

**COSTRUIRE**  
in project finance

**Spazi di Sport**

**COSTRUIRE in Project S.r.l.** società di ingegneria  
via delle Monache, 2 – 41057 Spilamberto (MO) - CF e P.IVA 02722870363  
tel.059-785422 - fax.059.785734 – www.costruireinproject.it - info@costruireinproject.it  
Ing. Luciano Rizzi (a.d.) - t.335.6232113 - rizzi@costruireinproject.it

HEPA EUROPE  
rete europea per la promozione  
salute e migliorare l'attività fisica  
è un progetto dell'I.O.M.S.



Si parla spesso di sport, gioco e movimento usando le parole in modo indifferente.

È indispensabile precisarne il corretto significato.

- ▶ **mi MUOVO** per stare bene.
- ▶ **GIOCO** per divertirmi con gli amici.
- ▶ **faccio SPORT** per vincere contro gli avversari.

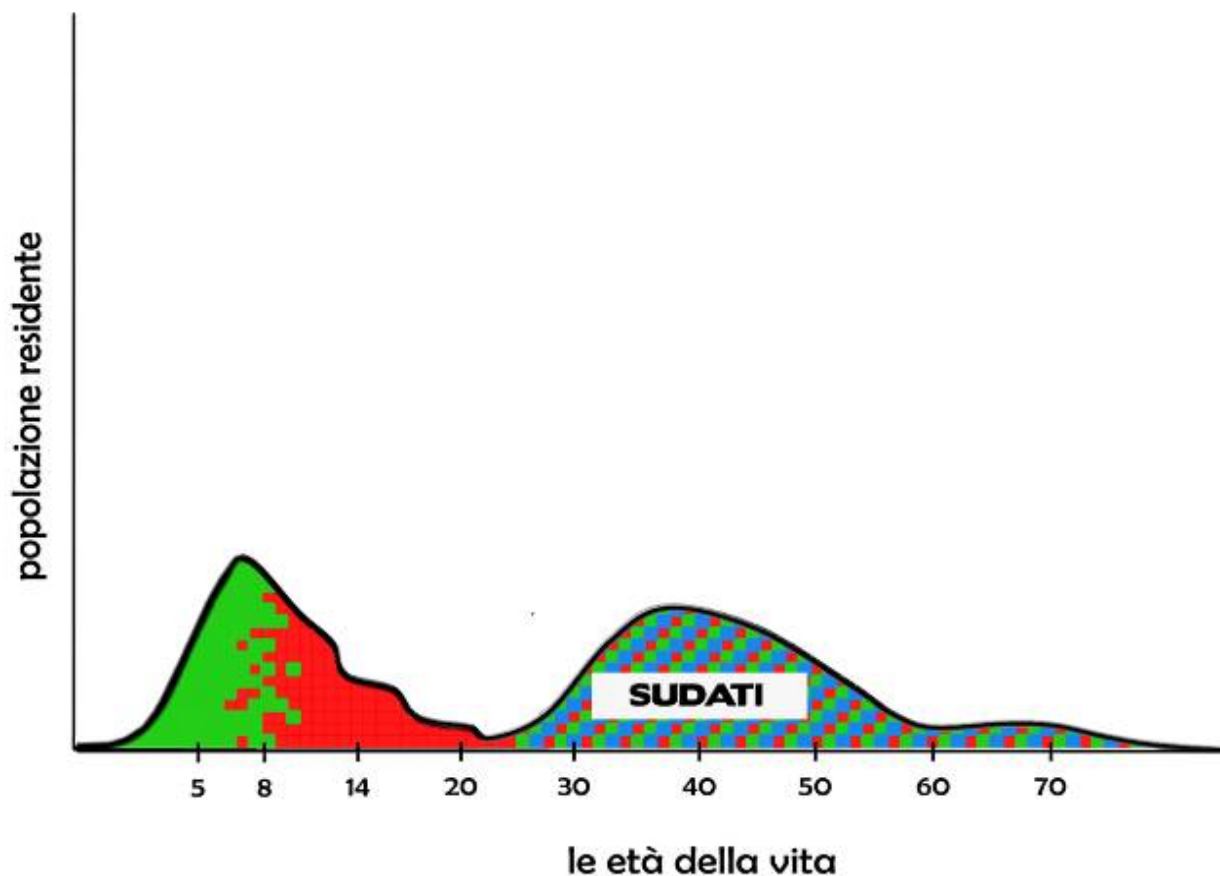
Il bambino prima gioca, poi fa sport e si siede ma non si muove per stare bene.

Un adulto è seduto, poi inizia a muoversi, gioca, fa sport e si risiede.

In Italia oggi sudano 2 persone su 10 e 8 sono sedute.

A 8 anni non ci sono ragazzi seduti, tutti sudano. Poi dopo lo sport si siedono. Con il primo lavoro rimangono seduti. Con il secondo lavoro, dopo i 30 anni, alcuni riprendono a sudare. Lo fanno perché ...

E ripartono con il gioco per divertirsi con gli amici. E ricadono nello sport per vincere contro gli avversari.



**Queste ragazze presto saranno sedute** e non più sudate..

È allora necessario un cambio di velocità per andare oltre. Dobbiamo passare dallo sport per tutti allo sport di tutti per tutta la vita. È necessario ripartire su un altro binario, quello della prevenzione primaria, per una nuova meta: prolungare gli anni di vita in buona salute e anche contenere la grande spesa pubblica, quella sanitaria.

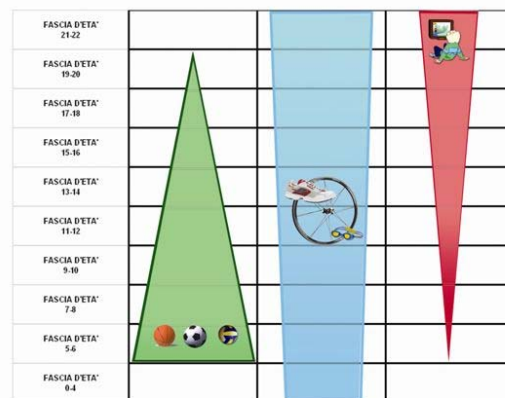
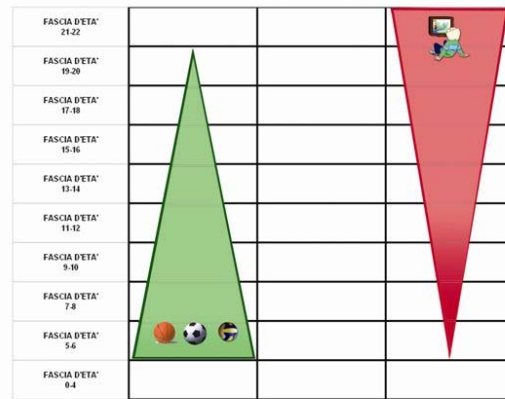


## Il progetto MOVIMENTO (o progetto

VITA) è: pedala, nuota, cammina, (gioca a palla) e tieniti in forma per tutta la vita (sport di tutti per tutta la vita).

- ▶ il movimento è di tutti e per tutta la vita
- ▶ lo sport è per pochi e per una parentesi di vita
- ▶ lo sport è importante ma il movimento lo è di più
- ▶ il Coni fa sport, per pochi, per una parentesi di vita
- ▶ gli Enti di promozione fanno sport e gioco, per tutti, per più parentesi di vita
- ▶ chi lavora per il movimento di tutti per tutta la vita ?

Per questo è importante lanciare il nuovo progetto politico e poi anche fare nuovi impianti per la raccolta dell'abbandono. Non sono impianti sportivi e per questo li chiamo con un nome che non c'è: la casa blu o la casa che non c'è.



Nella casa che non c'è non dobbiamo produrre una gamma di opportunità sportive da offrire alle persone ma piuttosto un'opportunità per le persone di offrirsi un'attività fisica per tutta la vita.

La casa che non c'è non offre servizi sportivi ma contiene persone che debbono sudare.

Le attività fisiche saranno a basso gesto tecnico e individuali o di gruppo ma non di squadra.

Questa è la piramide del progetto movimento.

Mi muovo, gioco, faccio sport.

Il progetto per la salita e la discesa in movimento

sull'albero della crescita, per non sedersi mai.

Oggi i bambini prima giocano, poi fanno sport e infine si siedono.

Il progetto movimento insegna:

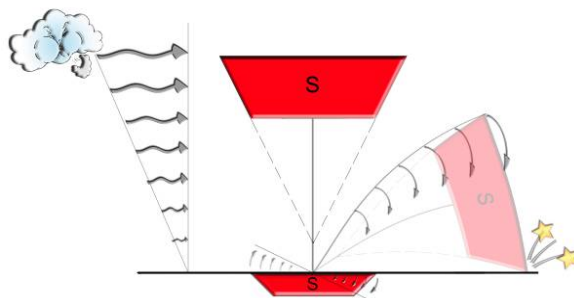
- ▶ prima di tutto il movimento per vivere e vivere meglio (per me e per sempre)
- ▶ poi il gioco con gli amici
- ▶ poi lo sport contro gli avversari



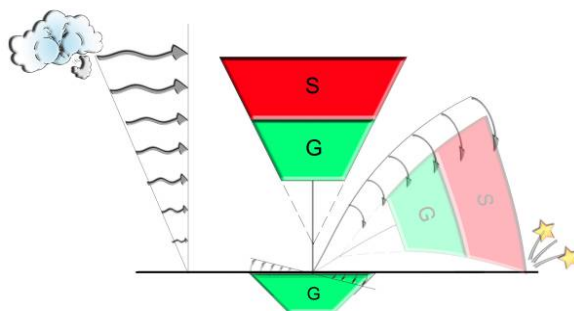
Per attuare il progetto movimento dobbiamo passare **dalla piramide all'albero**, cioè dobbiamo piantare la piramide e annaffiarla tutti i giorni.

L'albero del movimento ben aggrappato all'albero della crescita resisterà al forte vento dell'abbandono.

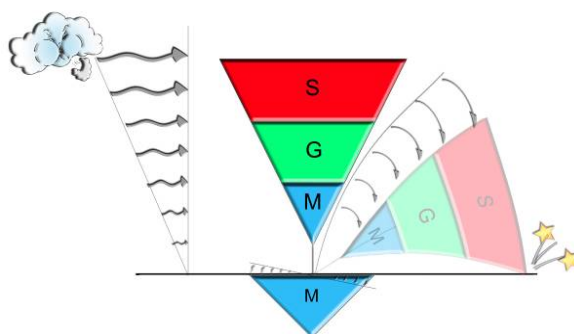
L'albero dello SPORT si ribalta al primo vento dell'abbandono. È il vento della valutazione della prestazione sportiva non raggiunta.



L'albero dello SPORT e del GIOCO si ribalta al secondo vento dell'abbandono. È il vento del gioco troppo sportivo.



L'albero dello SPORT, del GIOCO e del MOVIMENTO non riuscirà a piantare delle buoni radici e si ribalterà con il terzo vento dell'abbandono. È il vento del movimento occasionale dei soli adulti ormai nonni.



Mentre non si ribalta l'albero del progetto MOVIMENTO (mi MUOVO, GIOCO, faccio SPORT).

