

CONSIGLIO FEDERALE N. 1 DEL 9 FEBBRAIO 2023

DELIBERA N. 20

SETTORE PROMOZIONE E SVILUPPO	PROGETTO PENTAKIDS
--	---------------------------

IL CONSIGLIO FEDERALE

VISTO lo Statuto e i Regolamenti federali;

VISTA la Delibera Presidenziale n. 64 del 22 dicembre 2022 e ratificata con Delibera n. 390 al Consiglio Federale n. 11 del 27 dicembre 2022, con la quale si approvava la rimodulazione della durata e dei contenuti dei criteri del Progetto PentaKids: Innovazione e Comunità, finanziato da Sport e Salute;

CONSIDERATA la bozza di progetto presentato dal Responsabile dello stesso, Dott. Pierpaolo Alessandro, che si allega alla presente;

CONSIDERATA l'urgenza di dare indicazioni e modalità di attuazione del progetto;

DELIBERA

- di dare mandato al Presidente Federale di approvare il Progetto definitivo da presentare ai Centri Tecnici Territoriali (CTT)
- di dare mandato al Segretario Generale di redigere il Regolamento Amministrativo, al fine di dare indicazioni ai CTT per la compilazione e rendicontazione delle spese
- di approvare il documento allegato “Progetto PentaKids”, che forma parte integrante e sostanziale del presente atto redatto dal Responsabile dello stesso Dott. Pier Paolo Alessandro

IL SEGRETARIO GENERALE
Filippo de' Liguori Carino



IL PRESIDENTE
Fabrizio Bittner



PENTAKIDS: innovazione e comunità

MODALITA' OPERATIVE

- L'idea progettuale finanziata da Sport e Salute con apposito bando
- Analisi degli attori individuati
- Il metodo pentakids
- Le attività
- Le fasi del progetto
- Fasi operative dei CTT

FINANZIAMENTO sui territori

- Le attività finanziate per ogni CTT
- Erogazione del contributo
- Indicazioni generali
- Regolamento amministrativo

💡 L'idea progettuale finanziata da Sport e Salute con apposito bando.

Sistematizzare e valorizzare alcune strategie per incentivare i giovani alla pratica dello sport e dell'attività fisica.

L'iniziativa proposta vede nelle ASD e nelle SSD, della FIPM o di EPS convenzionati, i protagonisti dell'azione, permettendo di rilanciare le proprie attività e la propria capillarità nei rispettivi territori.

Obiettivi: "rafforzare il sistema sportivo e contrastare gli elevati livelli di sedentarietà della popolazione partendo dalla fascia più critica, quella dei bambini e degli adolescenti".

L'idea progettuale finanziata si sorregge sulla realizzazione di un modello motorio nuovo denominato "metodo Pentakids" che si basa su tre componenti principali:

- 1. formazione e informazione del personale tecnico della Federazione e delle ASD/SSD (trainer, coach, etc.) ma anche degli Enti di promozione sportiva (EPS),
- 2. attività motorie per adolescenti e bambini/e, la loro varietà e replicabilità (metodo Pentakids). Come principio-guida alla base della proposta, abbiamo inteso l'attività fisica come componente fondamentale di uno stile di vita sano, che include anche un'alimentazione appropriata, una buona socialità, un contatto positivo con la natura e l'ambiente circostante.
- 3. Feste finali e momenti promozionali con particolare attenzione ad iniziative rivolte alle famiglie (Penta Family Day) come potenziali alleati nella promozione dell'attività sportiva per le fasce giovanili.

Analisi degli attori individuati

FIPM - Capofila dell'iniziativa, con ruolo di coordinamento. Metterà a disposizione le risorse umane interne nella preparazione dei materiali formativi e comunicativi, e incentiverà le ASD/SDD affiliate nel partecipare al progetto.

CTT – saranno il tramite sui territori della FIPM, riceveranno il contributo necessario alla realizzazione del progetto. Si occuperanno di gestire le risorse tecniche e coordinare gli interventi delle ASD. Saranno coinvolti attivamente nella realizzazione delle attività e nel loro monitoraggio.

ASD, SDD ed EPS - Si tratta di associazioni ed enti di Promozione Sportiva che svolgono attività diverse sotto la supervisione dei CTT. Il loro ruolo sarà fondamentale nella realizzazione delle attività. Da parte della FIPM riceveranno una formazione sia sportiva che pedagogica. Saranno coinvolte attivamente nella realizzazione delle attività e nel loro monitoraggio.

Centri Pentakids – selezionati e scelti dai CTT dovranno attivarsi con Centri Pentakids idonei alla diffusione del metodo Pentakids. Questi centri potranno includere attori già affiliati alla FIPM, ma anche altre realtà sportive e scolastiche territoriali.

ASD, SSD ed EPS - Si tratta di società e associazioni affiliate alla FIPM ed eventuali enti di Promozione Sportiva che svolgono attività anche diverse. Il loro ruolo sarà fondamentale nella realizzazione delle attività.

Da parte della FIPM, riceveranno una formazione adeguata. Saranno coinvolte attivamente nella realizzazione delle attività e nel loro monitoraggio, saranno guidati nelle procedure richieste da Sport e Salute per la registrazione delle attività e sui registri di presenza.

Bambini e bambine – 6 anni | 10 anni. Si incentiverà il loro coinvolgimento attraverso attività ludiche, non competitive, includendo un forte aspetto educativo e formativo.

Adolescenti – 11-15 anni. Anche in questo caso, verranno privilegiati gli adolescenti inattivi o saltuariamente attivi. Per loro saranno anche previsti momenti di identificazione e selezione del talento per promuovere ulteriormente le eventuali eccellenze a cui verrà in contatto il progetto.

Famiglie – Saranno coinvolte nel progetto in quanto il loro ruolo è ritenuto fondamentale per garantire la continuità dell'attività sportiva dopo la fine delle attività progettuali. Verranno invitate durante specifiche in momenti puntuali dell'implementazione del progetto.

Scuole, Comuni ed altri enti locali – Canali e partner privilegiati di diffusione e promozione del progetto. Saranno coinvolti per orientare le attività del progetto alle esigenze del territorio di riferimento, per far arrivare le opportunità a più target possibili.

Il metodo Pentakids

Il Pentathlon è una disciplina complessa, che richiede lo sviluppo di molteplici capacità, sia fisiche che mentali: velocità, forza, precisione, concentrazione. Eccellendo in cinque discipline tra loro eterogenee, l'atleta del Pentathlon è un individuo necessariamente flessibile, capace di districarsi e adattarsi rapidamente a sfide ed ambienti mutevoli.

Il percorso proposto (studiato ed elaborato da tecnici specializzati nella crescita delle competenze giovanili) non si concentra sullo sviluppo di una singola abilità fisica, ma punta al miglioramento di tutte le capacità fisiche del bambino e dell'adolescente.

Il metodo Pentakids	Da progettare attraverso tecnico esterno
Fasce d'età	6-10 anni 11-15 anni
Materiali tecnici	Attrezzature di vario tipo necessarie per le lezioni
Materiali divulgativi	Quaderno tecnico Quaderno della promozione Quaderno per le famiglie

(Il metodo si concentra sui "fondamentali" che includono la locomozione e le attività aerobiche (salto, corsa, e varianti), l'equilibrio, la mobilità, il controllo di oggetti (i.e. palle, pistole) e lo sviluppo della forza con attività per l'apparato muscolo-scheletrico specialmente a corpo libero. Si tratterà dunque di azioni come corse su percorsi rettilinei, a zig-zag, a scatti, e corse a ostacoli; la realizzazione di movimenti a corpo libero come squat, affondi, capriole, piegamenti, ma anche esercizi di sospensione per il rafforzamento degli arti superiori, frequentemente trascurati soprattutto nelle fasce d'età più giovani; vari esercizi di mobilità come stretching ed allungamenti; il lancio e la presa di palle di varie dimensioni, la mira. Il pacchetto di esercizi include diversi momenti dedicati allo sviluppo della *connessione mente-corpo*, i movimenti di precisione e i riflessi. Nel corso del progetto, ogni lezione si concentrerà su un movimento e/o gruppo muscolare specifico. Queste azioni si alimentano di suggestioni provenienti non solo dall'atletica, ma anche da discipline di diffusione più recente come lo *yoga* e il *callisthenics*, sempre nell'ottica di un adattamento del gesto per un pubblico di adolescenti e bambini/e.)

I contenuti tecnici, specialmente per la fascia d'età dei bambini, sono generali (non generici) e, in quanto tali, facilmente applicabili ad altre discipline più specifiche. Questo rende il metodo modulabile e personalizzabile a bisogni specifici e variabili nel tempo di diverse società, associazioni ed enti, non necessariamente legati alle discipline del Pentathlon Moderno. Inoltre, alcuni esercizi possono essere realizzati anche fuori da un ambiente attrezzato ad hoc, sfruttando il contesto urbano o peri-urbano come "palestra", a ulteriore conferma della malleabilità dei principi metodologici proposti.

Esempio di abbinamento:

• Associazioni di nuoto:	attività a terra
• Associazioni di scherma:	preparazione atletica
• Sport di squadra:	preparazione atletica
• Scuole:	progetti e proposte motorie



Le attività.

Nella loro forma "base" i corsi svolti secondo il metodo Pentakids si svolgeranno in orario pomeridiano o serale post-scolastico presso le realtà aderenti, una volta a settimana.

Durante un mese, si avranno dunque 3 lezioni indoor e 1 lezione outdoor, che si potrà svolgere anche in luoghi diversi dalla ASD/SDD, come parchi pubblici.

I bambini/e e adolescenti saranno divisi in gruppi per fasce di età.

Le attività base si svolgeranno in due tranches di 3 mesi ciascuna, con un intervallo durante i mesi estivi, soprattutto per garantire la coerenza con il calendario scolastico ed evitare così il rischio di incorrere in numerose assenze.

Nei mesi di giugno e luglio, tuttavia, saranno proposti dei soggiorni (camp estivi: PENTAKIDS ESTATE) di circa una settimana, durante i quali parte delle attività motorie di base continueranno ad essere realizzate, accompagnate da altre attività più ricreative, ma anche trekking, laboratori di cucina, attività formative a contatto con la natura, etc. Prevediamo di realizzare almeno 3 campi in tutta Italia.

A completare l'offerta per il territorio verranno organizzati due eventi (Pentakids in festa) per almeno ognuno dei 5 centri attivati.

Si potranno/dovranno inserire:

- Challenge Corri nuota
- Laser games

Sarà momenti di gioco e divertimento ma anche di verifica del progetto. Orientato verso tutto gli attori coinvolti anche attraverso la proposta di Laser-games.

Le famiglie giocano un ruolo importante nello sviluppo di una “sensibilità sportiva” nei giovani.

Sia nel tentativo di sensibilizzare ed informare maggiormente le famiglie per sostenerle nell'esercitare questo ruolo di responsabilità, sia in quello di coinvolgerle attivamente nelle attività motorie proposte, il progetto prevederà dei momenti specifici in cui un membro del nucleo familiare del partecipante sarà invitato ad assistere e/o partecipare alle attività.

Non si tratterà necessariamente di uno dei genitori: il giovane sarà coinvolto nella scelta della persona da invitare, che dovrà essere una figura di fiducia e attivamente presente nella loro vita quotidiana. Le famiglie saranno invitate a partecipare ad eventi che nei prossimi giorni saranno, di comune accordo, identificati come i più adatti:

Le fasi del progetto.

Il progetto ha una durata totale di 24 mesi, con un inizio ipotetico nel mese di gennaio 2023.

Lancio (3 settimane) – Finalizzazione degli aspetti contrattuali e progettuali con i partner pubblici. Definizione del personale incaricato della gestione del progetto e delle responsabilità di ciascuno. Inizio delle azioni di comunicazione e visibilità del progetto.

Preparazione e formazione (2 mesi) – predisposizione del metodo Pentakids, dei materiali formativi e delle attrezzature necessarie. Selezione e formazione delle ASD/SDD/EPS. In questa fase si realizza anche la formazione interna della FIPM.

Adesione di adolescenti e bambini/e (1 mese) – L'attività di comunicazione e diffusione del progetto a livello territoriale si avvia. Si cercherà prioritariamente l'adesione di giovani inattivi, incostanti nel praticare attività fisica, o disinteressati, attraverso anche l'appoggio degli enti territoriali.

Svolgimento delle attività motorie (6 mesi totali, divisi in due tranches di 3 mesi ciascuna) – Partono le diverse attività motorie. In parallelo, si svolgeranno il monitoraggio periodico in tre fasi (studio di *baseline*, a metà, finale) e continuano le azioni di comunicazione. La divisione in due tranches è

dettata dalla volontà di allinearsi al calendario scolastico ed evitare così di realizzare attività motorie continuative durante i mesi estivi di giugno, luglio e agosto, durante i quali non solo molte famiglie potrebbero essere in vacanza e non garantire la partecipazione dei giovani alle attività del progetto, ma anche le ASD/SDD/EPS potrebbero non essere al 100% operative. Il rischio che si vuole evitare è quello di proporre delle azioni poco efficaci ed efficienti in termini di risorse umane ed economiche.

Periodo estivo (3 mesi) – Si tratta di una fase di rallentamento delle attività periodiche rivolte ai giovani, in concomitanza con i mesi estivi, durante la quale si realizzano i soggiorni nei centri estivi. Il rallentamento delle attività permetterà al PM e alla FIPM, insieme a Sport e Salute e gli altri partner di progetto, di realizzare un'approfondita valutazione intermedia della prima fase di implementazione e proporre eventuali aggiustamenti per la seconda tranne di attività.

Chiusura (2 settimane) – Chiusura amministrativa e contabile, redazione del rapporto finale. Nel caso fossero ancora in corso alcune attività, in questa fase svolge una funzione cuscinetto per permettere la loro conclusione.

Fasi operative dei CTT

1° periodo febbraio-maggio

- partecipare alla progettazione dei contenuti
- incentivare e promuovere la formazione
- identificare ASD/SDD/EPS Amministrazioni locali disponibili a collaborare
- Garantire nel periodo marzo-maggio corsi denominati PentaKids (anche attualmente esistenti) con frequenza settimanale, almeno 5 con indicativamente almeno 5-10 bambini per un volume complessivo di almeno 50 bambini. (rispettando tutte le modalità di Sport e Salute necessarie per la registrazione dei partecipanti ai corsi, dei tecnici, delle presenze giornaliere)

2° periodo giugno-settembre

- incentivare e promuovere la formazione
- promuovere e realizzazione di Centri Estivi PentaKids
- progettare e promuovere Camp residenziali Pentakids

3° periodo ottobre-dicembre

- identificare Istituti scolastici disponibili a collaborare ed aderire al progetto PentaKids Scuole
- Fare partire almeno 2 corsi su nuovi corsi per ogni CTT in collaborazione con strutture non FIPM.
- Verifica degli obiettivi raggiunti ed analisi delle criticità

PENTAKIDS: innovazione e comunità

FINANZIAMENTO sui territori

Le attività finanziate per ogni CTT

1. Attività “metodo Pentakids”

Per l’erogazione di questo voce del contributo sarà necessario strutturare almeno:

- 5 gruppi 6/10 anni per il primo periodo – da proseguire nel secondo periodo
- 5 gruppi 11/15 anni per il primo periodo – da proseguire nel secondo periodo
- 2/3 nuovi gruppi 6/10 anni per il secondo periodo
- 2/3 nuovi gruppi 11/15 anni per il secondo periodo

2. Attività “Pentakids in Festa” e “Family day Pentakids”

Iniziative rivolte ai territori con il coinvolgimento dei partecipanti ai Centri Pentakids e alle loro famiglie rientranti nel progetto. Tutte le iniziative saranno da concordare con la FIPM.

- Pentakids in Festa
- Family day Pentakids.

3. Attività “Pentakids Estate”

Sono tutte quelle iniziative che coinvolgono nel periodo estivo i bambini, i ragazzi ed eventualmente le loro famiglie.

- “Pentakids Estate Città”
Centri estivi diurni settimanali per bambini e ragazzi. Dovranno prevedere indicativamente 4 settimane per almeno 15 partecipanti a turno.
- “Pentakids Estate Residenziale”
Camp residenziali estivi settimanali per bambini e ragazzi. Dovranno prevedere indicativamente 2 turni settimanali per almeno 15 partecipanti a turno.

4. Materiali

I materiali dovranno essere in linea con le linee guida del progetto finanziato.

Erogazione del contributo

Il contributo generale massimo stanziato per ogni CTT è di complessivi € 20.000,00

La FIPM in caso di parziale svolgimento del progetto Pentakids si riserva di ridurre percentualmente il contributo da erogare.

Il contributo sarà erogato in 4 rate:

€ 3.000,00 a febbraio

€ 4.000,00 a giugno

€ 3.000,00 a ottobre

€ 10.000 a dicembre

Indicazioni generali

- Immagini e promozione

- La FIPM si impegna a fornire tutte le immagini coordinate del progetto Pentakids che dovranno obbligatoriamente essere utilizzate per la promozione e la diffusione di tutte le iniziative che verranno programmate e svolte.
- Tutto il materiale divulgativo dovrà essere preventivamente approvato dalla FIPM.
- Sarà cura dei singoli Centri Pentakids la stampa e l'acquisto di tutto il materiale promozionale del caso.

- **Materiali**
 - La FIPM fornirà un kit attrezzature del metodo Pentakids per ogni CTT, tutti i centri pentakids dovranno provvedere in autonomia al reperimento dei materiali necessari alla realizzazione del progetto.
- **Assicurazione**

Tutti partecipanti ai Centri Pentakids andranno assicurati con due possibilità:

 - FIPM
 - EPS, dopo sottoscrizione di relativa convenzione

Regolamento amministrativo

Tutta la rendicontazione e le modalità di spesa dovranno rispettare il regolamento amministrativo che sarà comunicato dalla FIPM ai singoli CTT