



FEDERAZIONE
ITALIANA
DELLO
SPORT
UNIVERSITARIO

I Progetti Territoriali dei CUS - 2024

CUS Genova



Catania

CUS Catania

CUS Genova



Sport Ad Alta Quota

Angelo Bedini, Responsabile della Comunicazione CUS Genova

Il progetto "Sport ad alta quota" promuove uno stile di vita attivo e sano tra gli studenti universitari, offrendo loro l'opportunità di praticare sport all'aria aperta. Vogliamo incoraggiare il benessere fisico e mentale, creare un senso di comunità e favorire l'interazione tra gli studenti.

Le attività proposte sono:

- Escursioni lungo vari percorsi naturalistici della Liguria. Ogni escursione sarà condotta da un istruttore qualificato, che fornirà informazioni sui sentieri e sull'ecosistema locale.
- Giornate sulla neve dedicate allo Sci e allo Snowboard nel comprensorio di Limone Piemonte.
- Weekend in rifugi con attività di trekking, ciaspolate e momenti di socializzazione a stretto contatto con la natura.

Gli obiettivi sono:

- Promuovere l'inclusione e la socializzazione all'aria aperta tra studenti provenienti da realtà sociali e geografiche diverse, favorendo inoltre la conoscenza reciproca.
- Valorizzare non solo le attività sportive, ma anche il patrimonio culturale e naturale della Liguria e del Piemonte. Gli studenti saranno incentivati a esplorare borghi storici e tradizioni locali durante le escursioni, creando un legame più profondo con il territorio e le sue peculiarità.
- Promuovere pratiche di rispetto per l'ambiente, sensibilizzando gli studenti sulla necessità di preservare le bellezze naturali e sull'importanza di un turismo responsabile.

Gli studenti spesso affrontano sfide legate alla gestione del tempo, dello stress e dell'equilibrio tra studio e vita personale. L'attività fisica può giocare un ruolo cruciale nel migliorare il benessere psicofisico, aiutandoli a sviluppare abilità di gestione dello stress e a migliorare la concentrazione.



CUS Catania

Sport Ability In Disability

Marco Carli, Responsabile della Comunicazione CUS Catania

L'obiettivo generale dell'iniziativa è promuovere l'interazione tra coetanei per favorire l'inclusione sociale, di individui affetti da disturbo dello spettro autistico, in un contesto ludico sportivo.

A breve termine, il progetto mira ad aumentare la qualità degli spazi relazionali condivisi, a sviluppare competenze e strategie di coping attraverso l'imitazione e ad accrescere il livello di inclusione sociale. Nel lungo periodo, gli obiettivi includono il miglioramento delle abilità cognitive, lo sviluppo e il potenziamento delle competenze espressive, comunicative e relazionali, oltre all'acquisizione di una comunicazione assertiva.

Il progetto si articolerà in quattro fasi. Nella prima fase, verrà presentato ai tutor, ai dirigenti e agli istruttori sportivi, seguita da incontri formativi. La seconda fase prevede una valutazione neuropsichiatrica per definire un programma di intervento individualizzato. Successivamente, si svolgeranno attività sportive e ricreative con il supporto di tutor e psicologi, per facilitare l'inclusione nei gruppi. Infine, il progetto si concluderà con un incontro finale dedicato alla raccolta di feedback.

Le attività si svolgeranno all'interno degli impianti sportivi del CUS Catania. Bambini e ragazzi con autismo avranno la possibilità di praticare diverse discipline sportive, tra cui rugby, scherma, calcio, atletica leggera, pallavolo, basket e arrampicata sportiva.

Il progetto è rivolto a bambini e ragazzi di età compresa tra i 6 e i 18 anni con disabilità, in particolare con disturbo dello spettro autistico. Circa 15 bambini con autismo prenderanno parte alle attività insieme a gruppi di coetanei neurotipici, favorendo così un'integrazione inclusiva e partecipativa.