

## SPORT & dintorni

### Progetto Sport&Dintorni

Il progetto ha preso vita nel 2008 ed è stato realizzato con il contributo e il patrocinio di Regione Piemonte, la partecipazione di Juventus Football Club, Torino Calcio, Associazione Nazionale Allenatori Calcio.

E in collaborazione con Extracampus Tv Televisione dell'Università degli Studi di Torino, Circuito Internazionale G.A.I. Giovani Artisti Italiani, Laboratorio Quazza, Università di Torino, Eataly, Birrificio Baladin.

Attraverso la creazione di un "Bando di Concorso per Cortometraggi" e l'organizzazione di una "Tavola Rotonda", la finalità dell'iniziativa era quella di arrivare a presentare presso la Regione Piemonte progetti di ricerca indirizzati ad una metodologia innovativa ed etica. E, parallelamente, attivare proposte formative e di sensibilizzazione indirizzate agli allenatori e ai preparatori atletici.

### Il progetto si è sviluppato in 3 fasi:

**1) Prima fase: CONCORSO per CORTOMETRAGGIO** (cortissimi, max 1 min e 30 sec) rivolto a tutti i giovani filmmaker italiani e stranieri, in età compresa tra i 18 e i 35 anni.

Il bando propone ai giovani filmmaker di dare "visione" al mondo dello sport, sottolineando aspetti di Etica, Fair Play o altro, che possa restituire, nel suo complesso, una visione originale e "originaria" del mondo dentro e attorno allo sport. Un approccio magari poco convenzionale, ma che unisce il mondo dello sport al mondo dei giovani. Importantissima la collaborazione in questa fase del lavoro con il Circuito internazionale G.A.I. Giovani Artisti Italia e il Laboratorio Quazza dell'Università di Torino. Non casuale, in questa ottica, è stata la scelta dello sponsor Birrificio "Baladin" di Piozzo (Cuneo), dove viene prodotta una birra artigianale scegliendo una modalità produttiva tale da rappresentare un esempio di azienda o di business "bio-compatibile".

**2) Seconda fase: ORGANIZZAZIONE della TAVOLA ROTONDA lunedì 22 settembre 2008, ore 18,00 presso SALA DEI 200 – EATALY – Via Nizza, 230 int. 14 - Torino**

L'evento è stato organizzato insieme a A.I.A.C. Gruppo Regionale Piemonte e Valle d'Aosta come serata di aggiornamento per Allenatori e Istruttori Calcio, sulle seguenti tematiche:

- Tecniche innovative e progetti di ricerca in ambito di allenamento
- Etica Sportiva

Si è partiti innanzitutto da una precisa **analisi dei bisogni**:

1. Necessità di alfabetizzazione culturale per un approccio corretto al corpo e alla mente in ambito di sport dilettantistico.
2. Integrare la pratica sportiva con una formazione mirata allo sviluppo sociale della persona.
3. Necessità di scolarizzazione e formazione dei dirigenti, degli allenatori, dei preparatori sportivi e dei fisioterapisti e/o dei massaggiatori.
4. Attivare progetti di ricerca e di studio per prevenire e contrastare il fenomeno del doping, come proposti dall'Istituto Superiore di Sanità.

### **Obiettivi:**

- Report Progetto “**Sport Educational Resource**” anno 2007-2008.
- Presentazione di Progetti di ricerca in Regione indirizzati ad una metodologia innovativa e etica.
- Attivare proposte formative e di sensibilizzazione indirizzate agli allenatori e ai preparatori atletici.

L'obiettivo principale della Tavola Rotonda era quello di offrire un panorama di quanto, a quel momento, potesse esserci di più innovativo sul tema della preparazione in ambito di allenamento, sia a livello Regionale che Internazionale.

La tavola rotonda ha avuto come tema conduttore le domande qui sotto riportate, e ha visto diverse scuole confrontarsi e spiegare il “come si possa ottenere buoni risultati attraverso un allenamento a 360°”.

- Come si valuta, come si facilita la connessione mente corpo sport ambiente
- Quali sono i vantaggi di un'integrazione a tutti i livelli
- Esiste uno sviluppo ecologico dell'agonismo (competitività)
- Qual è l'importanza di una corretta alimentazione
- Che cosa l'immagine dello sport può o deve restituire

### **Sono intervenuti:**

- **Mario Silvetti** - Psicologo Responsabile Scientifico settore sport di H.E.R.
- **Franco Ferraresi** - Dirigente Settore Sport Regione Piemonte
- **Giovanni Inversi** - Presidente Regionale L.N.D. i e S.G.S.F.G.I.C. Piemonte Valle d'Aosta
- **Renzo Ulivieri - Paolo Anselmo**: Presidente e Vice Presidente Nazionale A.I.A.C.
- **Giancarlo Bertolini** - Presidente Regionale A.I.A.C.
- **Nicola Bellini** - Consigliere Comitato Regionale FITRI settore giovanile
- **Giuseppe Vercelli** - psicologo dello sport, psicoterapeuta, responsabile centro di psicologia dello sport, responsabile scientifico della Juventus Soccer School
- **Graziella Boi** - Presidente H.E.R. Responsabile progetto “Sport Educational Resource”, “Sport & Dintorni” e Pedagogia Naturale
- **Silvano Benedetti** - Responsabile Scuola Calcio del Torino Calcio
- **Adolfo Soriani** - Coordinatore e Responsabile Settore giovanile F.C. Juventus
- **Fulvio Cocchi** - Direttivo Sportivo Ivest
- **Domenico Zucco** - Membro della Direzione Didattica Aikikai Italia
- **Teo Musso** - Mastro Birraio di “Le Baladin”

- **Roberto Fiotto** - Responsabile Settore Giovanile F.G. Biellese

3) **Terza fase: ATTIVAZIONE DEL PROGETTO DI RICERCA E DI STUDIO**, per prevenire e contrastare il fenomeno del doping come proposti dall'Istituto Superiore di Sanità, in collaborazione con **F.C. Victoria Ivest** e **F.C. Biellese**.

#### **Obiettivi del progetto di ricerca:**

1. Valutazione dei fondamenti scientifici e dell'efficacia delle medicine alternative o non convenzionali.
2. Completare l'allenamento di base con esercizi o trattamenti diretti per opera di un terapeuta, mirati ad attivare l'espressione energetica del corpo e facilitare l'integrazione corpo-mente.
3. Alzare il livello di prestazione aumentando la capacità di utilizzare il potenziale inespresso dell'atleta andando ad agire sui blocchi energetici.

#### **In cosa consiste la pratica proposta:**

- Il trattamento diretto avviene con il semplice contatto o la prossimità delle mani sul corpo.
- Il trattamento potrà essere integrato, secondo i casi, con musicoterapia. I brani contengono vibrazioni calcolate sullo spettro vibrazionale di alcuni principi attivi.
- Per facilitare l'approccio alle fasce dei più piccoli, i trattamenti saranno sostituiti con esercizi fisici. Tali esercizi sono di ispirazione a pratiche di arti marziali, in modo particolare Aikido, di ispirazione Gourgjeffiana, di ispirazione Steineriana (euritmia).

#### **Effetti generali della pratica proposta:**

- **avviare** processi di disintossicazione per l'eliminazione delle tossine
- **alleviare** dolore acuto e/o cronico e stati infiammatori
- **potenziare** e **regolare** la circolazione energetica in tutte le aree del corpo
- **rafforzare** il sistema immunitario
- **rigenerare** i tessuti
- **riattivare** il sistema endocrino
- **rigenerare** il sistema linfatico
- **riequilibrare** il sistema circolatorio, digerente e urinario
- **rivitalizzare** il sistema nervoso e neurovegetativo
- **rilassare** e **alleviare** stress, tensione, ipertensione
- **controllare** l'ansia e **calmare** la mente e le emozioni, creando le premesse per un benessere generalizzato della persona
- **aumentare** la capacità di concentrazione e di attenzione
- **aumentare** la capacità di indirizzare consapevolmente atti di volontà

A supporto di questa fase del progetto è stata richiesta una collaborazione all'**Istituto di Medicina dello Sport** di Torino, al fine di stilare un protocollo per monitorare i risultati e garantire un approccio e una valutazione su basi scientifiche al metodo.