loro "storie di vita" verranno stimolati gli studenti alla pratica sportiva continuativa, considerata un mezzo di trasmissione di valori universali e una scuola di vita.

I campioni della nostra città coinvolti saranno scelti tra quelli anagraficamente più vicini ai ragazzi per dar loro modo di portare esperienze assimilabili a quelle di tutti gli studenti delle nostre scuole.

L'incontro sarà arricchito di una parte 'informativa' sui rischi dello "sport fai da te" e sulla percezione del proprio corpo nel periodo adolescenziale.

La finalità dell'incontro è anche quella di stimolare i ragazzi nella continuità della pratica sportiva pur gestendo i propri impegni scolastici, sull'esempio dei campioni presentati.

Obiettivi

Far confrontare gli studenti direttamente con persone che hanno fatto recentemente la stessa esperienza contemporanea di studio e attività sportiva; far riflettere sulle proprie modalità di approccio all'attività fisica, intesa come mantenimento dello stato di salute e necessaria pratica motoria in tutte le fasi della propria vita.

Metodo

Presentazione alle scuole padovane dell'iniziativa tramite invio del progetto, coinvolgendo almeno quattro istituti l'anno.

Le attività saranno seguite da insegnanti diplomati in Educazione Fisica o laureati in Scienze Motorie con la collaborazione dei docenti curricolari, di testimonials sportivi coinvolti dal soggetto gestore del servizio.

Costi Previsti

Scuole coinvolte fino a 7 per anno.

Insegnanti coinvolti fino a 2, più un numero variabile di testimonials coinvolti dal soggetto gestore del servizio.

Ore totali n. 40 a stagione/anno scolastico.

Costo orario insegnante fino a Euro 24,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 960,00 + I.V.A

Nome iniziativa

H) Attività di supporto alle iniziative precedenti svolte in occasione di particolari manifestazioni (Exposcuola, Civitas, StraPadovaviva, CxP, Padova Marathon, ecc. e uscite per attività per disabili di Sport anch'io). Per questa attività dovranno essere previste n. 6 mezze giornate più n. 6 giornate intere da parte di 5 istruttori per stagione sportiva.

Costi Previsti per giornate intere

Insegnanti coinvolti fino a 5.

Numero giornate intere/stagione sportiva fino a 6.

Costo per una giornata intera di un operatore Euro 100,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 3.000,00 + I.V.A

Costi previsti per mezze giornate

Insegnanti coinvolti fino a 5.

Numero mezze giornate previste fino a 6.

Costo per mezza giornata di un operatore Euro 50,00 + I.V.A.

Totale presunto Euro 1.500,00 + I.V.A

Nome iniziativa

I) Attività di segreteria per tutte le iniziative (a titolo di esempio: iscrizioni e pagamenti dei corsi CCFF, UTIS), **coordinamento, rapporti** con il settore Servizi Sportivi e i soggetti capofila degli impianti scolastici dove si svolgono le attività CCFF e UTIS.

Costi Previsti

Totale forfettario presunto a stagione sportiva Euro 12.000,00 + I.V.A.

I prezzi indicati per le varie attività sono in armonia ad altra iniziativa del Comune di Padova, gestita dal Settore Servizi Sociali che già utilizza le stesse professionalità, con finalità salutistiche, tecnico-motorie.