REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

Fondazione di Sardegna

RIVERRUN TEATRO

Real Training

HASHTAG #GIOVANI

TERZA EDIZIONE

LABORATORIO LUDICO-DIDATTICO PER PREVENIRE E CONTRASTARE LE DIPENDENZE NEI GIOVANI DAGLI 11 AI 19 ANNI

Percorsi formativi a cura di:
Collu Daniela, Jorge Fernando Norberto, Locci Roberta,
Mori Lorenzo, Saba Federico, Serra Monica

HASHTAG GIOVANI&SPORT è un laboratorio ludico-didattico con i ragazzi delle classi IV e V della Scuola Secondaria di Secondo grado incentrato sui temi delle dipendenze da abuso di alcol e droghe e nuove dipendenze tecnomediate. Attraverso l'educazione sportiva si renderanno i ragazzi consapevoli della complessità e diffusione del fenomeno doping e dipendenze (alcol, droga e tecnomediate). Nello specifico si promuoverà nei ragazzi la possibilità di acquisi- re corretti stili di vita mediante l'educazione allo sport stimolando una partecipazione attiva e consapevole; si forniranno agli insegnanti strumenti più adeguati per favorire la comunicazione e migliorare la relazione tra i giovani attraverso lo sport; coinvolgere le famiglie nell'atto educativo, anche in collaborazione con il mondo dell'associazionismo sportivo, creando un rapporto che faciliti nei ragazzi l'assunzione di adeguati comportamenti.

Le attività saranno svolte secondo il metodo di allenamento funzionale, che si basa sulla realizzazione di esercizi che riproducono i movimenti che il corpo esegue in ambiente con l'obiettivo di migliorare le capacità del corpo sviluppan- done tutte le potenzialità;
Tra i principi dell'allenamento funzionale vi è la volontà di creare una progressione nelle difficoltà dell'allenamento, attraverso l'esecuzione di movimenti sempre più articolati: ogni allenamento è una prova diversa, sempre più comples- sa della precedente.

L'allenamento fisico diviene così strumento formativo per il carattere e la psiche. La sicurezza di avere superato una prova fisica fino a ieri considerata impossibile è un' iniezione di fiducia nelle proprie capacità, che avrà risvolti positivi anche nella vita.

info e prenotazioni:
07043201_segreteria.organizzativa@riverrun.it_www.riverrun.it