

## PROGETTO MOTORIO “MOVIMENTO 360°”

L'ASD Cortona Camucia oltre a svolgere la propria attività sportiva con i ragazzi del settore giovanile vuole promuovere un nuovo progetto motorio coinvolgendo i ragazzi diversamente abili.

Questo progetto denominato “MOVIMENTO 360°” vuole richiamare l'attenzione sul ruolo che le società sportive svolgono nel proprio territorio non solo con attività specifiche ma soprattutto con iniziative motorie che coinvolgano settori importanti della società civile.

MOVIMENTO 360° rappresenta un nuovo modo di intendere lo sport dilettantistico rivolto finalmente al sociale con iniziative specifiche e l'utilizzo non solo di strutture sportive ma di risorse umane in collaborazione con le varie associazioni e le istituzioni locali.

Lo sport diventa quindi un'occasione per coinvolgere verso un unico obiettivo tutte le risorse presenti nel territorio che possono dare risposta e soddisfacimento alle tante esigenze soprattutto del mondo dei diversamente abili troppo spesso dimenticato.

### **Obiettivo del progetto:**

- sviluppo dell'attività motoria della persona diversamente abile
- attività sia singola che di gruppo
- integrazione con il gioco del calcio
- integrazione con le squadre dell'ASD CortonaCamucia

### **Luogo e Orario:**

- Stadio Sante Tiezzi
- Palestra di Cortona
- Incontri settimanali

### **Aspetti tecnici del Progetto:**

il movimento rappresenta un mezzo di comunicazione per le persone e lo sviluppo delle capacità motorie permettono una migliore qualità della vita . Solo attraverso la conoscenza di se stessi si possono migliorare i rapporti tra le persone e l'ambiente.

Il progetto viene sviluppato in due parti: Una prima parte fondamentale per percepire conoscere e sviluppare le proprie capacità motorie la seconda di integrazione attraverso un movimento collettivo

Nella prima parte gli atleti sono solo con l'allenatore che sviluppa la conoscenza e lo sviluppo delle qualità motorie attraverso esercitazioni sia singole che di gruppo.

La cura dell'appoggio a terra la ricerca della coordinazione e destrezza l'allenamento della forza e la trasformazione di tutto questo "movimento" in velocità sono gli elementi fondamentali della proposta motoria che viene "stimolata" agli atleti e con cura trasformata in movimento.

Nella seconda fase gli atleti svolgono la loro seduta di allenamento con una squadra dell'ASD CortonaCamucia. L'aspetto psicologico e integrativo prevalgono sull'attività motoria al fine di sviluppare capacità e relazione sia per il movimento che per la socializzazione.

### **Considerazioni Finali:**

Questo progetto rappresenta il primo passo verso una cultura nuova del movimento inteso come strumento sia di crescita che di socializzazione.

La capacità di creare spazi idonei per la conoscenza di se stessi e la necessità di relazionarsi con gli altri sono le vere finalità della attività sportiva di una società dilettantistica nel proprio territorio soprattutto se rivolta verso i diversamente abili "compagni" di un nuovo viaggio che con questo progetto è solo all'inizio del suo percorso.

Una nota particolare deve essere riservata all'Ente pubblico .. il Comune con il quale sia la società sportiva che l'Associazione devono avere una collaborazione attiva per razionalizzare e utilizzare al meglio le strutture pubbliche e soprattutto gli impianti sportivi presenti nel territorio.

Responsabile del Progetto: Prof Polvani Vittorio