



Asd BONSAI KI

Via risorgimento,33

Sesto San Giovanni

OGGETTO: PERCORSO e SPORTELLO “NO al bullismo!” nelle scuole



perchè vogliamo parlarne...

Uno spazio di vita sociale, come può essere la scuola o il parco giochi o l'oratorio, ha bisogno per mantenersi un luogo sereno di condivisione del rispetto di alcuni valori, come la lealtà, il rispetto delle esigenze e degli spazi degli altri. Si tratta di un equilibrio tra i diritti ed esigenze, equilibrio che può essere disturbato da un atto di violenza di vario genere. È questa la condizione, la rottura dell'equilibrio, che richiede l'attivazione di pratiche di difesa, volte a tutelare non solo l'individuo, ma lo stesso “spazio sociale”, perché possa mantenersi un luogo di condivisione. Quindi educare ad una difesa disciplinata è una forma di “protezione sociale” per la persona, ma anche per la società in senso lato.

L'arte marziale, disciplina elaborata nei secoli coniugando arte e difesa all'interno di culture che “sublimano” l'aggressività, offre diversificate risposte alle situazioni di aggressione permettendoci di esaminare la situazione depotenziando la minaccia, in altre parole ci dà gli strumenti per mettere in sicurezza lo scenario sociale entro il quale muoviamo le nostre relazioni.

Educando i nostri figli a difendersi li educiamo ad un senso civico oltre che a sostenerli in un percorso di crescita individuale.

Il karate, l'arte marziale da cui attingiamo contenuti tecnici ma anche culturali, è ottima risorsa completa, un connubio tra principi morali, benessere fisico e di controllo del proprio corpo.

FINALITA' DEL PERCORSO

Il corso base anti-bullismo aiuta i nostri figli ad affrontare con miglior sicurezza eventuali situazioni di aggressività e/o prepotenza verbale o addirittura la minaccia fisica.

La proposta viene affrontata attraverso degli esercizi ludici per passare a tecniche pratiche di schivata, parata e difesa che il karate insegna senza diventare aggressivi ma più sicuri di sé.

Si prevedono scambi interattivi e momenti di riflessione atti a facilitare il confronto nel gruppo e permettere di riconoscere eventuali episodi; prendere coscienza delle proprie possibilità, sensibilizzare ad affrontare e non subire la situazione, imparare a dialogare con le figure di riferimento (famiglia, docenti, allenatori, amici), imparare a reagire con controllo, evitando di diventare vittime e crescendo consapevoli delle proprie possibilità. Simulazione scenari di bullismo singolo, di gruppo, di terze parti.

- Imparo a muovermi, imparo a spostarmi all'interno di una situazione di pericolo o di minaccia, imparo a non aver paura! Imparo a crescere sicuro di me.
- Essere autonomi vuol dire sentirsi in armonia con l'ambiente che ci circonda: a scuola, al parco giochi...non devo temere di sentirmi solo e indifeso.
- E' importante permettere ai nostri figli di affrontare con un argomento attuale, per dare loro gli strumenti giusti necessari a capire e saper affrontare eventuali situazioni delicate, in modo che si sentano sicuri anche lontani da mamma e papà.

La nostra proposta è un percorso che procede su due binari paralleli e inscindibili: motorio e riflessivo. I temi presentati saranno affrontati tramite momenti di pratica e condivisione, in piccolo o grande gruppo, facilitati dall'impiego di giochi ed attività stimolo. Si sottolinea l'importanza del ruolo dei ragazzi e di fare rete tutti insieme.

Nello specifico, ci si soffermerà sui seguenti punti:

- Bullismo: la vittima, il bullo, il gruppo.
- Atteggiamento preventivo e dissuasivo: come sono con gli altri?
- Allenamento al pensiero positivo "lo posso affrontarlo".
- Comunicazione verbale e non verbale.
- Come sentirsi più forti.
- Con chi parlarne: il ruolo della scuola e della famiglia.

STRUTTURA DEL PERCORSO attraverso la Disciplina marziale

Rivolto alle classi terze, quarte, quinte della scuola primaria

Si prevedono 6 incontri della durata di 1 ora durante la lezione di Educazione Motoria o di Educazione Civica da svolgersi in Palestra o in ambiente pratico spazioso e libero da ingombri.

Al termine degli incontri ci saranno un momento di feedback con i genitori che avverrà con videoproiezione di immagini e materiale raccolto durante le lezioni.

Ogni allievo e docente referente di classe verranno omaggiati della spilla NOALBULLISMO, (eventuale T-SHIRT in caso in sponsor di cui si attende conferma)

Verranno programmate con i docenti le date per la consegna Diploma "CINTURA NERA ANTI-BULLO" e lezione unica finale con tutte le classi coinvolte nel progetto.

La Lezione finale con tutte le classi coinvolte nell'anno scolastico potrà essere organizzata in location adeguata presso palazzetto dello sport/campo sportivo da definire.

PRESENTAZIONE SPECIALISTA Responsabile Tecnico Fusato Moira nata a Milano il 23 Aprile 1969, Perito Informatico, residente in Sesto San Giovanni, praticante ed agonista dal 1984, attualmente Maestro 5° Dan Arte Marziale Nanbudo, 5° Dan Karate, Educatore Sportivo CSI (Centro Sportivo Italiano), Master Educatore e Disabilità, Docente Nazionale Difesa personale CSEN, Docente KRAV MAGA metodo I.A.K.M.E. (CSEN) qualifiche riconosciute dal C.O.N.I. attraverso gli enti di promozione sportiva CSI, CSEN, Fijlkam, ASC. Collaboratore sportivo USACLI. Esperienza trentennale come docente di Karate ed Arti marziali fascia dai 3 fino all'età adulta. Fondatore e Presidente attuale ASD BONSAI KI.

Ha collaborato con lo Sportello del Comune di Sesto San Giovanni "CONTRO LE BARRIERE"; affiliati con SPECIAL OLIMPICS (Associazione Sportiva Internazionale Giochi Olimpici Atleti Speciali). Fondatrice del progetto "NOALBULLISMO" portato nelle scuole di Cinisello Balsamo a.s. 2023-2024-2025 Con Patrocinio del Comune di Cinisello Balsamo, sponsor sostenitori ACLI di Cinisello Balsamo, US-ACLI ASD, BCC

STRUTTURA DEL PERCORSO ALTERNATIVO per le classi prime e seconde

attraverso l'arte grafica del fumetto

Si prevedono 6 incontri della durata di 1 ora durante i quali il docente crea insieme ai bambini una favola per raccontare scenari realizzati attraverso il dialogo dei bambini. Sceglieranno i personaggi e le dinamiche del fumetto imparando a disegnare. Il fumetto/favola quale potente veicolo di messaggi, può essere utilizzato per stimolare la riflessione e le scelte dei più piccoli.

PRESENTAZIONE SPECIALISTA Illustratore, caricaturista, fumettista Andrea Di Carpegna Varini nato a Milano il 3 Settembre 1975, Maturità d'Arte Applicata Sperimentale / Indirizzo di Grafica, Diploma del Corso Biennale del Fumetto, Diploma professionale triennale di Cartone Animato, Diploma del corso "Art Writing/Writing of Art", Diploma del corso "Become a Curator", animatore fascia dai 6 anni. **Al termine verrà rilasciato ad ogni allievo il fumetto/favola a cui hanno collaborato con la classe.**

Durata del percorso: 1 incontro settimanale per un totale di 6 Incontri da 1 ora, a partire dal mese di Ottobre al mese di Novembre (fino a Maggio nelle altre scuole) da calendarizzare con i docenti delle classi delle scuole coinvolte

Richiesta economica: il progetto vuole essere proposto GRATUITAMENTE chiedendo un supporto economico alle Istituzioni ed eventuali sponsor.

Costi sostenuti:

- Pacchetto di 6 incontri di 1 ora/cad Euro 300 per classe, inclusi l'incontro con i genitori e la lezione finale, per un totale di Euro 4.500 per 15 classi
- Costi tshirt 'NOALBULLISMO' per allievi (330) + docenti (1 x classe) Euro 1.200
- Costi diploma Cintura Nera Anti-bullo e Favola cartacea per ogni allievo (sponsor tra cui ACLI-BCC-AZIMUT)
- Spille 'NOALBULLISMO' da lasciare a fine percorso ad allievi e docenti e Diploma OMAGGIO da ASD BONSAI KI

PROPOSTA Riflessione sulla necessaria continuità: **"SPORTELLINO NOALBULLISMO"**: in seguito all'inserimento della **legge del 17 maggio 2024, n. 70**, definitivamente approvata dalla Camera dopo che il testo unificato licenziato in prima lettura era stato modificato dal Senato, reca disposizioni volte a prevenire e contrastare i fenomeni del bullismo e del cyberbullismo.

Si sta proponendo presso le istituzioni Comunali tale progetto, da poter inserire nel PTOF dei Comprensivi di Sesto San Giovanni e di Cinisello Balsamo. In riferimento a tale legge viene proposto di fornire alle famiglie la possibilità di contattare il recapito lasciato con le SPILLE del progetto per garantire continuità nell'affrontare eventuali casi di bullismo che potranno essere segnalati direttamente dalle famiglie o dai ragazzi. Tale riferimento farà fronte alla segnalazione coinvolgendo gli specialisti dello STAFF quali psicologo, legale, servizi sociali, forze dell'ordine, che potranno essere identificabili all'interno così come all'esterno della struttura didattica. Si vorrebbe proporre di far fare alle scuole XXV Aprile "scuola pilota" del progetto di sportello. Il Comitato genitori ha accolto e proposto alle classi primarie il progetto del percorso nelle classi sostenendone le spese. Lo sportello potrebbe essere segnalato tramite targhe adesive all'interno delle scuole e presso ACLI e Comune a cui si chiede uno spazio per far fronte a tale necessità in caso di bisogno, anche condiviso con eventuale sportello già esistente per i servizi sociali.

Tale iniziativa viene proposta in Comune presso SERVIZI GIOVANILI e C.A. Sindaco ed Assessore Aiosa Alessandra per individuare spazi sociali idonei a poter accogliere lo staff in collaborazione con altre istituzioni riconosciute nonché sostegno economico per portare il progetto del percorso nelle scuole.

Luglio 2025

Il Presidente FUSATO Moira