



REGIONE PUGLIA

Progetto finanziato dalla Regione Puglia
Assessorato allo Sport

**CIUCHINO BIRICHINO SOCIETA' SPORTIVA DILETTANTISTICA
OSTUNI (BR)**

Affiliata Unione Italiana Sport per tutti (Uisp) e Associazione Italiana Cultura e Sport (Aics)
Iscrizione Registro Coni N° 101194

**PROGETTO MULTISPORT PER TUTTI
TRA NATURA e AVVENTURA**

REGIONE PUGLIA – Art. 2 bis L.R. 33/2006
PROMOZIONE DELLO SPORT E DELLE ATTIVITA' MOTORIO –SPORTIVE

A CHI SI RIVOLGE IL PROGETTO:

Il progetto si rivolge ai minori a rischio, diversamente abili, autistici, minori in condizioni svantaggiate e di disagio, anziani e immigrati.

SOGGETTO PROPONENTE

La Società Sportiva Dilettantistica senza scopo di lucro Ciuchino Birichino iscritta al Registro Coni n°101194 , realizza molteplici sport all' aria aperta nella vasta area naturale in cui è ubicata che comprende oltre 100 ettari di vaste distese di prati e radure incontaminate, macchia mediterranea e uliveti secolari ed un maestoso bosco secolare di querce, riconosciuto Bosco Didattico dal Servizio Foreste della Regione Puglia (N.2 L.R. 40/2012).

All' interno del bosco sono stati realizzati dei **percorsi sospesi sugli alberi**, in cui dotati di apposite attrezzature di arrampicata sportiva e in assoluta sicurezza, ci si può mettere alla prova e perfezionare il proprio equilibrio e coordinamento, sviluppare il movimento fisico motorio con arrampicate sugli alberi di diverse altezze, adatte a tutte le età e a tutte le abilità, percorrere ponti e passerelle di equilibrio, passaggi sospesi e divertenti voli tra gli alberi.

Ulteriori attività motorio – sportive fruibili a qualunque età sono: l' **orienteering** denominato "lo sport dei boschi" , nel quale dopo un percorso teorico di base, si potranno apprendere le tecniche di utilizzo delle mappe e con l'ausilio della bussola o con semplici prove di memoria e concentrazione, si potrà percorrere il bosco alla ricerca dei punti segnati in mappa.

Ulteriori attività quali il **trekking naturalistico**, di differente durata e livello, le **passeggiate equestri in carrozza** nei prati, il **tiro con l'arco**, la **falconeria**, il **nordic walking**, lo **yoga**, il **ciclotrekking**, e l'**attività motoria all'aria aperta** hanno la giusta cornice naturalistica e ben si coniugano con la tematica ambientale e con i benefici che una attività sportiva all' aria aperta può generare in ognuno.

Le attività sportive sono realizzate con la collaborazione di oltre venti istruttori qualificati e vengono svolte durante tutto l'anno. In particolar modo nei mesi di aprile e maggio la Società ospita le Scolaresche di ogni ordine e grado di tutta la Regione Puglia e le numerose scuole provenienti da altre Regioni che sono solite venire in gita nel nostro territorio.

Attraverso il progetto denominato "Multisport per tutti tra natura e avventura" si intende organizzare, promuovere e sensibilizzare alla pratica dello sport all' aria aperta come fonte di salute fisica e psichica i minori di età con particolare attenzione ai minori in condizioni di disagio socio-economico, ai soggetti disabili, alle persone anziane e agli immigrati.

OBIETTIVI

Gli obiettivi che si intendono perseguire sono i seguenti:

- incrementare la partecipazione ed il tempo dedicato alle attività motorio-sportive finalizzate a migliorare lo stato di salute;
- sensibilizzare alla tematica sportiva e ambientale divulgando la conoscenza dei benefici prodotti dall'attività fisica esercitata con costanza e dei rischi connessi alla sedentarietà e all'obesità
- integrazione delle fasce sensibili e deboli
- accrescimento dell'autostima , della fiducia in se stessi e nelle proprie capacità
- rispetto delle regole
- conoscenza dell'ecosistema bosco, degli sport outdoor e del territorio

PROGRAMMA

Saranno organizzati degli incontri preliminari per una prima fase di presentazione teorica ai partecipanti delle attività sportive che si andranno a svolgere e per un primo approccio di presentazione delle uscite successive e dell' ambiente in cui si svolgeranno.

Successivamente saranno organizzate delle giornate sportive tematiche in cui ad ogni uscita si alterneranno le differenti attività sportive (arrampicate e percorsi sospesi sugli alberi, orienteering, trekking, nordic walking, passeggiate equestri e in bici, yoga, falconeria) diversificate in base all'età , agli interessi, ai bisogni e alle abilità psicofisiche dei partecipanti.

Le attività saranno interamente organizzate dai nostri istruttori, saranno messe a disposizione dei partecipanti tutte le attrezzature per lo svolgimento di esse, sarà messa a disposizione dei partecipanti la struttura e i servizi connessi, l'area picnic attrezzata per poter trascorrere l'intera giornata in bosco.

Ai partecipanti al Progetto verrà garantita la partecipazione gratuita a tutte le attività presentate nel progetto.

Invitiamo tutti i Dirigenti Scolastici e gli insegnanti di sostegno a divulgare il Progetto presso le famiglie stesse e gli enti di riferimento.

Per informazioni e adesioni contattare :

Dott.ssa Silvia Massari

Tel. 328 8485157

www.ciuchinobirichino.it

silviamassari@ciuchinobirichino.it