

RELAZIONE FINALE DELLE ATTIVITÀ SVOLTE Laboratorio Street WorkOut – Progetto SKILL LAB

Progetto: SKILL LAB CUP

Attività: Laboratorio Street WorkOut

Localizzazione: Acerra (NA)

Soggetto attuatore: ACSI – Associazione di Cultura, Sport e Tempo Libero

ESPERTI: Andrea Palmiero

Giovanni Peluso

1. Premessa

Il Laboratorio Street WorkOut è stato realizzato nell'ambito del progetto SKILL LAB con la finalità di promuovere il benessere psicofisico, l'inclusione sociale e il contrasto alla dispersione scolastica dei giovani destinatari. L'intervento si è sviluppato nel territorio del Comune di Acerra (NA) attraverso attività motorie all'aperto integrate con momenti di scoperta e valorizzazione del patrimonio storico, culturale e ambientale locale.

2. Obiettivi dell'attività

- Favorire la partecipazione attiva dei giovani a rischio di dispersione scolastica.
- Promuovere corretti stili di vita e il benessere fisico.
- Rafforzare le competenze relazionali e la capacità di lavorare in gruppo.
- Incrementare il senso di appartenenza al territorio.
- Offrire occasioni educative informali attraverso la conoscenza del patrimonio culturale cittadino.

3. Destinatari

L'attività ha coinvolto n. 20 beneficiari diretti, individuati tra ragazzi e ragazze in condizioni di fragilità educativa e a rischio di abbandono scolastico. I partecipanti hanno aderito con continuità alle attività previste, mostrando un crescente coinvolgimento nel corso del laboratorio.

4. Modalità di svolgimento

Il laboratorio è stato condotto da un coach specializzato e si è articolato in percorsi urbani e naturalistici realizzati in parchi, ville comunali, aree verdi e altri spazi pubblici del territorio. Le attività hanno previsto esercizi di riscaldamento, camminata attiva, esercizi funzionali a corpo libero, stretching e momenti di confronto e riflessione di gruppo.

Durante gli spostamenti sono stati illustrati luoghi di interesse storico, culturale e ambientale, trasformando il percorso sportivo in un'esperienza educativa multidisciplinare.

Il Laboratorio Street WorkOut è stato realizzato nell'ambito del progetto SKILL LAB con l'obiettivo di favorire l'inclusione sociale, il benessere psicofisico e il contrasto alla dispersione scolastica dei giovani partecipanti.

L'attività è stata svolta attraverso percorsi guidati all'interno della città di Acerra, sotto la supervisione di un coach specializzato, che ha accompagnato i beneficiari lungo itinerari caratterizzati da momenti di attività motoria, socializzazione e scoperta del patrimonio culturale locale.

Durante lo svolgimento del laboratorio, i partecipanti hanno preso parte a sessioni di camminata attiva e workout all'aperto in parchi, ville e aree verdi del territorio. Le attività sono state integrate con momenti di approfondimento culturale dedicati alla conoscenza delle attrazioni storico-artistiche e degli elementi identitari della città, consentendo ai ragazzi di sviluppare una maggiore consapevolezza del contesto territoriale di appartenenza.

Il laboratorio ha coinvolto 20 beneficiari diretti individuati tra ragazzi e ragazze a rischio di dispersione scolastica.

Le attività sono state distribuite nell'arco del periodo progettuale previsto, per un totale di 250 ore di intervento.

La metodologia adottata ha favorito la partecipazione attiva, la collaborazione tra pari e il rafforzamento delle competenze relazionali.

Gli incontri hanno registrato un buon livello di coinvolgimento e partecipazione. Attraverso l'attività fisica svolta in gruppo, i beneficiari hanno potuto migliorare la propria capacità di socializzazione, sviluppare il senso di appartenenza al gruppo e acquisire maggiore fiducia nelle proprie capacità. Le attività hanno inoltre rappresentato un'opportunità di aggregazione positiva e di utilizzo costruttivo del tempo libero.

I percorsi realizzati hanno interessato diversi punti di interesse presenti sul territorio cittadino, valorizzando gli spazi pubblici e promuovendo uno stile di vita sano e attivo. Le soste culturali e i momenti di confronto hanno favorito la condivisione di esperienze e la crescita personale dei partecipanti.

In conclusione, il Laboratorio Street WorkOut ha raggiunto gli obiettivi previsti, contribuendo al miglioramento del benessere fisico e relazionale dei beneficiari, al rafforzamento delle competenze sociali e alla promozione di percorsi di inclusione e contrasto all'abbandono scolastico. I risultati ottenuti evidenziano un incremento della partecipazione attiva dei giovani e una maggiore propensione alla frequenza di contesti educativi e aggregativi positivi.

5. Attività realizzate

- Sessioni di Street WorkOut guidate all'aperto.
- Percorsi di camminata attiva e allenamento funzionale.
- Visite e soste presso punti di interesse storico-culturale.
- Attività di gruppo finalizzate alla socializzazione.
- Momenti di confronto e condivisione delle esperienze.
- Azioni di sensibilizzazione sull'importanza dell'attività fisica e di uno stile di vita sano.

6. Metodologia adottata

L'approccio utilizzato è stato di tipo partecipativo ed esperienziale. I beneficiari sono stati coinvolti attivamente nelle attività attraverso metodologie inclusive che hanno favorito la

collaborazione, il rispetto reciproco e la valorizzazione delle capacità individuali. L'attività sportiva è stata utilizzata come strumento educativo per sviluppare autonomia, responsabilità e senso civico.

7. Risultati raggiunti

Le attività hanno consentito di raggiungere risultati positivi sotto diversi aspetti:

- Miglioramento della partecipazione e della motivazione dei giovani.
- Rafforzamento delle relazioni interpersonali e delle competenze sociali.
- Incremento del benessere fisico e della consapevolezza dell'importanza dell'attività motoria.
- Maggiore conoscenza del patrimonio culturale e ambientale del territorio.
- Consolidamento del senso di appartenenza alla comunità locale.
- Supporto alle azioni di contrasto della dispersione scolastica previste dal progetto.

8. Monitoraggio e valutazione

Durante tutto il periodo di realizzazione sono state monitorate la frequenza dei partecipanti, il livello di coinvolgimento, la qualità delle interazioni e il raggiungimento degli obiettivi previsti. Le osservazioni effettuate dal coach hanno evidenziato una partecipazione costante e un progressivo miglioramento delle capacità relazionali dei beneficiari.

9. Output prodotti

- Report delle attività svolte.
- Documentazione fotografica dei percorsi realizzati.
- Time Sheet.
- Schede di monitoraggio e osservazione.
- Relazione finale delle attività.

10. Conclusioni

Il Laboratorio Street WorkOut ha rappresentato un'esperienza significativa sia dal punto di vista educativo che sociale. L'integrazione tra attività fisica, conoscenza del territorio e socializzazione ha favorito la partecipazione attiva dei giovani, contribuendo al raggiungimento degli obiettivi progettuali. L'intervento ha offerto ai beneficiari opportunità concrete di crescita personale, aggregazione positiva e inclusione sociale, confermando l'efficacia dello sport come strumento educativo e di prevenzione del disagio giovanile.

