

# Promozione del benessere psico-fisico nella Scuola Primaria

## Premessa

La Pallacanestro Brescia Academy nasce nell'agosto 2020 come diretta emanazione della Pallacanestro Brescia (Società fondata nel 2009 che milita da 5 stagioni nel massimo campionato di Serie A di Basket), con lo scopo di promuovere l'attività giovanile di Basket e Minibasket nel territorio bresciano. L'attività viene distinta in due settori:

- a) **Attività agonistica:** direttamente svolta dalla Pallacanestro Brescia Academy, con le Squadre del Settore Giovanile, rivolta agli atleti dagli 12 ai 18 anni.
- b) **Attività di avviamento e promozione allo sport:** svolta dai "Centri di Formazione Pallacanestro Brescia Academy" presenti sia in città che nell'hinterland, per mezzo del gioco-sport Minibasket, seguendo le linee guida della Federazione Italiana Pallacanestro che hanno come obiettivo *"avvicinare i bambini allo sport, in un quadro progettuale di grande riferimento educativo, garantendo tale opportunità a tutti i bambini e le bambine dai 5 agli 11 anni, con un approccio graduale ed intelligente all'agonismo ed alla formazione sportiva giovanile"*.

La pandemia ha travolto e stravolto la programmazione e l'espletamento di ogni tipo di attività lavorativa, educativa e sportiva.

Nel nostro ambito, quello sportivo, per i ragazzi e le ragazze della **Scuola Secondaria** Inferiore e Superiore qualcosa si è fatto o attraverso l'attività delle Società Sportive (soprattutto nella scorsa tarda primavera, in estate e fino ad ottobre e in quest'ultimo periodo con le timide aperture fatte dalle singole Federazioni), o attraverso le proposte degli Insegnanti di Educazione Fisica che in presenza, ma anche in DAD, si sono adoperati per tenere "attivi" i propri Allievi.

## PALLACANESTRO BRESCIA S.R.L.

Sede Legale: Via Caprera, 5 - 25125 Brescia - Sede Operativa: Via Buonarroti, 1 - 25010 San Zeno Naviglio (BS)  
T. (+39) 030 72 85 022 - C.F. e P. IVA 02800370989

L'attività sportiva per i bambini e le bambine della **Scuola Primaria** è invece **praticamente cessata a fine febbraio 2020**, con una pausa di riapertura durata solo per un breve periodo tra settembre e ottobre di cui pochi hanno usufruito, ed è quindi lasciata al buon cuore delle famiglie, da tempo ormai non abituate a svolgere tale funzione.

La maggior parte delle Società Sportive bresciane non è riuscita nemmeno a riaprire l'attività, soprattutto in città, ed è conoscenza diffusa come l'attività motoria sia fortemente compromessa nei Plessi Scolastici che hanno dovuto riorganizzare l'attività didattica, talvolta occupando gli spazi adibiti a palestra, trasformandoli in aule, altre volte addirittura evitando di svolgere le ore di Educazione Motoria (sicuramente di difficile gestione), lasciando il compito, ove possibile, alla pause di ricreazione o mensa.

**In questo quadro, vogliamo proporre il nostro Progetto per la Scuola Primaria.**

## Obiettivo

L'obiettivo vuole essere chiaro ed evidente, ed è duplice:

- 1) Aiutare gli/le Insegnanti a promuovere il benessere psico-fisico degli alunni fornendo a supporto materiale didattico specifico per l'area motoria (U.D. di Minibasket) e materiale didattico nell'ambito della Psicologia e dell'Alimentazione, condiviso nell'elaborazione con gli/le insegnanti e successivamente sviluppato e prodotto dal nostro Team (U.D. di Psicologia e di Alimentazione).
- 2) Promuovere la nostra attività, il nostro Sport, la Pallacanestro e in particolare il Minibasket presso la Scuola Primaria nel modo più completo possibile, mettendo in campo tutte le risorse di cui Pallacanestro Brescia Academy dispone.

Per svolgere tale attività la Pallacanestro Brescia Academy si avvale di uno Staff, che non comprende solo gli Allenatori e gli Istruttori di Basket e Minibasket, ma che, avendo come **focus il benessere psico-fisico dell'Atleta e del Mini-Atleta**, necessita di un apporto ulteriore di Professionisti facenti capo al Poliambulatorio Oberdan, composto da:

- Preparatori Fisici
- Medici, Fisioterapisti e Osteopati
- Psicologi e Psicologi dello Sport
- Nutrizionisti ed esperti in Alimentazione

### **PALLACANESTRO BRESCIA S.R.L.**

Sede Legale: Via Caprera, 5 - 25125 Brescia - Sede Operativa: Via Buonarroti, 1 - 25010 San Zeno Naviglio (BS)  
T. (+39) 030 72 85 022 - C.F. e P. IVA 02800370989

## Modalità

### Primo Periodo – Da metà Marzo 2021 a Giugno 2021

**Presentazione del Progetto**, attraverso **Piattaforma MEET**, **Giovedì 18 marzo alle ore 17:00**

Link: <https://meet.google.com/xmd-wqwe-kbz>

Per iscriversi alla presentazione è sufficiente compilare il Modulo da mercoledì 3 marzo a mercoledì 17 marzo al link: <https://forms.gle/wSGZ4W8aWSHBShLU8>

Solo in caso di adesioni superiori a 100, ai docenti in esubero verrà riproposta la Presentazione del Corso alle ore 18:00 dello stesso giorno (in questo caso il link, diverso dal precedente, verrà inviato direttamente via mail).

La prima parte del progetto comprende:

- a) Messa a disposizione **immediata**, ai/alle Docenti di Educazione Motoria, di Lezioni di Minibasket con Unità Didattiche divise per 3 fasce d'età (1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> - 3<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup> - 5<sup>a</sup>)
  1. In caso del perdurare della DAD: U.D. con proposta di Lezioni di Minibasket utilizzabili eventualmente dall'insegnante in modalità sincrona ove possibile.
  2. In caso di ritorno a scuola:
    - U.D. di Minibasket da svolgere in Palestra/Spazi all'aperto
    - U.D. da Minibasket da svolgere in Classe

**Per ricevere le Lezioni sarà sufficiente**, in questo primo periodo, inviare una mail di richiesta a: [pallacanestrobresciaacademy@gmail.com](mailto:pallacanestrobresciaacademy@gmail.com)

- b) Proposta di **tre incontri di Aggiornamento di un'ora ciascuno**, da svolgersi in due diverse Aree per un **totale di 6 ore** (3h Psicologia e 3h Alimentazione) così strutturati:
  1. Presentazione del Progetto ai corsisti (Aprile)
  2. Feedback sul Progetto da parte dei partecipanti ed elaborazione di un Progetto Comune (Maggio)
  3. Presentazione del Progetto definitivo (Giugno)

### **PALLACANESTRO BRESCIA S.R.L.**

Sede Legale: Via Caprera, 5 - 25125 Brescia - Sede Operativa: Via Buonarroti, 1 - 25010 San Zeno Naviglio (BS)  
T. (+39) 030 72 85 022 - C.F. e P. IVA 02800370989

Secondo Periodo – Da settembre 2021 e con riprogrammazione annuale

**Attuazione del Progetto completo** mediante messa a disposizione per gli Istituti che lo abbiano approvato di Unità Didattiche, divise per fasce d'età e per ogni Area coinvolta, secondo lo schema seguente:

	<b>Classi Prime e Seconde</b>	<b>Classi Terze e Quarte</b>	<b>Classi Quinte</b>
<b>Minibasket</b>	U.D. secondo le necessità dei Plessi:  a) DAD b) In Aula c) Palestra/Spazi aperti	U.D. secondo le necessità dei Plessi:  a) DAD b) In Aula c) Palestra/Spazi aperti	U.D. secondo le necessità dei Plessi:  a) DAD b) In Aula c) Palestra/Spazi aperti
<b>Psicologia</b> (gestione delle emozioni, rispetto delle regole, aspetti relazionali, ecc.)	Unità Didattiche elaborate dai nostri esperti e condivise con gli insegnanti partecipanti al corso di aggiornamento	Unità Didattiche elaborate dai nostri esperti e condivise con gli insegnanti partecipanti al corso di aggiornamento	Unità Didattiche elaborate dai nostri esperti e condivise con gli insegnanti partecipanti al corso di aggiornamento
<b>Alimentazione</b> (principi nutritivi, piramide alimentare, corretta alimentazione, ecc.)	Unità Didattiche elaborate dai nostri esperti e condivise con gli insegnanti partecipanti al corso di aggiornamento	Unità Didattiche elaborate dai nostri esperti e condivise con gli insegnanti partecipanti al corso di aggiornamento	Unità Didattiche elaborate dai nostri esperti e condivise con gli insegnanti partecipanti al corso di aggiornamento

**PALLACANESTRO BRESCIA S.R.L.**

Sede Legale: Via Caprera, 5 - 25125 Brescia - Sede Operativa: Via Buonarroti, 1 - 25010 San Zeno Naviglio (BS)

T. (+39) 030 72 85 022 - C.F. e P. IVA 02800370989

### Caratteristiche delle Unità Didattiche:

- a) Formato Video (es: Mp4) e/o presentazione di Power Point dalla durata max di 15/20'
- b) Facilmente utilizzabili con i supporti multimediali e/o integrate e/o adattate dall'insegnante secondo le proprie esigenze
- c) Strutturate in modo da poter essere "spezzate" in più unità e utilizzate anche per più lezioni
- d) Integrate e arricchite da:
  - la partecipazione del Playmaker della Pallacanestro Brescia e della Nazionale Italiana, nonché responsabile del progetto, Luca Vitali.
  - inserti video con immagini tratte da partite e/o allenamenti delle squadre giovanili Pallacanestro Brescia Academy e della Pallacanestro Brescia

### **Sostegno finanziario**

Nulla è richiesto se non l'immagine che Pallacanestro Brescia potrà ricavarne in caso di successo del Progetto.

In attesa di Vostro Riscontro,  
Cordialmente

Brescia, 28 Febbraio 2021



Daniele Preti  
Segreteria e comunicazione  
Pallacanestro Brescia Academy



### **PALLACANESTRO BRESCIA S.R.L.**

Sede Legale: Via Caprera, 5 - 25125 Brescia - Sede Operativa: Via Buonarroti, 1 - 25010 San Zeno Naviglio (BS)  
T. (+39) 030 72 85 022 - C.F. e P. IVA 02800370989