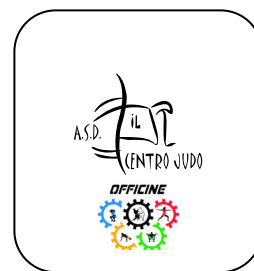




CITTA' DI
COLLEGNO



TITOLO: EDUCARE CON IL CORPO: JUDO E LOTTA PER CRESCERE

SOGGETTO ATTUATORE: ASD IL CENTRO JUDO

AREA TEMATICA

- ☐ LINGUAGGI ESPRESSIVI (arte, letteratura, musica teatro e danza)
- ☐ SCIENZA, TECNOLOGIA DIGITALE E MATEMATICA
- ☐ BENESSERE, SALUTE ED EDUCAZIONE ALIMENTARE
- ☐ COSTITUZIONE, DIRITTI E CITTADINANZA CONSAPEVOLE
- ☒ **SPORT**
- ☐ SCOPERTA DELLA CITTA', DEL SUO TERRITORIO E DEL SUO PATRIMONIO
- ☐ EDUCAZIONE AMBIENTALE

DESTINATARI

- ☐ ASILI NIDO
- ☐ SCUOLE DELL'INFANZIA
- ☒ **1° CICLO SCUOLE PRIMARIE (CLASSI 1° E 2°)**
- ☒ **2° CICLO SCUOLE PRIMARIE (CLASSI 3°, 4° E 5°)**
- ☒ **SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO**
- ☐ SCUOLE SECONDARIE DI 2° GRADO (Liceo Curie)

SEDE DI SVOLGIMENTO presso le palestre delle scuole aderenti o presso la nostra sede di via Vittorio Sassi 24 Collegno

PERIODO DI SVOLGIMENTO novembre - dicembre 2025 ☒
gennaio - giugno 2026 ☐

DURATA E ORARI

numero complessivo di incontri per classe: 4 per le scuole secondarie – 7 per scuole primarie
durata singolo incontro (espresso in ore): 2 ore per scuole secondarie- 1 per scuole primarie
totale complessivo ore: 8 per le secondarie – 7 per le Primarie

OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI:

- Sviluppare la consapevolezza corporea e la coordinazione motoria
- Promuovere il rispetto delle regole e dell'altro come base per una convivenza civile
- Favorire l'autocontrollo, la gestione del contatto e della competizione in modo costruttivo
- Incoraggiare l'attività fisica regolare e lo sviluppo armonico del corpo
- Integrare competenze motorie con aspetti relazionali, emotivi e cognitivi
- Valorizzare l'inclusione, la cooperazione e l'ascolto reciproco

AZIONI E MODALITA' DI SVOLGIMENTO

1° INCONTRO

Introduzione alle attività, conoscenza del gruppo, prime esperienze ludico-motorie orientate al contatto controllato e al rispetto dell'altro.

2° INCONTRO

Scoperta dello spazio motorio e del proprio corpo attraverso esercizi di equilibrio, caduta controllata e reazione.

3° INCONTRO

Tecniche di base di judo/lotta in forma ludica: gestione del contatto e delle forze in modo sicuro e rispettoso.

4° INCONTRO

Collaborazione e confronto: attività a coppie e in gruppo per sviluppare la fiducia reciproca e il fair play.

5° INCONTRO

Percorsi motori e giochi a tema: sviluppo della coordinazione, reattività e prontezza.

6° INCONTRO

Approfondimento delle tecniche con attenzione all'autonomia motoria e alla responsabilità verso il compagno.

7° INCONTRO

Attività di sintesi, giochi a squadre, verifica informale delle competenze motorie e relazionali acquisite.

CONOSCENZA DEL TERRITORIO

L'ASD IL CENTRO JUDO opera sul territorio di Collegno dal 1992, e dal 2003 collabora con le scuole del Territorio proponendo percorsi ludico motori basati sul judo e sul contatto. Nel 2012 ha proposto LEGAMI IN GIOCO, iniziativa volta all'integrazione e alla lotta al disagio giovanile. Dal 2013 al 2017 ha gestito il CENTROANCH'IO spazio dedicato allo sport all'inclusione situato a Basse Dora. Nel 2023 ha vinto il bando PLAY DISTRICT di SPORT E SALUTE con il progetto FERMI TUTI, grazie alla collaborazione con molteplici agenzie formative della Città di COLLEGNO. In virtù della continua collaborazione con l'amministrazione, la nostra associazione ha una profonda conoscenza del tessuto sociale con il quale vuole continuare a lavorare ed essere punto di riferimento e di appoggio per le famiglie e la scuola.

ORIGINALITA', ELEMENTI INNOVATIVI E SENSIBILITA' A TEMATICHE SOCIALI

Il Progetto Scuola proposto dalla nostra associazione è ormai consolidato, il motivo è legato alla professionalità dei Tecnici che vengono incaricati di svolgere le lezioni e al continuo dialogo con le insegnanti.

PERCENTUALE DI REALIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA

Purtroppo le attività da noi proposte non hanno modo di essere svolte all'aperto.

ACCESSIBILITA'

Le attività sono adatte a persone con disabilità motoria/sensoriale/cognitiva.

Le attività proposte sono in grado adattarsi sia alle disabilità cognitive che motorie. Fondamentale è la partecipazione dell'insegnante di sostegno.

REFERENTE DEL PROGETTO:

INNELLA ROCCO MAURIZIO

3479119064

E-MAIL: ASDILCENTROJUDO@GMAIL.COM