

Una Giornata per Crescere

SPORT, RESILIENZA E IMPEGNO SOCIALE NELLA SCUOLA

Proposta progettuale per
CITTA' METROPOLITANA

triennio 2026/2028

Soggetto Proponente: Totta x Tutti APS
Referente: Carlotta Filardi

1. Contesto e Dati di Progetto

Il progetto "Una Giornata per Crescere", promosso da Totta x Tutti APS e condotto da Carlotta Filardi in collaborazione con la Dott.ssa Erika Khiari nasce con l'obiettivo di portare nelle scuole secondarie della Città Metropolitana di Firenze una testimonianza diretta e autentica sul valore dello sport come strumento di resilienza, crescita personale e impegno sociale.

La proposta si rivolge in primis agli studenti delle Scuole Superiori, intercettando un momento cruciale dello sviluppo adolescenziale. L'analisi del territorio evidenzia la presenza di circa 80 istituti nella provincia di Firenze. Di questi, ben 6 istituti, offrono l'indirizzo di Liceo Sportivo, rappresentando il target ideale di partenza per la condivisione dei valori fondanti del progetto.

2. Obiettivi e Piano Triennale di Sviluppo

L'iniziativa intende ispirare i giovani a credere nella possibilità di trasformare le difficoltà in risorse e ad impegnarsi per una società più solidale. Attraverso la storia di Carlotta, i ragazzi rifletteranno sui concetti di forza, determinazione, accettazione e solidarietà.

Obiettivi Specifici

Il progetto mira a favorire la consapevolezza giovanile, creando momenti di riflessione condivisa sul valore della comunità e dell'aiuto reciproco. La narrazione dell'esperienza personale (dalla malattia alla conquista dei diritti civili tramite la "Legge Carlotta") diventa il veicolo per l'educazione civica e l'empatia.

Piano di Copertura e Impatto (2026-2028)

Il progetto prevede un'espansione progressiva e sostenibile sul territorio della Città Metropolitana (Firenze, Empoli, Mugello, Valdarno), con l'obiettivo di un coinvolgimento progressivo degli istituti e student.

Fase di Sviluppo	Target Prioritario	Obiettivo Interventi	Studenti Coinvolti (Stima)
Anno 1 (Fase Pilota)	Licei Sportivi della città metropolitana	16 interventi	Circa 600 studenti
Anno 2 (Sviluppo)	Istituti Superiori della città metropolitana	25 interventi	Circa 1000 studenti
Anno 3 (Consolidamento)	Copertura capillare	35 interventi	Circa 1400 studenti

"Le difficoltà non sono muri che ci bloccano la strada, ma ostacoli che lo sport e la solidarietà ci insegnano a saltare."

3. Struttura della Giornata Formativa

L'intervento, della durata complessiva di circa 3 ore (180 minuti), si articola in tre momenti sequenziali progettati per massimizzare l'attenzione e il coinvolgimento emotivo e cognitivo degli studenti.

Fase	Durata	Contenuto e Svolgimento
1. Introduzione	30 min	Presentazione dell'associazione Totta x Tutti e introduzione ai temi della giornata. Il ruolo dello sport nella comunità.

2. Testimonianza	30 min	Racconto personale di Carlotta Filardi: la scoperta della malattia, il percorso di cura, il progetto "Never Give Up" e la battaglia per i diritti (Legge Carlotta).
3. Laboratorio	75 min	Attività esperienziale di gruppo sulla resilienza e la cooperazione (scelta tra diverse opzioni), guidata dalla Dott.ssa Erika Khiari.
4. Debriefing	45 min	Restituzione in plenaria, compilazione del questionario di impatto e saluti finali.

4. IL Laboratorio Esperienziale

★ 3 esperienze = 1 strada

- **Presentazione** - gruppo esperienziale sulla cooperazione e collaborazione nei momenti di difficoltà - e regole del gruppo (ognuno si sente libero di esprimere quanto vuole, accoglienza, assenza di giudizio)

- **Opzione A: La Staffetta dei Valori (consigliata per il biennio delle Superiori)**

obiettivo: Stimolare la collaborazione e la riflessione sui valori della resilienza, della fiducia e del sostegno reciproco.

Svolgimento: Gli studenti vengono divisi in piccoli gruppi (5-6 persone). Ogni gruppo riceve una parola chiave (es: forza, paura, fiducia, solidarietà, coraggio, accettazione). Ogni studente scrive su un foglio un episodio personale o un pensiero collegato a quella parola. Il foglio viene passato a un compagno (come in una staffetta sportiva), che aggiunge una frase di incoraggiamento o un collegamento personale. Alla fine, i gruppi condividono in plenaria le frasi più significative, creando una "catena di resilienza" fisica su un cartellone di classe.

- **Opzione B: Il "Ring" delle Emozioni (Consigliata per Licei Sportivi)**

Obiettivo: Sviluppare problem solving emotivo e gestione delle difficoltà attraverso la metafora dell'allenamento sportivo.

Svolgimento: Divisione in gruppi. Ogni gruppo riceve una busta contenente un "caso studio" anonimo (una sfida tipica dell'adolescenza: un grave infortunio prima di una gara importante, un fallimento scolastico, un momento di isolamento sociale). Il gruppo deve elaborare un "Piano di Allenamento Emotivo" strutturato in 3 fasi (Riscaldamento/Accettazione, Match/Azione, Defaticamento/Recupero) per superare l'ostacolo. Le strategie vengono poi presentate e dibattute in plenaria.

- **Opzione C: "Legge di Classe" - Cittadinanza Attiva (Consigliata per Triennio Superiori)**

Obiettivo: Promuovere l'impegno civico e la consapevolezza dell'impatto individuale sulla comunità, ispirandosi alla "Legge Carlotta".

Svolgimento: Partendo dall'esempio concreto di Carlotta (che ha trasformato un'ingiustizia personale in un diritto collettivo per i malati oncologici), gli studenti lavorano in team per individuare una problematica o un'ingiustizia all'interno della loro scuola o del loro quartiere. Ogni gruppo deve stilare

una proposta concreta (una vera e propria "Legge di Classe" composta da 3 articoli chiari e attuabili) per risolverla. Le proposte vengono votate democraticamente dalla classe.

- Condivisione finale: ogni gruppo risponde a questa domanda attraverso il suo rappresentante: Cosa ha permesso di uscire dalla confusione e costruire un progetto?

5. Materiali, Monitoraggio e Costi

Materiali Didattici (Preferenza Digitale)

Nel rispetto delle policy di sostenibilità e per minimizzare l'uso di risorse, l'A.P.S. Totta x Tutti fornirà esclusivamente i materiali cartacei strettamente necessari allo svolgimento dei laboratori (cartelloni, post-it).

Monitoraggio e Valutazione dell'Impatto

L'efficacia del progetto sarà misurata tramite un questionario somministrato agli studenti negli ultimi 15 minuti dell'incontro. Il questionario indaga:

- Il cambiamento di prospettiva sul rapporto tra sport e vita.
- L'acquisizione di un nuovo vocabolario emotivo (descrizione della resilienza).
- L'identificazione del valore più importante emerso (Forza, Fiducia, Solidarietà, Coraggio).
- Le intenzioni di applicazione pratica nella vita quotidiana.

I dati aggregati costituiranno la base per il report di valutazione annuale da presentare all'Amministrazione Comunale per orientare la programmazione futura.

Costi e Sostenibilità

L'attività proposta prevede come "**Pacchetto Progetto Educativo**", un'experience educativa integrata della durata di 3 ore, che include l'introduzione, la testimonianza, il laboratorio creativo e il momento di restituzione.

Prevediamo di poter incontrare classi singole là dove ci sia più di una sezione per anno (esempio tutte le prime dell'istituto concentrate in un unico incontro) e accorpare prime+seconde e terze+quarte là dove ci sia una sola sezione nell'istituto. Per le quinte restiamo in attesa delle valutazioni e richieste dei dirigenti scolastici.

Per il primo anno possiamo ipotizzare un totale di 16 incontri (4 per liceo nei due licei con 2 sezioni e 2 per liceo nei 4 licei con una sezione, lasciando al momento fuori le quinte)