

# PROGETTO DI CURVATURA SPORTIVA

## SSIG “Rosati”

Nell’anno scolastico 2026-2027, presso la Scuola Media Rosati, è stato avviato un progetto di **Curvatura Sportiva** rivolto ad alunni delle classi prime, con l’obiettivo di offrire loro un percorso educativo e formativo nel quale lo sport rappresenti uno strumento privilegiato di crescita personale, fisica, cognitiva e sociale.

La scelta di introdurre una curvatura sportiva nasce dalla consapevolezza che la pratica motoria e sportiva, soprattutto durante la fase della preadolescenza, non costituisce soltanto un’occasione per migliorare le proprie capacità fisiche, ma può diventare un importante strumento educativo. Attraverso lo sport, infatti, i ragazzi imparano a conoscere meglio se stessi, a confrontarsi con gli altri, a rispettare regole e ruoli, a gestire le emozioni, ad affrontare le difficoltà e a sviluppare un atteggiamento positivo nei confronti dell’impegno e della responsabilità.

Il progetto si sviluppa nell’arco dell’intero **anno scolastico**, con **due ore settimanali in orario pomeridiano**, e propone un’offerta sportiva diversificata attraverso cinque discipline: **volley, rugby, fitness, kung fu e pallacanestro**.

La varietà delle attività rappresenta uno degli elementi caratterizzanti del progetto. Ogni disciplina, infatti, presenta peculiarità e modalità di relazione differenti e permette agli studenti di sperimentare diverse forme di movimento, di collaborazione e di confronto. L’obiettivo non è quello di indirizzare i ragazzi verso una specifica disciplina agonistica, ma di permettere loro di conoscere e sperimentare attività diverse, individuando progressivamente quelle più vicine ai propri interessi, alle proprie caratteristiche e alle proprie inclinazioni.

Un ulteriore elemento qualificante è rappresentato dalla collaborazione con le **ASD presenti sul territorio**, che hanno scelto di mettere a disposizione della scuola le proprie competenze e professionalità. Gli alunni vengono quindi accompagnati nelle diverse attività da **istruttori esperti del settore**, in grado di proporre esercitazioni adeguate all’età e alle caratteristiche dei ragazzi, garantendo un approccio graduale, educativo e attento alla sicurezza.

La collaborazione tra scuola e realtà sportive territoriali assume inoltre un importante valore in termini di **apertura della scuola al territorio**. Le associazioni sportive rappresentano infatti una risorsa educativa della comunità e possono contribuire alla costruzione di una rete capace di sostenere i giovani nel loro percorso di crescita. Attraverso questa sinergia, la scuola non si limita a proporre attività sportive, ma crea occasioni di incontro tra il mondo scolastico, quello sportivo e le realtà presenti nella comunità locale.

## Gli obiettivi del progetto

La Curvatura Sportiva si propone di perseguire una pluralità di obiettivi, considerando lo sport nella sua dimensione globale.

Dal punto di vista **fisico e motorio**, il progetto mira a favorire lo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali, la consapevolezza del proprio corpo, il miglioramento della

mobilità, dell'equilibrio, della forza e della resistenza, promuovendo al tempo stesso l'importanza di uno stile di vita attivo.

Accanto alla dimensione motoria, particolare attenzione viene dedicata agli aspetti **cognitivi**. La pratica sportiva richiede capacità di osservazione, attenzione, memoria, elaborazione delle informazioni e rapidità nelle scelte. Ogni attività pone infatti il ragazzo di fronte a situazioni nelle quali è necessario comprendere, decidere e agire, sviluppando progressivamente autonomia e capacità di problem solving.

Un ruolo fondamentale è inoltre svolto dalla **dimensione relazionale e sociale**. Lo sport offre ai ragazzi la possibilità di stare insieme, collaborare, comunicare e confrontarsi con i propri coetanei. Attraverso le attività di squadra e individuali, gli alunni imparano a riconoscere il valore dell'altro, a rispettare le differenze, a condividere obiettivi e responsabilità e a comprendere che il risultato di un gruppo dipende anche dalla capacità di ciascuno di mettere a disposizione le proprie risorse.

Il rispetto delle **regole** costituisce un altro elemento centrale. Le regole sportive non vengono vissute esclusivamente come limiti, ma come condizioni necessarie per poter giocare, confrontarsi e stare insieme. Imparare a rispettarle significa sviluppare senso di responsabilità e comprendere il valore delle regole anche al di fuori del contesto sportivo.

La pratica sportiva permette inoltre di lavorare sulla **gestione delle emozioni**. Vincere, perdere, sbagliare, affrontare una difficoltà, ricevere un incoraggiamento o dover ricominciare dopo un insuccesso sono esperienze che aiutano i ragazzi a conoscersi e a costruire gradualmente una maggiore consapevolezza delle proprie emozioni. In questo senso, lo sport diventa una vera e propria palestra di vita.

Particolare importanza assume anche il tema dell'**inclusione**. Un progetto sportivo rivolto alla scuola deve creare condizioni nelle quali ciascun ragazzo possa sentirsi parte del gruppo e possa esprimere le proprie capacità, indipendentemente dal livello di partenza. Il confronto non deve essere vissuto esclusivamente in termini di prestazione, ma come occasione per migliorarsi, sostenere gli altri e valorizzare i progressi individuali.

## Lo sport come esperienza educativa

La Curvatura Sportiva della Scuola Media Rosati vuole quindi proporre una concezione dello sport che vada oltre il semplice apprendimento della tecnica.

Imparare a palleggiare, a passare una palla, a correre, a muoversi nello spazio o a eseguire correttamente un esercizio costituisce solo una parte dell'esperienza. Altrettanto importante è ciò che il ragazzo apprende attraverso queste attività: **impegnarsi, perseverare, rispettare gli altri, accettare le regole, collaborare, assumersi responsabilità, affrontare gli errori e riconoscere i propri progressi**.

In questa prospettiva, le cinque discipline proposte – volley, rugby, fitness, kung fu e pallacanestro – diventano strumenti attraverso i quali accompagnare gli alunni in un percorso di crescita completo.

Il **volley** favorisce in particolare la collaborazione, la comunicazione e la capacità di costruire un'azione insieme ai compagni. Il **rugby** permette di lavorare sul rispetto delle regole, sulla fiducia reciproca, sulla collaborazione e sulla responsabilità individuale all'interno del gruppo. Il **fitness** contribuisce alla conoscenza e alla consapevolezza del proprio corpo, promuovendo il benessere e l'importanza dell'attività fisica. Il **kung fu** può favorire disciplina, autocontrollo, concentrazione e consapevolezza del movimento. La **pallacanestro**, attraverso le sue dinamiche di gioco, stimola coordinazione, rapidità decisionale, collaborazione e capacità di adattamento alle situazioni.

Il progetto vuole dunque accompagnare i ragazzi alla scoperta dello sport come **esperienza di benessere, relazione e crescita**, creando un ambiente nel quale l'attività fisica possa diventare un momento positivo della giornata scolastica.

## Una scuola che educa attraverso lo sport

La Curvatura Sportiva rappresenta, in definitiva, un'opportunità per ampliare l'offerta formativa della Scuola Media Rosati e per rispondere ai bisogni di una fascia d'età nella quale movimento, relazione e identità personale assumono un'importanza particolare.

L'auspicio è che l'esperienza possa lasciare nei ragazzi non soltanto nuove competenze motorie, ma soprattutto la consapevolezza che lo sport può essere uno strumento per stare bene con se stessi e con gli altri.

Attraverso il lavoro condiviso tra **scuola, istruttori, associazioni sportive, famiglie e territorio**, il progetto mira a costruire un percorso nel quale ogni alunno possa trovare spazio, sentirsi valorizzato e sperimentare il piacere di mettersi in gioco.

Perché, al di là del risultato di una partita o della corretta esecuzione di un esercizio, il vero obiettivo della Curvatura Sportiva è aiutare i ragazzi a crescere imparando che **impegno, rispetto, collaborazione, perseveranza e fiducia nelle proprie capacità sono competenze che accompagnano la persona ben oltre il campo di gioco.**