



A.S.D. LIBERI E FORTI APS

Castelleone (CR) – dal 1981

ANNO SCOLASTICO

2026 / 2027

PROGETTO INCLUSIVO PER ISTITUTI SCOLASTICI PRIMARI E SECONDARI

Oltre la Scuola

"Progetto alla scoperta del mondo non vedente e della danza al buio"



PERCORSO

Danza, esperienza al buio

DESTINATARI

Istituti di ogni ordine e grado

PARTNER

UICI – sezione di Cremona

01 CHI SIAMO

A.S.D. Liberi e Forti APS è un'associazione sportiva dilettantistica di Castelleone (CR), attiva dal 1981. Da oltre quarant'anni promuove corsi di ginnastica artistica, danza, fitness e wellness per tutte le età, affiancati da percorsi dedicati alle mamme in gravidanza e post parto e dal progetto di danza inclusiva "Oltre la Danza", rivolto a persone con e senza disabilità. Oggi sono poco meno di 500 gli iscritti che ogni settimana prendono parte alle attività proposte, condividendo un percorso di crescita motoria, benessere e inclusione.

La nostra mission è portare sul territorio i valori educativi e sociali dello sport, nella convinzione che lo sport abbia il potere di cambiare il mondo. Un impegno oggi riconosciuto ufficialmente con l'attribuzione della qualifica di APS (Associazione di Promozione Sociale), a testimonianza dell'impegno che da sempre orienta la nostra attività verso finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale, con particolare attenzione a bambini, giovani e persone in situazione di fragilità.

In quest'ottica collaboriamo da anni con le Scuole dell'Infanzia e gli istituti scolastici per diffondere i benefici del movimento fin dalla prima infanzia, mettendo a disposizione tecnici qualificati, esperienza pluriennale e un metodo pensato su misura per ogni fascia d'età.

1981ANNO
FONDAZIONE**40+**ANNI
DI ATTIVITÀ**4**AREE
DI ATTIVITÀ**500**

ISCRITTI

Ginnastica artistica**Danza****Fitness****Wellness**

IL PARTNER — UNIONE ITALIANA DEI CIECHI E DEGLI IPOVEDENTI (UICI), SEZIONE DI CREMONA

L'UICI è un'associazione attiva dal 1920, Ente del Terzo Settore e Associazione di Promozione Sociale, impegnata nella tutela e nell'integrazione sociale delle persone cieche e ipovedenti. Nell'ambito del progetto Oltre la Scuola, l'UICI collabora con l'A.S.D. Liberi e Forti APS mettendo a disposizione propri rappresentanti non vedenti, che affiancano il nostro staff nelle attività svolte con bambini e ragazzi.

02 PRESENTAZIONE DEL PROGETTO



Oltre la Scuola è un progetto inclusivo rivolto a Istituti di ogni ordine e grado, pensato per avvicinare bambini e ragazzi al mondo della disabilità visiva. Accanto a momenti di confronto e riflessione, il progetto propone la pratica diretta di attività di danza al buio, per vivere in prima persona l'esperienza della disabilità visiva.

Il percorso rappresenta l'evoluzione del progetto Oltre la Danza, promosso dall'A.S.D. Liberi e Forti APS e rivolto alle persone con disabilità. Forte dell'esperienza maturata, l'associazione ha sviluppato un nuovo progetto dedicato al mondo della scuola, finalizzato ad avvicinare gli studenti alla realtà della disabilità visiva, promuovendo inclusione, consapevolezza ed empatia.

CONFRONTO E RIFLESSIONE

Momenti in aula

DANZA AL BUIO

Esperienza diretta

"Promuovendo inclusione, consapevolezza ed empatia"

03 OBIETTIVI

- Diffondere la cultura dell'integrazione e della solidarietà, con l'accettazione e la valorizzazione della diversità e dei limiti individuali.
- Favorire la pratica sportiva per tutti e promuovere lo sport come elemento di socialità e inserimento sociale.
- Sensibilizzare bambini e ragazzi sul tema della disabilità visiva attraverso l'esperienza diretta.
- Consolidare, attraverso il laboratorio di danza, le abilità nel movimento e nel linguaggio e la possibilità di instaurare rapporti sociali con gli altri.
- Favorire, tramite la danza e il movimento, la costruzione di relazioni, la coordinazione corporea, il riconoscimento della propria identità personale e la costruzione di relazioni sociali.

04 DESTINATARI



Il progetto è rivolto a bambini e ragazzi di istituti scolastici primari e secondari.



05 COMPETENZE DA ACQUISIRE

- Maggiore consapevolezza di cosa significhi vivere con una disabilità visiva.
- Capacità di orientamento e fiducia nel gruppo, anche in assenza della vista.
- Primi rudimenti di scrittura braille.
- Primi passi di danza (bachata) sperimentati al buio.
- Sviluppo dell'empatia e del rispetto verso la disabilità e la diversità.

06 METODO

L'incontro alterna momenti di confronto in aula, attività motorie e di danza in palestra o sala polifunzionale, ed esperienze sensoriali guidate. I ragazzi vengono bendati e accompagnati passo dopo passo dagli istruttori e dai rappresentanti non vedenti dell'UICI, in un percorso graduale che parte dall'orientamento di base fino ad arrivare a piccole simulazioni della vita quotidiana di una persona non vedente.

Confronto**Orientamento****Danza (bachata)****Simulazione**

07 ARTICOLAZIONE DEL PERCORSO

1

CONOSCERE IL MONDO DELLA DISABILITÀ VISIVA (in classe)

L'attività si apre con la proiezione di un breve video introduttivo dedicato al rapporto tra la persona non vedente e il cane guida. Attraverso immagini e spiegazioni vengono illustrati il ruolo del cane guida, le corrette modalità di approccio e di interazione con l'animale, nonché le tecniche di orientamento e mobilità della persona non vedente mediante l'utilizzo del bastone bianco e del cane guida. Successivamente il volontario dell'UICI affronta in chiave comprensibile ai bambini/ragazzi il tema della disabilità visiva aprendo un dialogo incentrato sulla vita quotidiana da non vedenti, l'uguaglianza, il pregiudizio e i cani guida. Segue un laboratorio di scrittura braille durante il quale viene dato ampio spazio per le domande dei ragazzi.

2

MUOVERSI SENZA LA VISTA: ORIENTAMENTO E DANZA (in palestra/sala polifunzionale)

Dopo un riscaldamento guidato con la musica, i ragazzi vengono bendati e, prima in gruppo e poi in coppia, svolgono esercizi di orientamento. Viene poi insegnato il passo base della bachata, che i ragazzi provano a ballare in coppia, sempre al buio.

3

VIVERE L'ESPERIENZA: AUTONOMIA, SENSI E FIDUCIA (in palestra/sala polifunzionale)

I ragazzi che hanno già affrontato i primi due momenti sperimentano, sempre bendati e guidati dall'istruttore e da un volontario non vedente, alcune situazioni della routine quotidiana di una persona non vedente: il momento del pasto, l'orientamento tra i suoni della città, il riconoscimento di cibi e oggetti tramite tatto e olfatto, esercizi di fiducia con un accompagnatore e il riconoscimento delle persone attraverso il tatto. L'incontro si chiude con un percorso motorio in musica e piccole gare di corsa.

Si consiglia di svolgere la terza parte in una giornata diversa rispetto alle prime due



08 DURATA E CALENDARIO

Il progetto dura circa due ore. Per ottimizzare l'esperienza si consiglia, ove possibile, di organizzarlo su almeno tre ore complessive, suddivise in due giornate. Il progetto è personalizzabile in base alle esigenze delle insegnanti e dell'Istituto.

**DURATA INDICATIVA**

Circa 2 ore (consigliate 3)

ARTICOLAZIONE

Consigliate due giornate

Personalizzabile in base alle esigenze delle insegnanti e dell'Istituto

09 RISORSE NECESSARIE

- Un'aula per il momento di confronto e per il laboratorio di scrittura braille.
- Una palestra o sala polifunzionale per le attività motorie e di danza.
- Bende per gli esercizi al buio, impianto audio per la musica.
- Materiali per gli esercizi sensoriali (cibi, oggetti da riconoscere al tatto e all'olfatto).
- Tavolette braille.

Tutto il materiale necessario per la gestione delle lezioni è fornito dall'associazione.



10 STAFF DEDICATO



Le attività sono condotte da un team di istruttori di danza affiancati da volontari non vedenti di UICI.

Istruttori di danza

A.S.D. Liberi e Forti APS

Volontari non vedenti UICI

In affiancamento durante tutte le attività

11 RISULTATI ATTESI

Al termine del percorso, si attende che siano raggiunti i seguenti miglioramenti:

Consapevolezza inclusiva — maggiore conoscenza della disabilità visiva, sviluppo di atteggiamenti di rispetto, sensibilità e apertura verso le diverse modalità di percezione e di relazione con il mondo.

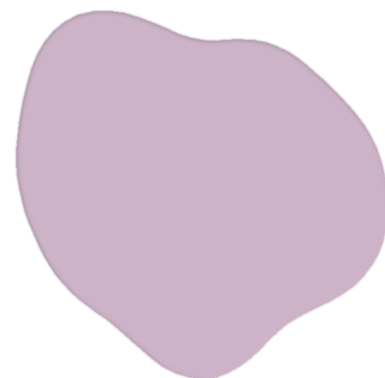
Empatia relazionale — sviluppo della capacità di mettersi nei panni dell'altro, comprendendone emozioni, bisogni e modalità comunicative, favorendo ascolto, collaborazione e inclusione.

Integrazione psicomotoria — consolidamento, attraverso la danza e il movimento, delle competenze motorie, comunicative, espressive e relazionali, favorendo il benessere, l'autonomia e la piena partecipazione al gruppo.

12 MODALITÀ DI VERIFICA E VALUTAZIONE

I progressi e il coinvolgimento dei ragazzi vengono osservati dagli istruttori e dai volontari UICI durante le attività. È possibile prevedere, su richiesta dell'Istituto, un momento di confronto finale con le insegnanti.

"Sviluppo dell'empatia e della capacità di mettersi nei panni dell'altro"



13 COSTI

Il costo del progetto è il seguente:

COSTO DEL PROGETTO

€ 35,00 per ora, a classe

Il progetto è personalizzabile in base alle esigenze delle insegnanti e dell'Istituto; pacchetti dedicati o esigenze specifiche possono essere concordati direttamente con l'associazione.



✓ Nessun costo nascosto: preventivo su misura concordato direttamente con l'Istituto.



14 CONCLUSIONE

Siamo a completa disposizione per adattare e personalizzare il progetto Oltre la Scuola in base alle esigenze specifiche del vostro Istituto, garantendo un'esperienza formativa che risponda al meglio alle necessità dei ragazzi e degli insegnanti. Per qualsiasi chiarimento o informazione aggiuntiva, il nostro staff è a disposizione.

15 CONTATTI



SEDE

Via San Giovanni Bosco 12 - 26012 Castelleone (CR)



EMAIL

info@liberieforticastelleone.it



TELEFONO

0374 717970 — Cell. 366 8706898



SITO WEB

www.liberieforticastelleone.it



INSTAGRAM

[@liberieforti](https://www.instagram.com/liberieforti)



WHATSAPP

366 8706898

