



Ministero dell'Istruzione
LICEO STATALE CARLO TENCA
Bastioni di Porta Volta, 16-20121 Milano
Tel. 02.6551606
C. F. 80126370156 Cod. Mecc. MIPM11000D Codice univoco UFW0WC
www.liceotenca.edu.it e-mail: mipm11000d@istruzione.it pec: mipm11000d@pec.istruzione.it

Milano, 21 settembre 2021

Agli Studenti
Ai Genitori
Ai Docenti
Al personale ATA

OGGETTO: "Settimana Europea dello Sport - EWOS" 23-30 settembre 2021

Lanciata nel 2015 dall'Unione Europea, ogni anno dal 23 al 30 settembre, la **Settimana europea dello sport** (in inglese **EWOS**, acronimo di **European Week Of Sport**) promuove l'attività sportiva e gli stili di vita sani e attivi al fine di incrementare il benessere fisico e mentale dei cittadini europei. Uno degli scopi principali è *sensibilizzare* sull'importanza dell'attività fisica, della ripresa e della ripartenza dell'attività sportiva indoor e outdoor per il benessere psicofisico e relazionale della popolazione, compresa quella della comunità scolastica.

In tutta Europa la **Settimana europea dello sport** è incentrata sul potere che lo sport ha di creare benessere, di costruire comunità resilienti e di unire le persone. È rivolta a tutti, indipendentemente dall'età, dall'estrazione sociale, dalla provenienza, dalla forma fisica, etc. Il Dipartimento di Scienze Motorie del Liceo Tenca propone agli studenti una serie di iniziative nei seguenti giorni: **23, 24, 27, 28, 29, 30 settembre**.

Il 5 ottobre sarà organizzato un laboratorio dedicato ai docenti e al personale scolastico. Ogni giorno le classi che avranno in orario scolastico le lezioni di scienze motorie parteciperanno a laboratori, attività, lezioni in classe o in palestra, a seconda degli spazi disponibili e dei temi scelti dai docenti aderenti.

L'iniziativa sarà utilizzata anche come **"anteprima" del programma annuale scolastico di Educazione Civica** visto le tematiche trattate e la possibilità di partecipare da parte di tutti i docenti interessati, di qualsiasi materia, che durante la giornata avranno lezioni con le classi. Le attività saranno realizzate nelle ore dei docenti delle singole materie che vorranno aderire al progetto.

Seguono le linee tematiche per ogni giornata e alcuni possibili argomenti e collegamenti interdisciplinari da sviluppare secondo le proprie materie, programmi, metodologie didattiche:

Giovedì 23 settembre: "Sport e Diritti"

Il diritto allo sport in Italia e nella Comunità Europea; il diritto allo sport nella Convenzione sui diritti per l'infanzia e dell'adolescenza; la tutela del diritto allo sport da parte del garante dei diritti per l'infanzia e dell'adolescenza; sport e società: esempi nella storia; sport e politica: esempi di relazione tra lo sport e gli aspetti socio-politici di diverse aree geografiche europee e nel resto del mondo; sport e cittadinanza: esempi di comunità che si sono attivate attraverso la pratica sportiva; il diritto allo sport a scuola (in orario curricolare, extra-curricolare); sport e strutture scolastiche: presenza e qualità di spazi e attrezzature adeguate per lo svolgimento; etc

Venerdì 24 settembre: "Sport e inclusione"

Sport paralimpici; sport inclusivi; sport ed attività motorie adattate; lo sport a scuola come strumento di partecipazione collettiva; l'inclusione come valore etico e sociale; abilità psicomotorie differenti valorizzate come risorse; adattamento delle attività motorio-sportive alle potenzialità; integrazione delle attività e programmazione con BES, PDP, PEI; presenza e qualità di spazi e attrezzature adeguate per l'inclusione; esperienze di sicurezza personale, soddisfazione e successo per tutti gli studenti; etc

Lunedì 27 settembre: "Sport e curriculum delle competenze"

Le competenze che si apprendono nel contesto sportivo; lo sport e le competenze chiave di cittadinanza; sport e competenze trasversali; sport e resilienza; utilità della pratica sportiva nell'allenamento delle soft skills più richieste dal mondo del lavoro; l'ambito sportivo come veicolo di prova per ruoli, regole e competenze; sport e volontariato; sport e PTCO; etc.

Martedì 28 settembre: "Sport e salute"

Rapporto tra pratica sportiva e prevenzione alla salute; relazione tra pratica sportiva e rendimento scolastico; scuola che promuove la salute; interazioni mente-corpo; sport e life skills; sport ed emozioni; le attività motorie e sportive come espressione della globalità della persona nelle sue componenti: corporeità, cognitività, emozionalità, relazionalità; sport e neuroscienze; sport e alimentazione; sport e stili di vita; sport e primo soccorso; etc.

- Al mattino, nelle classi con gli studenti, laboratori di "prevenzione alla salute in ambiente scolastico: back school per la la postura nella posizione seduta al banco; prova esperienziale con le fit-ball in aula; esempi di "pause attive" in aula; esperienze di rilassamento ed attivazioni psicomotorie in aula".

Mercoledì 29 settembre: "Sport ed educazione ambientale"

Benefici della pratica sportiva in ambiente naturale; relazione mente-corpo-ambiente; l'impatto dello sport sull'ambiente; etc

- Al mattino, con le classi: "Plogging, sport ed educazione civica", uscite didattiche al Parco Sempione con le classi per un'attività di cura dell'ambiente attraverso la pratica sportiva, il termine "Plogging" deriva dall'unione tra "running" e "plocka upp" (raccolgere in svedese).

Giovedì 30 settembre: "Lo sport che vorrei"

Indagine attraverso questionari per gli studenti delle classi per far emergere: sport preferiti; attività da proporre in orario scolastico ed extra-scolastico; uscite didattiche; laboratori; percorsi interdisciplinari; suggerimenti; etc.

Indagine attraverso questionari per tutti i docenti della scuola per far emergere: proposte di argomenti, temi, percorsi interdisciplinari; collaborazioni tra dipartimenti; adeguamento di spazi adibiti all'attività sportiva; metodologie condivise; progetti; etc.

Martedì 5 ottobre: "Laboratorio di salute e benessere dedicato a docenti e personale scolastico"

Al pomeriggio, laboratorio aperto a docenti e personale scolastico, in palestra: "salute e benessere attraverso il movimento e l'attività motoria": durata di 1 ora circa; esperienza di osservazione della relazione tra corpo-sistema nervoso-stress lavoro correlato; prove pratiche di esercizi utili al riequilibrio globale. (per informazioni e iscrizioni contattare il coordinatore del dipartimento di scienze motorie: conte.valerio@liceotenca.edu.it).

Nel periodo successivo alla settimana dello sport verranno inviate, ad ogni studente e genitori, attraverso il registro elettronico, articoli e resoconti inerenti i temi e le attività svolte con le classi, oltre che i risultati delle indagini.

I docenti che aderiranno all'iniziativa in queste sei giornate potranno inviare spunti e contenuti trattati per la redazione degli articoli, mettendosi in contatto con il coordinatore del dipartimento di scienze motorie: conte.valerio@liceotenca.edu.it

Questa prima edizione della **Settimana europea dello sport** presso il Liceo Tenca ha tra gli obiettivi anche la valutazione della fattibilità per future adesioni ufficiali ed inserimento degli eventi in programma nelle piattaforme digitali dedicate al progetto dalla comunità europea e dagli organismi sportivi di riferimento per il contesto italiano, oltre che l'organizzazione della **"Giornata Europea dello Sport Scolastico" (European School Sport Day - EESD)**.

Il Referente del progetto
prof. Valerio Conte

Il Dirigente scolastico
prof. Mauro Agostino Donato Zeni

