

"DAI BANCHI ALLA BICI" METTIAMOCI IN MOVIMENTO"

IDEA E PROGETTAZIONE

DOTT. ALESSANDRO BRESSAN

FEBBRAIO 2023



*“SE QUALCOSA È REALMENTE IMPORTANTE DOVRESTI COMUNQUE PROVARCI,
ANCHE SE LE PROBABILITÀ DI FALLIRE SONO MOLTO ALTE”*

(ELON MUSK)

❖ DALLA FRASE PRIMA RIPORTATA, DESIDERO PRESENTARE UNA ATTIVITÀ ALTERNATIVA ALLA METODOLOGIA TRADIZIONALE CHE SI SVOLGE IN CLASSE

UNA VOLTA INDIVIDUATO I DESTINATARI
ALL'INTERNO DEL GRUPPO CLASSE,
AVVICINARLI GRADUALMENTE ALLA CONSAPEVOLEZZA:

- ❖ DELLE PROPRIE CAPACITÀ SPORTIVE
- ❖ DELLE PROPRIE CAPACITÀ FISICHE
- ❖ DELLE PROPRIE CAPACITÀ DI LAVORARE IN GRUPPO
- ❖ DELLA PROPRIA AUTOSTIMA

- 
- ❖ SI TRATTERÀ DI CREARE UN TEAM DI ALUNNI E DOCENTI. QUESTO PERCORSO SI DOVRÀ ATTIVARE NELLE PROSSIME SETTIMANE
 - ❖ IL PERIODO DI QUESTO PROGETTO SARÀ MARZO/GIUGNO 2023



❖ CREARE UN TEAM DI ALUNNI I QUALI PRESENTERANNO ALCUNE CARATTERISTICHE FONDAMENTALI:

❖ ALUNNI I QUALI NON PRESTANO ATTENZIONE IN AULA

❖ ALUNNI I QUALI NON SI SIANO MAI AVVICINATI AL MONDO DELLO SPORT

❖ ALUNNI I QUALI NON ABBIAMO MAI AVUTO POSSIBILITÀ DI FAR SPORT



❖ IL GRUPPO DOCENTI SARÀ FORMATO DA DOCENTI I QUALI SI VOGLIANO METTERE A SERVIZIO DELL'ISTITUTO TURAZZA AL FINE DI RAGGIUNGERE UN' OBIETTIVO IL QUALE LI VEDRÀ:

❖ DOCENTI

❖ SPORTIVI

❖ COACH

NEI CONFRONTI DEL GRUPPO ALUNNI

❖ IL GRUPPO ALUNNI UNA VOLTA INDIVIDUATI, DOVRÀ EFFETTUARE UNA VISITA MEDICA/IDONEITÀ PRESSO IL LORO MEDICO DI BASE PER IL RILASCIO DEL CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO

❖ SI ANDRÀ A CREARE UN TEAM ALUNNI/DOCENTI IL QUALE IN TEMPI BREVI SI ORGANIZZERÀ PER LA STESURA DI UN CALENDARIO

IL CALENDARIO PREVEDE :


❖ LA CREAZIONE DI UN TEAM NELLA PIATTAFORMA OFFICE LA QUALE AVRÀ LO SCOPO DI:

❖ PASSAGGIO DI COMUNICAZIONE

❖ STESURA DEL DIARIO DI BORDO DELLE ATTIVITÀ

❖ INCONTRI ONLINE NEL CASO DI URGENTI COMUNICAZIONI ALL'INTERNO DEL TEAM

- ❖ IL PROGETTO NON VUOLE CREARE *"SPORTIVI AGONISTI/COMPETITIVI AL 100%"*
MA ALUNNI CONSAPEVOLI DELLE PROPRIE CAPACITÀ LE QUALI
NEMMENO MAI ERANO PRESE IN CONSIDERAZIONI DALLA LORO PERSONA
- ❖ DI TALE PROGETTO SARANNO INFORMATE LE FAMIGLIE E SI RICHIEDERÀ IL LORO
CONSENSO PER TALE ATTIVITÀ

- 
- ❖ A BREVE CONTATTEREMO ULSS 2 MARCA TREVIGIANA RIGUARDO QUESTO PROGETTO
LE CUI FINALITÀ SOCIO/SANITARIE SONO:
 - ❖ LO SPORT COME ATTIVITÀ DI PREVENZIONE DELLA SALUTE
 - ❖ PREVENZIONE PER INIZIARE AD AVERE BUONE ABITUDINI
 - ❖ NUOVE ABITUDINI ALIMENTARI/SPORTIVE
 - ❖ INIZIO DI NUOVE PASSIONI/HOBBY
 - ❖ NUOVE ATTIVITÀ PER FRONTEGGIARE EMERGENZE SOCIALI

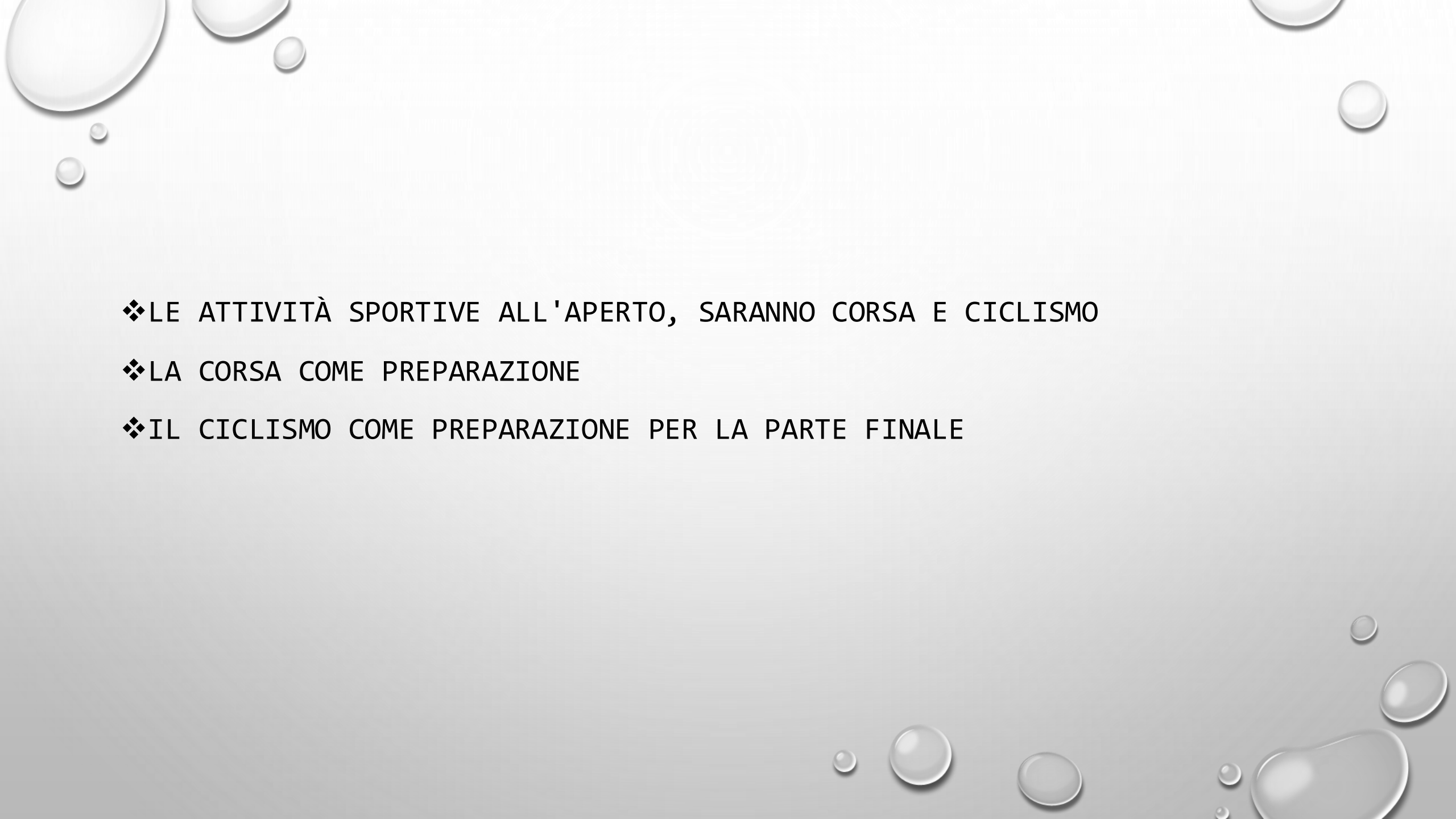
- ❖ DOPO AVER CREATO IL TEAM, SI INIZIERÀ UNA PARTE TEORICA/POSTURALE IN PALESTRA
- ❖ LE ATTIVITÀ PREVALENTEMENTE SARANNO SVOLTE IN UN SECONDO MOMENTO ALL'APERTO
- ❖ CI SPOSTEREMO LUNGO L'ALZAIA DEL FIUME SILE CHE DISTA POCHI CENTINAIA DI METRI DALLA SEDE DEL NOSTRO ISTITUTO

- ❖ ESERCIZI DI MOBILITÀ, POSTURA, ESERCIZI DI RESPIRAZIONE, SARANNO PRESENTI OGNI VOLTA ALL'INIZIO DELLA SESSIONE DI ATTIVITÀ
- ❖ LE ATTIVITÀ SARANNO MONITORATE DA DISPOSITIVI ELETTRONICI O DEVICE MOBILE I QUALI AVRANNO LO SCOPO DI EVIDENZIARE I MIGLIORAMENTI E LE PROGESSI DEL TEAM

- ❖ DOPO QUALCHE SETTIMANA, SI PROCEDERÀ AD UNA VERIFICA DELLE ATTIVITÀ SVOLTE
- ❖ BREVI TEST PER EVIDENZIARE MIGLIORAMENTI/REGRESSIONI DEL TEAM
- ❖ ANCHE I DOCENTI SARANNO MONITORATI PER FAR SÌ CHE TUTTO IL TEAM PRESENTI UNA BUONA PREPARAZIONE PER L'ATTIVITÀ FINALE

❖ QUESTO PROGETTO PREVEDE UNA PARTE FINALE.

UNA CONCLUSIONE DI QUANTO SVOLTO NELLE SETTIMANE PRECEDENTI

- 
- ❖ LE ATTIVITÀ SPORTIVE ALL'APERTO, SARANNO CORSA E CICLISMO
 - ❖ LA CORSA COME PREPARAZIONE
 - ❖ IL CICLISMO COME PREPARAZIONE PER LA PARTE FINALE

❖ ATTIVITÀ FINALE:

"ENGIM RIDE, TREVISO-VICENZA"

SI PARTIRÀ IN BICICLETTA

DALLA SEDE DI TREVISO

E SI RAGGIUNGERÀ

LA SEDE REGIONALE ENGIM

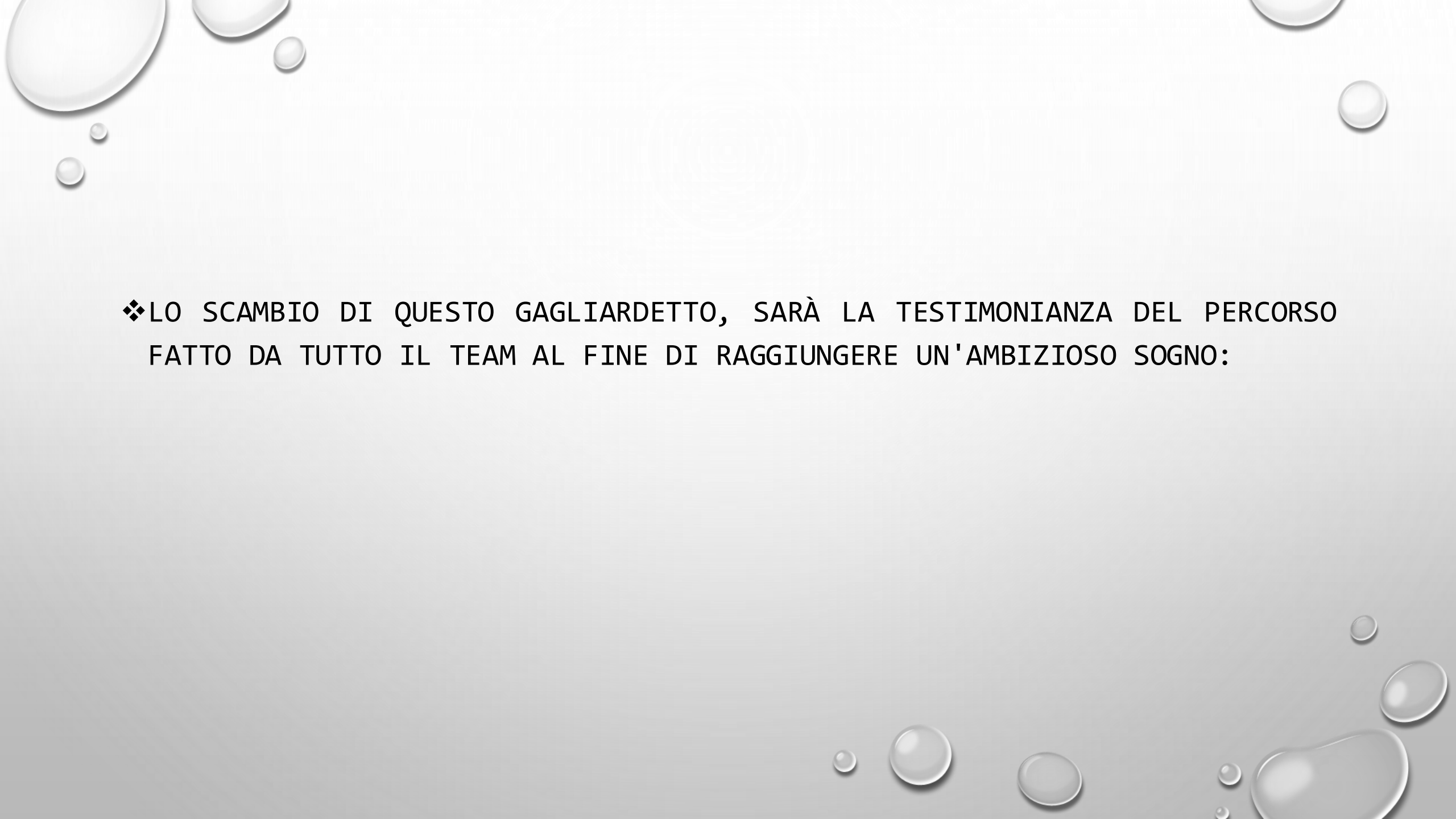
(VICENZA, CONTRÀ VITTORIO VENETO 1)

❖ COLLEGEREMO

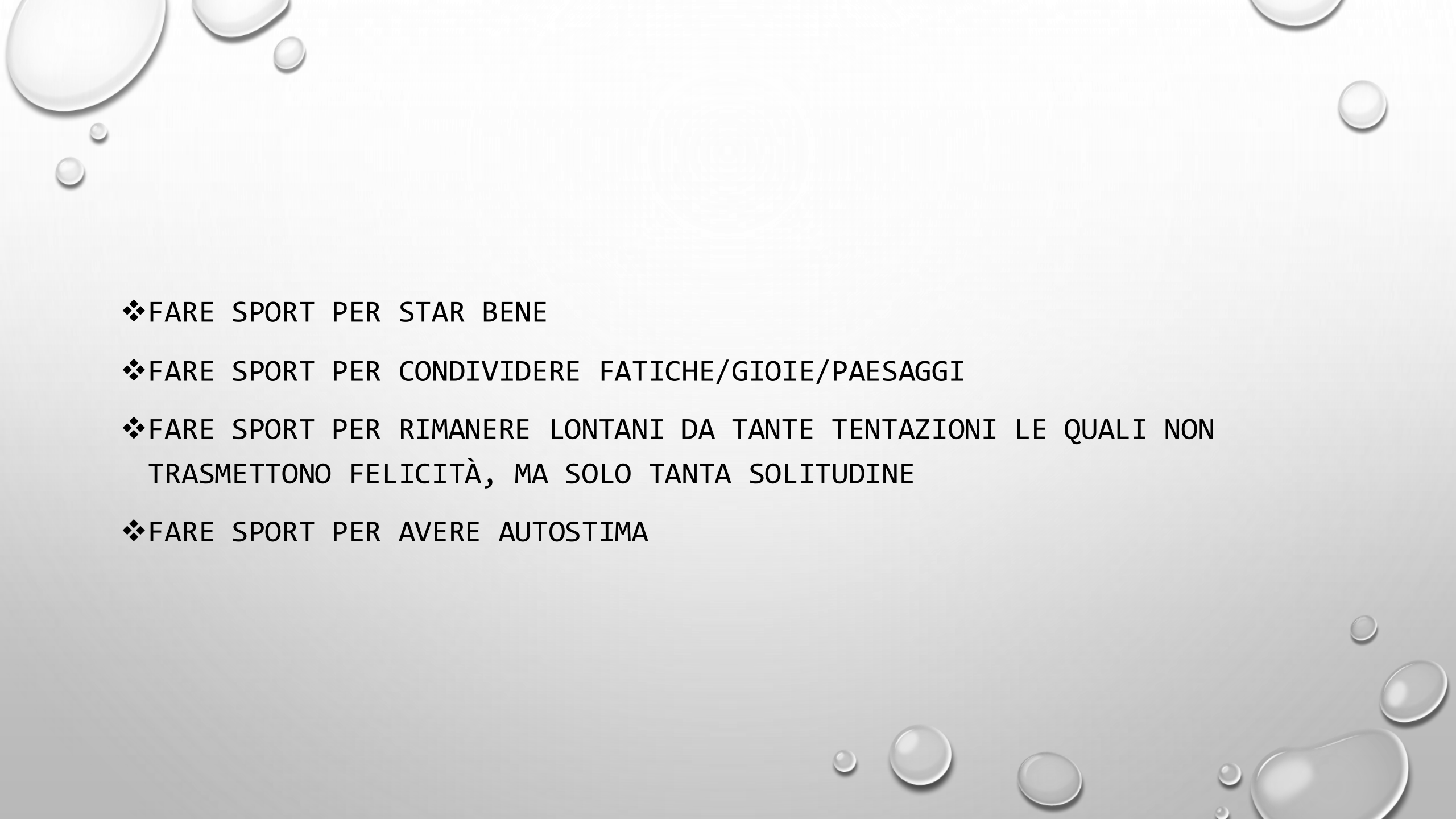
*"PIAZZA DEI SIGNORI DI TREVISO,
CON PIAZZA DEI SIGNORI DI VICENZA"*

SEGUENDO LA CICLABILE DELL'OSTIGLIA E VIE SECONDARIE

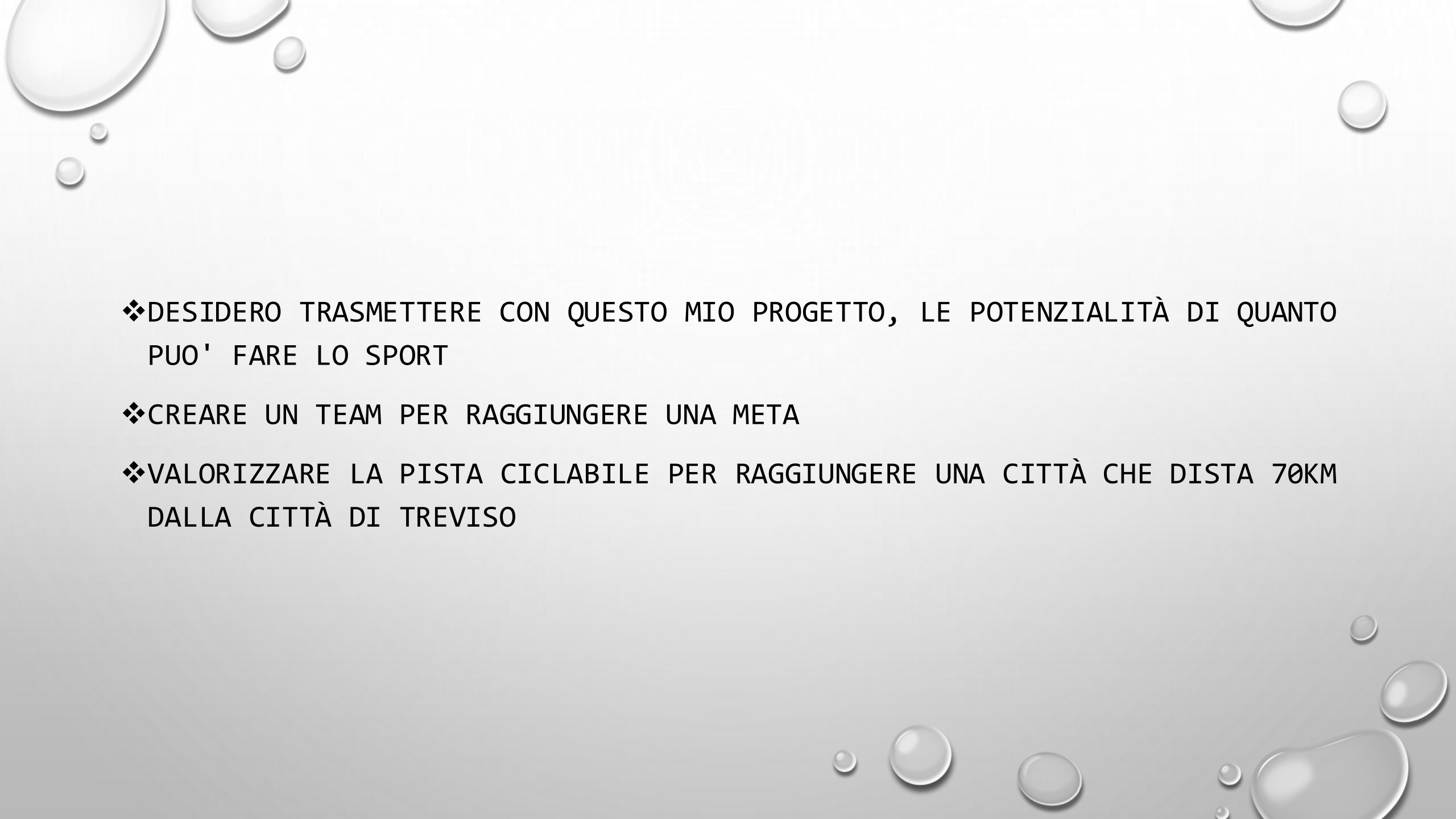
- ❖ UNA VOLTA PARTITI DALLA SEDE ENGIM DI TREVISO, CI FERMEREMO IN PIAZZA DEI SIGNORI DI TREVISO DOVE IL SIG.SINDACO CI CONSEGNERÀ/AFFIDERÀ (*FOTO COMMEMORATIVA*) IL GAGLIARDETTO DEL COMUNE DI TREVISO
- ❖ UNA VOLTA ARRIVATI A VICENZA, LO DAREMO AL SUO COLLEGA DELLA CITTÀ BERICA, NELLA PIAZZA DEI SIGNORI DI VICENZA

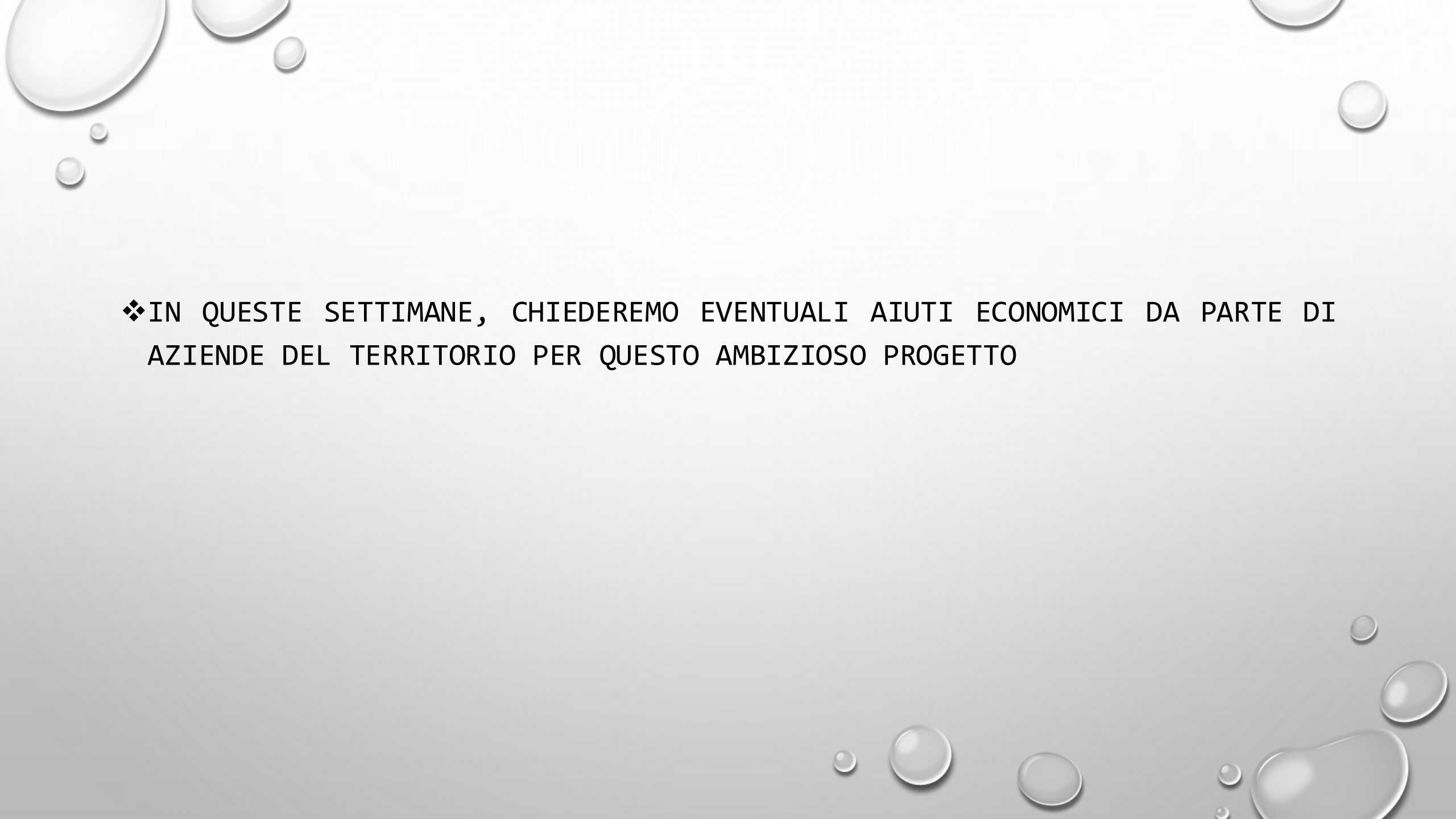
The image features a light gray background with several realistic water droplets of various sizes scattered in the corners. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. In the center of the page, there is a faint, circular watermark logo consisting of concentric rings.

❖ LO SCAMBIO DI QUESTO GAGLIARDETTO, SARÀ LA TESTIMONIANZA DEL PERCORSO FATTO DA TUTTO IL TEAM AL FINE DI RAGGIUNGERE UN'AMBIZIOSO SOGNO:

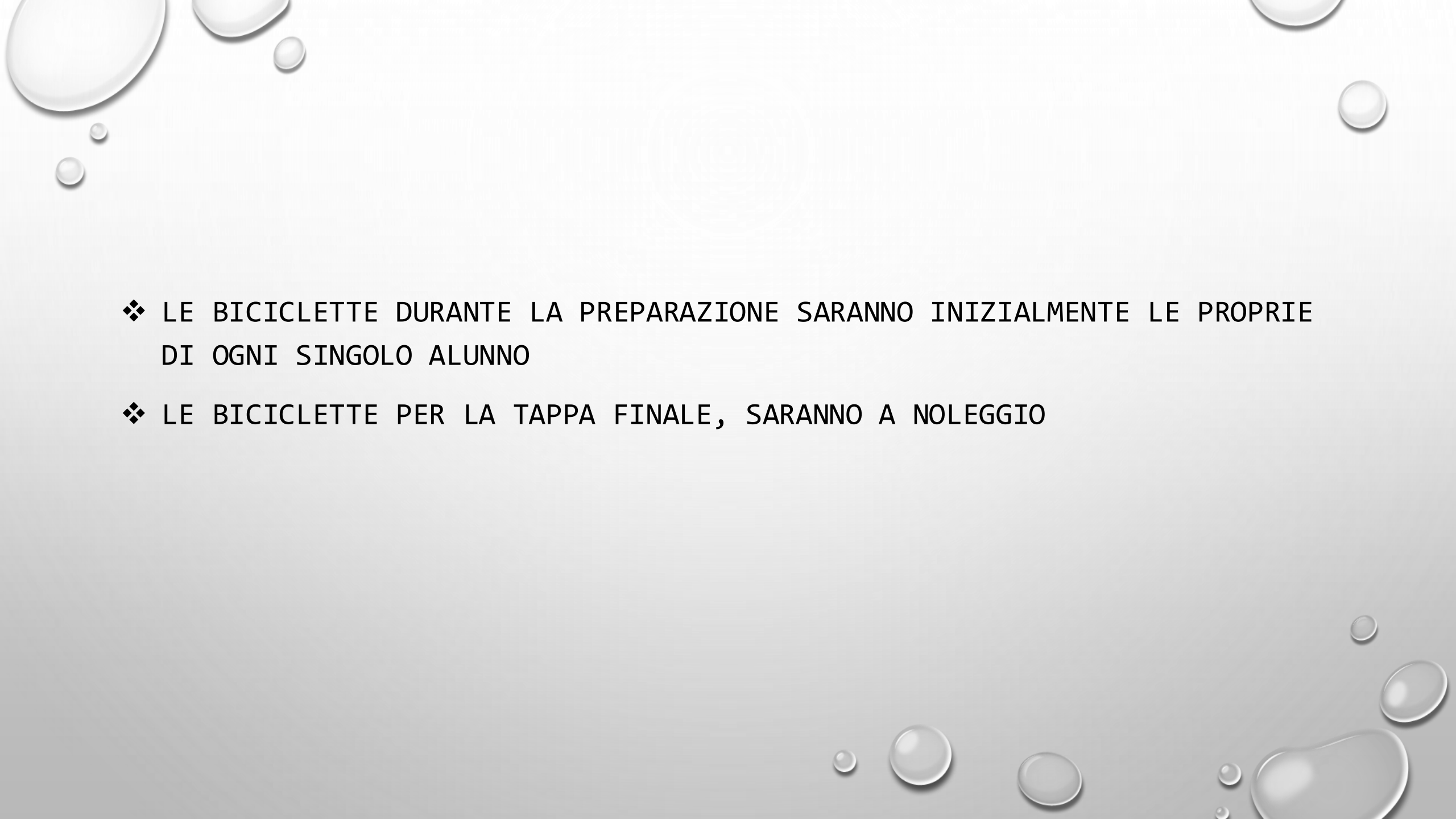
- 
- ❖ FARE SPORT PER STAR BENE
 - ❖ FARE SPORT PER CONDIVIDERE FATICHE/GIOIE/PAESAGGI
 - ❖ FARE SPORT PER RIMANERE LONTANI DA TANTE TENTAZIONI LE QUALI NON TRASMETTONO FELICITÀ, MA SOLO TANTA SOLITUDINE
 - ❖ FARE SPORT PER AVERE AUTOSTIMA

❖ NEL CASO IL SIG. SINDACO NON SIA IMPEGNATO NELLE PROPRIE ATTIVITÀ AMMINISTRATIVE, È BEN ACCOLTO NEL TEAM PER QUANTO RIGUARDA LA TAPPA FINALE "TREVISO/VICENZA"

- 
- ❖ DESIDERO TRASMETTERE CON QUESTO MIO PROGETTO, LE POTENZIALITÀ DI QUANTO PUO' FARE LO SPORT
 - ❖ CREARE UN TEAM PER RAGGIUNGERE UNA META
 - ❖ VALORIZZARE LA PISTA CICLABILE PER RAGGIUNGERE UNA CITTÀ CHE DISTA 70KM DALLA CITTÀ DI TREVISO

The image features a light gray background with several realistic water droplets of varying sizes scattered in the corners. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. The text is centered in the middle of the page.

❖ IN QUESTE SETTIMANE, CHIEDEREMO EVENTUALI AIUTI ECONOMICI DA PARTE DI AZIENDE DEL TERRITORIO PER QUESTO AMBIZIOSO PROGETTO

- 
- ❖ LE BICICLETTE DURANTE LA PREPARAZIONE SARANNO INIZIALMENTE LE PROPRIE DI OGNI SINGOLO ALUNNO
 - ❖ LE BICICLETTE PER LA TAPPA FINALE, SARANNO A NOLEGGIO

- ❖ AVREI PREVISTO IN QUESTO PROGETTO UN'INCONTRO CON QUALCHE SPORTIVO FAMOSO DEL MONDO DEL CICLISMO
- ❖ UNA SUA TESTIMONIANZA SULL'IMPORTANZA DI FARE SPORT E SUI VALORI CHE LO SPORT TRASMETTE
- ❖ DI QUESTO INCONTRO, GIÀ NELLE PROSSIME SETTIMANE POTREI AVERE QUALCHE CONFERMA O MENO

- ❖ QUI DI SEGUITO ALCUNI PUNTI TECNICI DI QUESTO MIO PROGETTO:
- ❖ PRESENTAZIONE PROGETTO ALL'UFF. ORIENTAMENTO/DIREZIONE ENGIM TREVISO
- ❖ CONSIGLIO DI CLASSE/INDIVIDUAZIONE ALUNNI DESTINATARI
- ❖ INCONTRO CON UN CAMPIONE DEL MONDO DEL CICLISMO. FRANCESCO MOSER (?) POTREI GIÀ INIZIARE A CONTATTARLO TRAMITE AMICI
- ❖ PRESENTAZIONE PROGETTO ALLE FAMIGLIE DEGLI ALUNNI INTERESSATI
- ❖ PRESENTAZIONE TEMPI E OBIETTIVO FINALE
- ❖ INIZIO INCONTRI SETTIMANALI/STESURA DIARIO DI ALLENAMENTO PERSONALE
- ❖ ALLENAMENTO SETTIMANALE INDIVIDUALE
- ❖ ALLENAMENTO QUINDICINALE DI TUTTO IL TEAM COINVOLTO
- ❖ TEST DI VERIFICA MIGLIORAMENTO ATLETICO/COMPORMENTALE A METÀ DEL PROGETTO
- ❖ INIZIO STESURA LOGISTICA PER LA PROVA FINALE
- ❖ SENSIBILIZZAZIONE E PROMOZIONE DEL PROGETTO AL FINE DI RACCOGLIERE FONDI BANCA, IMPRESE, AZIENDE, SPONSOR TECNICI
- ❖ SENSIBILIZZAZIONE E PROMOZIONE DEL PROGETTO ATTRAVERSO ASL
- ❖ PROMOZIONE DEL PROGETTO TRAMITE CANALI SOCIAL MEDIA ENGIM
- ❖ SIMULAZIONE IMPRESA FINALE
- ❖ ENGIM RIDE...DATA DA DESTINARSI PER L'IMPRESA FINALE
- ❖ ENGIM RIDE...DALLA SEDE TURAZZA DI TREVISO, SEGUENDO LA CICLABILE DELL'OSTIGLIA, SI ARRIVERÀ NELLA SEDE REGIONALE DI VICENZA. IL RITORNO SI FARÀ IN TRENO

❖NOTE TECNICHE:

QUI SOTTO RIPORTO TRACCE GPX RIGUARDO “ENGIMRIDE TREVISO/VICENZA”

[https://www.komoot.com/invite-](https://www.komoot.com/invite-tour/1005061418?code=954KNW7_E0AFUG8U0WJTFTK5FRVC9FHyrkBOVSU9JQ5J3WQNU)

[tour/1005061418?code=954KNW7 E0AFUG8U0WJTFTK5FRVC9FHyrkBOVSU9JQ5J3WQNU](https://www.komoot.com/invite-tour/1005061418?code=954KNW7_E0AFUG8U0WJTFTK5FRVC9FHyrkBOVSU9JQ5J3WQNU)

❖ <https://www.google.com/maps/dir/via+da+milano,+treviso/patronato+leone+xiii,+contr%C3%A0+vittorio+veneto,+1,+36100+vicenza+vi/@45.5643461,11.6273916,10z/data=!4m14!4m13!1m5!1m1!1S0X47794835FB0D61ED:0X398DE0E46169A5A5!2M2!1D12.2696486!2D45.6670916!1m5!1m1!1S0X477F3163C8CCDC7F:0X3DD5A0975CC05D8E!2M2!1D11.5455978!2D45.5505902!3E1>

❖ NOLEGGIO BICICLETTE A TREVISO:

❖ [HTTPS://TREVISO.BIKE/](https://treviso.bike/)

❖ [HTTP://WWW.ANDREALENZINI.IT/](http://www.andrealenzini.it/)

❖ [HTTPS://WWW.KM261.IT/](https://www.km261.it/)

❖ [HTTPS://WELOVEVENETO.IT/AZIENDE/CICLI-SAN-MARCO-TREVISO/](https://weloveveneto.it/aziende/cicli-san-marco-treviso/)

- ❖ VIAGGIO DI RITORNO VICENZA/TREVISO (DATA E ORARIO IPOTETICO):
VICENZA/TREVISO 05.06.2023
- ❖ PARTENZA DA: VICENZA ORE 17:14 ARRIVO A: TREVISO ORE 18:22 2 ADULTI , 5 RAGAZZI
- ❖ (SI POSSONO SOLO EFFETTUARE NUMERO 7 PRENOTAZIONI ONLINE) SI ANDRÀ IN STAZIONE A TREVISO X I BIGLIETTI DI RITORNO E SUPPLEMENTO BICICLETTE
- [HTTPS://WWW.LEFRECCE.IT/CHANNELS.WEBSITE.WEB/#/SEARCH-RESULTS?HANDOFF=TRUE&REFERRER=SEARCH.BECOVI.COM](https://www.lefrecce.it/channels.website.web/#/search-results?handoff=true&referrer=search.becovi.com)

❖ VIDEO TRATTO DA YOUTUBE

❖ “DA VICENZA A TREVISO IN BICI LUNGO LA CICLABILE VIA OSTIGLIA”;
NEL NOSTRO CASO SI FAREBBE LA TRATTA INVERSA

❖ [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=8FR5C1JFZN0](https://www.youtube.com/watch?v=8FR5C1JFZN0)

❖ A RIGUARDO DI QUESTO MIO PROGETTO, VOGLIO RIPORTARE UNA FRASE CHE RIASSUME QUANTO SOPRA HO DESCRITTO:

The background is a light gray gradient with several realistic water droplets of various sizes scattered in the corners. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance. The text is centered in the middle of the page.

*“PRIMA ANCORA DI VINCERE O PERDERE,
IL CICLISMO È RISPONDERE “PRESENTE!”*

IO CI SONO.”

(FRANCESCO MOSER)

GRAZIE PER L'ATTENZIONE
DOTT. ALESSANDRO BRESSAN
-FEBBRAIO2023-