



Programmazione Social Club 2019 - 2020

Il filo conduttore delle attività proposte è lavorare sullo **sviluppo delle competenze sociali**. Per fare questo lavoro prendiamo spunto dal libro *“Le regole non scritte delle relazioni sociali”*, di Temple Grandin e Sean Barron, edito Uovonero, 2014.

ATTIVITA'/LABORATORI INTERNI

ATTIVITÀ COGNITIVA: LABORATORIO DI SVILUPPO SOCIO-EMOZIONALE:

Le persone con disturbi dello spettro autistico provano le emozioni come tutti, ma faticano a riconoscere e a capire le emozioni. Essere in grado di esprimerle è ancora più difficile, e se alcune persone autistiche riescono ad articolare alcuni dei loro sentimenti, ciò non significa necessariamente che essi riescano a correlarli a quelli altrui. Infatti spesso fanno fatica a riconoscere le espressioni del volto non riuscendo così a leggere correttamente lo stato emotivo altrui.

La ricerca sulle funzioni esecutive e i disturbi dello spettro autistico ci dice che le persone con questa sindrome tendono ad essere disinibite ed impulsive e ad avere una relativa mancanza di consapevolezza che si ripercuote sul funzionamento generale della persona. I problemi nelle funzioni esecutive riguardano inoltre la regolazione cognitiva delle emozioni. L'esperienza clinica indica che c'è una tendenza a reagire a indizi emotivi senza una riflessione o un'attenta valutazione cognitiva.

Si lavorerà quindi sul riconoscimento delle proprie emozioni e dei modi con cui sono espresse. È importante partire dai vissuti, nominare le emozioni nel momento in cui si manifestano e rappresentarle visivamente secondo le modalità del soggetto.

Gli strumenti per lavorare su questo sono le schede del libro: *“L'ABC delle mie emozioni, programma di alfabetizzazione socio-affettiva secondo il metodo REBT”* (Rational Emotive Behavior Therapy o Terapia Relazionale Emotiva Comportamentale) e gli strumenti forniti dal *“CAT-Kit”* (Cognitive Affective Training). Il CAT-kit aiuta le persone a sviluppare la circolarità tra pensieri, emozioni e comportamenti, al fine di portare il ragazzo allo sviluppo di un pensiero realistico e razionale. L'obiettivo è quello di incrementare le abilità della persona ad agire in modo appropriato e di migliorare la consapevolezza delle proprie emozioni, partendo dalla consapevolezza delle proprie sensazioni fisiche, come ad esempio il battito cardiaco, il ritmo respiratorio, la tensione muscolare e la sudorazione. Inoltre, il CAT-Kit contribuisce a riconoscere la relazione esistente tra il nostro comportamento e quello che le persone pensano, sentono e agiscono. Altro strumento per lavorare su tutto questo è il libro *“tutto quello che vorreste sapere sul sesso”*, di Sarah Attwood, che dedica un capitolo alla comprensione delle emozioni.



SCATOLA DEGLI ATTREZZI:

Sempre utilizzando le indicazioni del CAT- Kit, verrà svolto un lavoro con i ragazzi che può implementare la capacità di gestione delle proprie emozioni, dando uno strumento in più ai ragazzi, una *Scatola degli attrezzi* appunto. Rappresenta l'insieme degli strumenti per "riparare" le emozioni di ansia, rabbia o tristezza.

Ci sono categorie diverse di "attrezzi" a seconda del livello di attivazione dell'emozione: alcuni facilitano un rilascio rapido, altri lento, dell'energia generata dall'emozione.

Vengono chiaramente identificati "attrezzi" non appropriati (strategia disfunzionali di evitamento esperienziale).

Gli strumenti de "La Scatola degli Attrezzi" sono i seguenti:

Strumenti di attività fisica (attività sportiva, passeggiate, un lavoro fisico, ecc.)

Strumenti piacevoli o per il rilassamento (arte, musica, fotografie, trottole, pallina antistress, ecc.)

Strumenti sociali (fare parte di un gruppo con un interesse comune, social network, amici, aiutare qualcuno)

Strumenti del pensiero e di prospettiva (fare complimenti a se stesso, scrivere pensieri positivi, diario con fotografie e esperienze piacevoli, i ricordi positivi, immaginare cosa farebbe il vostro eroe nella stessa situazione)

Strumenti degli interessi speciali (sfogliare libri, guardare siti o filmati che trattano un argomento preferito, ecc.)

Ulteriori strategie (stare attento all'alimentazione, al sonno, fare volontariato, spiritualità)

Strumenti inappropriati (autolesionismo, mangiare o bere troppo, fare male agli altri, urlare, ecc.)

Si possono usare le Conversazioni a Fumetto e le Storie Sociali di Carol Gray per utilizzare nella pratica gli strumenti della La Scatola degli Attrezzi".

Verranno utilizzate le storie sociali, dando la possibilità di lavorare sulle singole emozioni e di aumentarne la comprensione, utilizzando i momenti non strutturati come stimoli.

ABILITÀ SOCIALI:

Abilità da apprendere e incrementare attraverso l'insegnamento e l'addestramento forniti dal contesto sociale modella il comportamento e le proprie caratteristiche, conformandoli alle norme e ai valori del gruppo sociale in cui si inserisce. Le difficoltà dei ragazzi autistici è il comprendere in maniera innata le regole e i comportamenti sociali, al punto che questi possono divenire limiti che possono aumentare il loro isolamento.

Il lavoro sulle abilità sociali mira a:

- sviluppare e rinforzare le abilità relazionali, comunicative ed intersoggettive
- al potenziamento della coscienza di sé e dell'autostima
- sviluppare il lavoro cooperativo e la condivisione
- l'autocontrollo emotivo comportamentale
- sviluppo della capacità di decision making e rinforzo del pensiero flessibile



- rinforzo abilità cognitive
- stimolare e rafforzare empatia e attenzione all'altro
- sviluppare rapporti di amicizia

L'apprendimento delle abilità sociali può avvenire, ad esempio, attraverso:

- il **Videomodeling**, un tipo di intervento che sfrutta la potenzialità dell'apprendimento osservativo per insegnare vari tipi di abilità. Consiste nell'insegnare attraverso l'esposizione ripetuta ad una videoregistrazione della durata non superiore ai 3-5 minuti nella quale un modello esegue correttamente e lentamente un compito costituito da una sequenza di comportamenti. Nel video deve risaltare solo il comportamento che intendiamo insegnare.
- Videoripresa, cioè analizziamo dei video brevi dove osserviamo "noi stessi" e cerchiamo di capire cosa è andato bene, cosa andrebbe modificato
- storie sociali
- gite e uscite di gruppo
- mediazione degli episodi accaduti con supporto dell'educatore
- esercitazione sui modi di dire comunemente utilizzati, in forma scritta e attraverso il confronto. Strumento per lavorare su questo: libro + CD-ROM: "*Capire le metafore e i modi di dire, attività di recupero del linguaggio pragmatico*", Raffaella Rolla e Carla Sciotto. Erickson, 2013.
- Conversazione con indicazioni e materiale forniti da supervisione logopedica dell'anno precedente
- I capitoli "prenderti cura del tuo corpo", "fare scelte sane" e "le amicizie" nel libro di Sarah Attwood, saranno una guida importante per lavorare sull'amicizia

ABILITÀ DI COMUNICAZIONE E CONVERSAZIONE

Per proseguire il lavoro sulle competenze comunicative verrà utilizzato materiale di "upbility" (possibile anche su tablet e non cartaceo) abilità sociali a casa e fuori casa, causa ed effetto, esercizi di analogia, imparare a confrontare, inferenze sociali, linguaggio espressivo, sentimenti e situazioni sociali e dal libro "il linguaggio verbale nell'autismo" ed. Erickson.

CURA DELL'AMBIENTE DOMESTICO:

si intendono quelle attività che come finalità hanno la generalizzazione in ambiente familiare di alcune pratiche come

- Apparecchiare
- Sparecchiare
- Lavare i piatti
- Caricare la lavastoviglie
- Spazzare a terra



- Pulire i tavoli
- Svuotare i cestini e cambiare i sacchetti
- Gettare la spazzatura negli appositi contenitori differenziati

Per aiutare a svolgere al meglio le attività e aumentare la loro autonomia, vengono organizzati i turni utilizzando delle tabelle e supporti visivi accessibili a tutti che ne scandiscono i giorni ed il tipo di attività.

Esempio di tabella e supporto utilizzati:



CHI SVUOTA IL CESTINO? 			
	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Cestini piccoli (bagno e corridoio)	Alessandro	Lorenzo	Davide
Spazzatura (cucina)	Alberto	Giorgia	Stefano
Cestini piccoli (ufficio e laboratorio)	Francesco	Alessandro	Fabio



Attività di spesa:

Si lavora sulle abilità funzionali, gestionali e comunicative. Utilizzando supporti per il controllo in autonomia dell'inventario della dispensa, e la stipula di una lista che servirà da supporto per la spesa. Strumenti necessari per gli acquisti al supermercato. Si lavorerà in parte sulle abilità sociali e il comportamento in luoghi esterni e sul valore del denaro. Comprendere la fascia di prezzo di un prodotto, la differenza del prodotto e del suo costo in relazione alle diverse marche, e creare una scala di valore di quello che devo comprare e di quanto ho nel portafoglio. Riordino della spesa e collocazione del prodotto in luogo adeguato (utilizzo della strutturazione degli ambienti).

Esempio di supporto utilizzato:

Cosa dobbiamo comprare?

Cosa	Serve	Quanto?
Pane		
Insalata		
Pomodori		
Piselli		
Patate		
Spinaci surgelati		
Uova		
Pasta		
Riso		
Sughi		
Coca cola		

Cosa	Serve	quantità
Mele		
Banane		
Pere		
Sofficini al formaggio		
Olio		
Aceto		
Tea		
Merendine		

LABORATORIO “STOFFA O NON STOFFA? L’ARTE DI MUOVERE LE MANI”

Sotto la guida competente della Maestra d’arte Cristiana Canducci dell’associazione “LA CASA GIALLA DI SOLIDEA”, Associazione di Promozione di Attività Culturali, parte il progetto “Stoffa o non stoffa? l’arte di muovere le mani”. Si tratta di un progetto il cui scopo è quello di realizzare delle opere o oggetti di uso comune, partendo dal disegno su carta, e riportandolo su stoffa di riciclo (vecchi vestiti, maglie...) al fine di confezionare l’oggetto stesso. Il titolo del progetto riassume il desiderio di confezionare oggetti in maniera “lavorativa” ricreando un laboratorio in cui simulare i tempi e i risultati di un oggetto che ha la pretesa di essere proposto come pezzo unico.

Attraverso l’uso di colla, ago e filo si vuole arrivare ad “allenarsi” nei movimenti tipici della sartoria. Il laboratorio è aperto a tutti i ragazzi appartenenti al SSER Social Club che potranno così seguire dal progetto alla realizzazione il loro prodotto.



Interactive
Health & Social Care



Sviluppato il prototipo insieme agli utenti, andremo ad analizzare le singole attitudini al fine di far preparare i pezzi occorrenti alla realizzazione del manufatto. Si potranno pertanto valutare materiali diversi da usare in base alle abilità dei ragazzi.

Obiettivi

- creazione di oggetti che sviluppino la mobilità fine delle mani.
- flessibilità nel tempo dedicato e nel personale obiettivo raggiunto
- conoscenza, associazione, apprendimento di semplici tecniche artistiche e creative quali tagliare, incollare, comporre, colorare, disegnare su diversi materiali, colori e forme
- miglioramento delle capacità relazionali: sviluppare il senso di appartenenza a un gruppo, lavorare insieme per un obiettivo comune
- realizzazione di pezzi con possibilità di prototipare quanto realizzato per renderlo vendibile

Il laboratorio " stoffa non stoffa" viene svolto una volta ogni 15 giorni ed è sostenuto economicamente dalla Fondazione TEDA.

ATTIVITÀ/LABORATORI ESTERNE

GAM

CANOTTAGGIO

SCI

GOLF

CURLING

PADEL

YOGA (da sperimentare)

ORIENTEERING (da sperimentare)

GAM

PROGETTO GAM – FONDAZIONE TEDA SOCIAL CLUB

Il progetto intende rinnovare una collaborazione continuativa e costruttiva (ormai consolidata) tra la Fondazione TEDA e il Dipartimento Educazione GAM proponendo anche per l'anno 2019-2020 un percorso dedicato ai ragazzi del Social Club.





Interactive
Health & Social Care



Gli incontri, che quest'anno saranno aumentati da 6 ad 8 in considerazione dell'interesse dimostrato dai nostri utenti, partiranno dall'osservazione di alcune opere della collezione permanente della Galleria legate al tema dell'identità, del ritratto e dell'autoritratto, per poi svilupparsi nell'attività di laboratorio che si terrà subito dopo l'incontro "ravvicinato" con l'opera d'arte.

Il progetto si svilupperà nei mesi di settembre, ottobre e novembre 2019 e prevede un incontro finale per presentare a tutti gli interessati gli esiti del lavoro svolto

Gli obiettivi del percorso sono:

- Promuovere l'utilizzo del Museo come spazio educativo per il raggiungimento di obiettivi, di comunicazione e di inclusione sociale.
- Orientare l'esplorazione del Museo come luogo privilegiato per scoprire molteplici linguaggi artistici del passato e del presente.
- Predisporre iniziative per il coinvolgimento dei ragazzi in attività di osservazione, rielaborazione e comunicazione.
- Alimentare interessi cogliendo le emozioni individuali suscitate dalle opere d'arte.
- Incoraggiare l'espressione di ipotesi interpretative sui contenuti trattati in un percorso orientato secondo il gusto personale determinato dalle esperienze vissute.
- Saper usare strumenti e tecniche diverse per esprimersi e comunicare.
- Acquisire un comportamento adeguato al contesto dove si svolge l'esperienza.

IL Costo dell'attività è sostenuto dalla Fondazione TEDA

ATTIVITA' SPORTIVE

CANOTTAGGIO

I ragazzi del Socialclub frequentano l'attività di canottaggio, ormai da diversi anni, presso la Società Canottieri Caprera. L'iniziale difficoltà di conoscenza di spazi e persone nuove è stata superata da parte di tutti e si può osservare come il gruppo abbia raggiunto buone autonomie e mantenuto nel tempo abilità sociali apprezzabili. Per questo motivo si ritiene che l'attività svolta e il contesto siano favorevoli al mantenimento della proposta che contribuisce al potenziamento di aree deficitarie quali:

- Coordinazione motoria

Il canottaggio è uno sport completo che implica la coordinazione di più parti del corpo: braccia, gambe, busto e vista. Nel tempo si è potuto assistere ad un significativo miglioramento nella capacità da parte dei ragazzi di coordinare le diverse parti del corpo, abilità non scontata nelle persone con autismo che tendono ad essere monotasking.



- Teoria della mente e funzioni esecutive

Essendo uno sport di squadra, il canottaggio è un ottimo training per implementare l'abilità di considerare l'altro. Per potenziare tale abilità è necessario molto impegno ed esercizio perché i deficit di teoria della mente nelle persone con autismo possono essere anche molto severi. Ad oggi, in tutti i ragazzi coinvolti, sono osservabili dei miglioramenti imponenti; i ragazzi riescono a programmare per partire e remare in sincrono modulando i movimenti e la velocità a quelli dei compagni.

- Autonomia

La società Canottieri Caprera è un ambiente tranquillo ed accogliente. Ciò permette di lavorare sull'implementazione di autonomie quali: gestione dello spogliatoio, capacità di orientarsi negli spazi per reperire gli strumenti utili per l'attività (giubbotto, remi), utilizzo del denaro per acquistare la merenda, capacità di autodeterminazione per decidere il luogo dove consumare la stessa.

- Abilità sociali

La Società Canottieri Caprera è un "luogo di tutti" dove afferiscono atleti a sviluppo neurotipico, istruttori e familiari degli atleti. I ragazzi, pertanto, si relazionano quotidianamente con persone diverse allenando costantemente le abilità sociali apprese in contesto protetto (saluto, chiedere aiuto, rispetto dei tempi degli altri, reazione positiva e gestione degli imprevisti, acquistare la merenda al bar).

- Socializzazione e integrazione

L'ambiente stimola la socializzazione tra il gruppo di pari, gli altri atleti e gli istruttori. Alcuni ragazzi riescono ad avere degli scambi con gli istruttori condividendo interessi e commentando eventi sportivi e ricreativi. Nei giorni piovosi, l'attività sportiva si svolge al coperto in palestra o nella sala remoergometro. I ragazzi condividono gli spazi con gli altri atleti a sviluppo tipico, mantenendo un comportamento adeguato al contesto e, in talune circostanze, avviando anche alcuni momenti di conversazione spontanea.

Il Costo dell'attività è sostenuto dalla Fondazione TEDA

SCI

Anche quest'anno, neve e tempo permettendo saranno proposte due giornate da 8 ore a Sestriere.

L'attività dello sci come per gli anni precedenti sarà seguita dall'Associazione Sportdipiù.

Per i ragazzi che non sciano, gli educatori del SSER proporranno attività alternative.

L'eventuale abbigliamento ed attrezzatura è a carico delle famiglie.

Le lezioni di sci sono offerte da Fondazione Teda

GOLF E CURLING

Nell'autismo alcune funzioni superiori come l'attenzione e la concentrazione sembrano esprimersi soltanto in situazioni in cui il soggetto sia fortemente motivato, ossia molto interessato ad una qualsiasi attività; ci



sono attività sportive che sono state già sperimentate nell'autismo, ad esempio l'ippoterapia è oggi riconosciuta come uno degli interventi educativi efficaci, ma anche l'arrampicata ha mostrato produrre tali miglioramenti. In queste due discipline esiste un denominatore che può accomunarle: l'innalzamento dell'attenzione; infatti sia nell'equitazione che nelle arrampicate l'elemento attentivo è di fondamentale importanza, in quanto è il prerequisito per rimanere concentrati su un'attività in cui se non si è vigili, non si può portare avanti l'azione, in altre discipline gli automatismi appresi possono vicariare alla capacità di attenzione e concentrazione ed è comunque possibile esprimere performance di buon livello.

I giochi del golf e del curling possiedono caratteristiche che necessariamente tendono ad enfatizzare attenzione e concentrazione, pertanto abbiamo ritenuto di proporle in quanto in grado di produrre miglioramenti in queste aree. Ci sono poi altri aspetti nei due sport che potrebbero risultare adatti nei disturbi pervasivi dello sviluppo dello spettro autistico, ad esempio la prevedibilità dello scopo del gioco stesso e lo spazio in cui si estrinseca, infatti per quanto si tratti di giochi mai identici a sé stessi essi possiedono dei punti di riferimento stabili e continui tali da dare al soggetto una sensazione di organizzazione spazio-temporale. La presenza di regole precise è l'altro fattore che rende più prevedibile entrambi i giochi. Questo è un aspetto che potrebbe tranquillizzare coloro i quali hanno problemi di interazione con il mondo come gli individui autistici, nel senso che sapendo sempre cosa fare non devono produrre soluzioni improvvisate e quindi non tendono a destabilizzarsi.

La pratica del GOLF si svolge presso la struttura *GOLF CLUB Cascina I MERLI* di Druento dove i ragazzi fin ora sono stati ospitati gratuitamente e seguiti da un istruttore privato, affiancato dagli educatori, il quale ha insegnato le tecniche di questo sport.

L'attività, in questi anni, ha registrato un riscontro positivo sia da parte dei ragazzi che dell'istruttore il quale ha potuto lavorare sull'insegnamento di differenti colpi da differenti distanze, con lo scopo di migliorare gradatamente la tecnica. Il gioco del golf inoltre ha dato la possibilità di osservare nei ragazzi un incremento dell'attenzione e della concentrazione sul compito.

L'attività è proposta in primavera per un numero di 4/5 incontri.

Anche il gioco del CURLING è una esperienza consolidata da diversi anni ed i ragazzi hanno sempre dimostrato partecipazione ed interesse. Il gruppo è seguito dall'istruttore Davide Flora con la presenza e l'affiancamento degli educatori del SSER.

L'attività si svolge durante il periodo invernale ed è offerta dall'associazione A.S.D. Draghi Curling Club Torino, presso il Palazzetto del Ghiaccio di c.so Tazzoli / Via San Remo a Torino.

PADEL (paddle tennis)

L'attività viene proposta già da alcuni anni ed ha dato riscontri positivi su più piani per cui si è ritenuto di riproporla.

Il padel, o padel tennis, è uno sport praticato tramite una racchetta, più piccola di una normale racchetta da tennis ed una palla.

Poche regole ma importanti caratterizzano questa disciplina: la più originale è quella in per cui i muri delimitanti il fondocampo fanno parte dell'area di gioco quindi se la palla rimbalza su tali muri può esser respinta con la racchetta.

Questo sport ha dato modo di osservare nei ragazzi sensibili cambiamenti e miglioramenti dal punto di vista dell'attenzione sul compito, della coordinazione motoria-fine e dell'introiezione di nuove regole per le quali hanno mostrato flessibilità. La somiglianza con il tennis ha avvantaggiato alcuni ragazzi del Social club che già praticano questa disciplina ma non ha penalizzato i compagni che si sono accostati per la prima volta con entusiasmo alla novità.

I ragazzi hanno a disposizione un istruttore che li guida all'interno del campo, insegnando loro le tecniche fondamentali. Uno degli scopi e finalità di questa attività, essendo uno sport in cui si gioca due contro due, è la condivisione.

L'attività, come per gli anni precedenti, si svolgerà presso l'Associazione Culturale Variante BUNKER, sita in via Nicolò Paganini a Torino.

Il Costo dell'attività è sostenuto dalla Fondazione TEDA.

USCITE SERALI E GITE

Sono occasioni nelle quali i ragazzi hanno la possibilità di confrontarsi con il mondo esterno, mettere in pratica le proprie abilità sociali, sperimentarsi in esperienze nuove e arricchenti dal punto di vista emotivo. L'obiettivo delle uscite è anche quello di insegnare ai ragazzi come programmare un'attività: esporre un'idea di sul dove andare e che cosa fare, condividerla tutti insieme, ricercare le informazioni necessarie, organizzare le tappe dell'uscita e definire tutto ciò che occorre per essa. Questo tipo di lavoro aiuta ogni ragazzo a confrontarsi con il gruppo e a sperimentarsi nella difficoltà di prendere decisioni comuni.

Le uscite, di 4 ore ciascuna, si effettuano in orario pre serale in giorni feriali con cadenza quindicinale. In sostituzione ad esse può essere proposta una uscita dell'intera giornata (8 ore) al sabato per una gita, giornata sugli sci, visita

SOGGIORNO ESTIVO

Si prevede un soggiorno estivo della durata di una settimana circa, con la possibilità di usufruire di un appartamento per dare un senso di continuità al lavoro di autonomia degli utenti svolto durante l'anno e dar loro la possibilità di sperimentarsi in prima persona, con l'affiancamento degli educatori, nella gestione di una casa facendo fronte a richieste quali la pulizia e l'ordine della stessa, i momenti dei pasti e la condivisione di uno spazio comune. Un'occasione per sperimentare oltre le autonomie domestiche anche l'organizzazione di una vacanza piacevole, fatta di scelte e condivisione con i propri pari.

La realizzazione del soggiorno risulta subordinata alla presenza del numero dei partecipanti adeguato ed in linea al rapporto utenti-operatori previsto da Accreditamento.



Interactive
Health & Social Care



EVENTUALI NUOVE PROPOSTE

YOGA

Per quest'anno si sarebbe pensato di proporre un'attività nuova e differente, idea che prende corpo dalla richiesta di alcuni ragazzi di sperimentare questa nuove esperienze. Lo yoga permetterebbe di imparare tecniche di rilassamento, ampliando e affinando capacità di ascolto e riflessione, incrementare le abilità di propriocezione e controllo del proprio corpo. Attraverso alcuni studi (Università di Seattle USA con IMT Integrated Movement Therapy) si è arrivati alla conclusione che lo yoga può essere un valido aiuto per migliorare la socialità, la concentrazione e la comunicazione. Si parte dal presupposto che nel cervello esistono specifiche aree responsabili della regolazione di tutte quelle funzioni che sono deficitarie nei soggetti autistici. Una disfunzione del lobo frontale comporta diversi problemi come la difficoltà nel programmare una sequenza complessa di movimenti, mancanza di spontaneità nell'interazione con gli altri, mancanza di flessibilità del pensiero, persistenza di un'idea fissa. **Lo yoga** è un'attività che apporta benefici ai praticanti attraverso una serie di esercizi sempre dolci, realizzati sul posto, di allungamento, rilassamento, scioglimento e tonificazione di ogni parte del corpo, muscoli, tendini e articolazioni. Lo scopo dichiarato consiste nel tenere il corpo fisico in buona salute, per non occupare e disturbare la mente con dolori e sofferenze. Ci appoggeremmo all'istruttore di Yoga Giuseppe Cavallero, Maestro Yogi, colui che guida gli allievi e li supporta nella personale ricerca. Il suo metodo è basato sull'empatia con i partecipanti e la sua grande esperienza gli consente di non seguire schemi rigidi ma di svolgere, volta per volta, il suo compito guida, di suggeritore che percepisce e segue le caratteristiche degli allievi, il loro modo di essere e di interagire in quel dato momento.

Se il progetto si realizzerà i costi dell'attività saranno sostenuti dalla Fondazione Teda.

ORIENTEERING:

L'orienteering, o orientamento, consiste nell'effettuare un percorso predefinito caratterizzato da punti di controllo chiamati "lanterne" (paletto con punzone) e con l'aiuto esclusivo di una bussola e di una cartina topografica molto dettagliata a scala ridotta che contiene particolari del luogo da percorrere. Luogo di svolgimento sono i boschi, ma possono essere utilizzati gli ambienti naturali in generale (alle volte si gareggia nei centri storici delle grandi città). Un percorso standard consiste nella partenza e nei punti di controllo indicati tramite cerchi (centrati nell'oggetto da trovare) uniti tra loro da linee immaginarie (ogni atleta si fa il percorso da sé) e caratterizzati da numeri che indicano l'ordine di percorrenza, un punto d'arrivo.

Per questa attività ci si appoggerebbe al CUS Torino ed ai suoi istruttori che preparerebbero l'attività personalizzandola per i ragazzi, con l'aiuto e l'appoggio degli educatori del SSER. L'obiettivo è quello di rendere sempre più abili i ragazzi negli spostamenti e nel riconoscimento di segnali convenzionali e non per potersi orientare negli spazi seguendo indicazioni.



Prospetto riassuntivo delle attività anno 2019-2020

	Settembre 2019	Ottobre 2019	Novembre 2019	Dicembre 2019	Gennaio 2020	Febbraio 2020	Marzo 2020	Aprile 2020	Magg 2020	Giugn 2020	Luglio 2020
CANOTTAGGIO	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
STOFFA O NON STOFFA		■	■	■	■	■	■	■	■	■	
GAM	■ ■	■ ■	■ ■								
PADEL			■ ■	■ ■							
YOGA *											
ORIENTEERING *											
GOLF								■	■	■	
CURLING				■	■	■					
SCI					■	■					
USCITE SERALI	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■
Soggiorno estivo										■	

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Attività Serale

Uscite serali/Gite di 8 ore il sabato (gite, visite, giornata sugli sci ...) oppure due uscite preserali di 4 ore ciascuna infrasettimanali

Mese di Giugno

*Nuove proposte da definire