

# ATTIVITÀ SPORTIVA

- ✓ **2 ore a settimana** per circa 6 mesi, come da calendario scolastico regionale.
- ✓ Un **programma di attività diversificato** per fasce d'età:
  - dai 5 agli 8 anni: attività motoria di base;
  - dai 9 ai 13 anni: attività polivalente, pre-sportiva e attività sportiva.
- ✓ **Copertura assicurativa** per infortuni a tutti i partecipanti.
- ✓ Presenza di un **Operatore di sostegno** al fianco del Tecnico sportivo, in caso di situazioni di disabilità.
- ✓ **Navetta** per gli impianti difficilmente raggiungibili.

PIÙ DI 50 SPORT  
OPERTI SUL TERRITORIO.

ALLENATI A  
mangiare sano

È GIOCO  
E CONFRONTO  
È SPORT

ALLENA INSIEME  
CORPO E MENTE

MANGIA  
BENE  
VIVI MEGLIO

IMPARA A  
giocare  
IMPARA A  
vivere

TANTISPORT  
TUTTIGRATIS

www.coniragazzi.it

f coninews - @coninews

CONI RAGAZZI  
ALLENAMOLI A CRESCERE BENE

Diventa  
il tuo atleta  
preferito.



Campagna promossa da:





## COS'È CONI RAGAZZI?

È un progetto sociale, sportivo ed educativo promosso da **Presidenza del Consiglio dei Ministri, Ministero della Salute e CONI**.

Un programma ideato perché lo sport diventi un diritto di tutti e alleni i ragazzi a crescere più sani e felici.

Coni Ragazzi ha l'obiettivo di incoraggiare **i bambini e ragazzi dai 5 ai 13 anni a svolgere attività fisica**, facilitando il loro processo di crescita e aiutandoli ad acquistare consapevolezza delle proprie potenzialità.

Il progetto si propone anche di offrire **supporto alle famiglie** che non possono sostenere i costi dell'attività sportiva extrascolastica, promuovendo **stili di vita corretti e salutar**i, insieme ai valori educativi dello sport come lo spirito di gruppo e l'integrazione sociale.

## COME LI ALLENIAMO A CRESCERE BENE?



Con **attività sportiva pomeridiana gratuita**, offerta a ragazzi dai 5 ai 13 anni, nelle aree di disagio sociale ed economico.



Attraverso una **campagna informativa sui sani e corretti stili di vita**, rivolta alle scuole, alle società sportive, ai ragazzi e alle loro famiglie, per contrastare l'obesità e le cattive abitudini alimentari.



Tramite la **diffusione di valori educativi dello sport** come lo spirito di gruppo, l'inclusione sociale e la valorizzazione delle differenze.

## DIVENTA IL TUO ATLETA PREFERITO

La campagna informativa "Diventa il tuo atleta preferito" si basa sulla convinzione che ciascuno di noi può **migliorare il proprio stile di vita** attraverso comportamenti corretti. I luoghi di diffusione della campagna sono le **scuole** e le **società sportive**.

La campagna si propone di raggiungere, a ricaduta, tutta la sfera sociale che gravita intorno ai ragazzi: in particolare la famiglia, gli amici, i compagni di gioco e di sport.

"Diventa il tuo atleta preferito" ha come scopo quello di promuovere uno stile di vita sano ed equilibrato: un traguardo che può essere raggiunto comunicando **i corretti comportamenti alimentari, fisico-motori e relazionali** che costruiscono le basi per una vita migliore, sana e armoniosa.

Tra le attività previste dalla campagna, i "laboratori sportivi", realizzati nel corso di incontri con le scuole e con le società sportive, nell'ambito dei quali sottolineare i temi trattati anche con la presenza di grandi campioni.

## GLI STRUMENTI

A disposizione degli insegnanti, degli istruttori e dei ragazzi, sono stati realizzati:

- ✓ **materiali digitali** scaricabili dal sito web dedicato;
- ✓ **materiali cartacei** inviati presso scuole e società sportive iscritte al progetto.

Il progetto è stato pensato con un approccio innovativo, volto alla positività e a sostenere l'auto-pratica: motivata, spontanea e consapevole.



## La sfera del benessere

Il materiale prodotto ha come protagonista una **sfera** composta da **sei spicchi**, che rappresenta il benessere: ad ogni spicchio corrisponde un colore ed un argomento preciso.

### ambito SPORTIVO



#### Spicchio Attività

#### Spicchio Movimento

Per conoscere l'importanza di praticare il movimento e una vita attiva.



### ambito ALIMENTARE



#### Spicchio Nutrizione

#### Spicchio Sviluppo

Per conoscere e consumare cibi sani e imparare a nutrirsi in modo salutare.



### ambito PSICOLOGICO



#### Spicchio Partecipazione

#### Spicchio Equilibrio

Per riconoscere i momenti positivi e affrontare costruttivamente le difficoltà.

