



centro sportivo italiano

# ILMIOCAMPOLIBERO

SPORT COME EDUCAZIONE ALLE REGOLE, SOCIALIZZAZIONE E AUTOSTIMA



## Lo sport come strumento ri-educativo

Il Progetto “**Il mio campo libero**” promosso dal Centro Sportivo Italiano intende promuovere salute e benessere grazie ai benefici dell’attività fisica collaborando ad un processo di ri-educazione attraverso le discipline sportive, d’intesa con tutte le articolazioni del Ministero di Giustizia. Saranno proposte attività aperte al territorio e/o riservate alla popolazione reclusa che partano dalla formazione, per arrivare al movimento e quindi allo sport.



## Un'esperienza di condivisione che migliora la qualità della vita

L'attività sportiva rappresenta un elemento positivo per contribuire a migliorare la convivenza all'interno dell'Istituto, abbassando il livello di tensioni e di conflitti. In questo senso le attività sono pensate ed organizzate in modo da essere "strumento educativo", mezzo attraverso il quale lavorare sulle relazioni, sulle regole, sui valori come la legalità e la conoscenza delle regole sportive, sul significato della sconfitta e della vittoria.



## Obiettivi

Il principale obiettivo che si intende sviluppare nei detenuti è riuscire, attraverso le attività proposte, ad aumentare la fiducia in se stessi. Con il corpo e il movimento i giocatori accrescono la consapevolezza nei propri mezzi.





## Finalità sociale del progetto

Finalità del progetto è quella di contribuire anche a restituire alla comunità liberi e consapevoli cittadini.



## Svolgimento del lavoro

I programmi dei diversi momenti (formativi, di gioco e sportivi) saranno concordati con la Direzione.



## Quali attività

### **Tutor di palestra**

Rivolto ad un gruppo di detenuti, con lo scopo di attribuire competenze specifiche rispetto alle tecniche di allenamento presso le palestre dell'Istituto. Il fine di tali attività formative é quello di definire, fra i detenuti più motivati e che abbiano mantenuto una buona condotta (criteri di selezione), un gruppo di Tutor in grado di coadiuvare gli insegnanti di educazione fisica durante le attività sportive, oltreché rinforzare tali competenze in modo da poterle spendere all'esterno, dopo la scarcerazione.



## Quali attività

### **Tutor di palestra**

Rivolto ad un gruppo di detenuti, con lo scopo di attribuire competenze specifiche rispetto alle tecniche di allenamento presso le palestre dell'Istituto. Il fine di tali attività formative é quello di definire, fra i detenuti più motivati e che abbiano mantenuto una buona condotta (criteri di selezione), un gruppo di Tutor in grado di coadiuvare gli insegnanti di educazione fisica durante le attività sportive, oltreché rinforzare tali competenze in modo da poterle spendere all'esterno, dopo la scarcerazione.





## Quali attività

### **Attività motorie di gruppo (ginnastica posturale, attività aerobiche ecc.)**

Rivolte a gruppi sia maschili che femminili. Le attività in questione possono svolgersi sia in palestra che all'aperto e sono finalizzate al raggiungimento del benessere psico-fisico, alla costruzione di buone relazioni di gruppo ed al miglioramento delle relazioni sociali, attraverso lo sfogo delle energie represses.



## Quali attività

### **Allenamenti Calcio, Pallacanestro e Pallavolo – Tornei**

L'attività consisterà nell'insegnamento delle tecniche di base. L'allenamento si completerà con esercitazioni di carattere generale mirati al miglioramento delle capacità fisiche globali degli atleti. Non appena le caratteristiche tecniche, tattiche e di coesione e del gruppo-squadra lo consentiranno si provvederà ad organizzare delle partite amichevoli anche con squadre esterne che partecipano ai vari tornei organizzati dal Csi. Il gioco di squadra unirà i benefici dell'allenamento fisico e sportivo alla forte spinta socializzante tipico delle attività di gruppo; inoltre la tensione agonistica e l'opportunità di giocare partite con squadre esterne creerà la giusta motivazione affinché i detenuti frequentino con costanza ed attenzione gli allenamenti.



## Verifica dei risultati attesi

Il monitoraggio delle attività avviene attraverso momenti di verifica periodici, cioè riunioni specifiche tra le varie figure coinvolte (Area Sicurezza, Educatori Referenti, Referenti Csi). È prevista una riunione finale di verifica ed un consuntivo finale, tramite la redazione di un bilancio di tipo quantitativo e qualitativo delle attività svolte.