



# EMOZIONI

**LIFE SKILLS® Italia**  
competenze per la vita

[www.lifeskills.it](http://www.lifeskills.it)

## SENZA FRONTIERE



Molto più di una vacanza!!! EMOZIONI SENZA FRONTIERE è un'esperienza che sfrutta le potenzialità ed i valori di una cultura sportiva sana al fine di rendere lo Sport uno STRUMENTO e PERCORSO di crescita personale. Nel corso della settimana bambini e bambine svilupperanno i loro talenti, allenando la loro capacità di affrontare le sfide della quotidianità, imparando dagli errori, navigando le emozioni e divertendosi insieme. E' un investimento per il futuro di tuo figlio/a, coinvolge la famiglia e comprende:

**1**

**30 MINUTI DI COLLOQUIO  
CON I GENITORI**

**Per conoscerci, fare  
un patto educativo,  
condividere  
attitudini e bisogni  
specifici di tuo figlio/a**

**2**

**7 GIORNI RESIDENZIALI**

**esperienza nella  
natura in cui tuo  
figlio/a potrà  
sperimentare il suo  
potenziale, crescere  
nell'autonomia,  
creare relazioni  
significative**

**3**

**GIORNATA FINALE PER LA  
FAMIGLIA**

**sperimenterai  
assieme a tuo figlio/a  
il valore  
dell'esperienza e  
vedrai con i tuoi  
occhi la sua crescita**

**4**

**COLLOQUIO DI FEEDBACK**

**Per condividere il  
percorso fatto e  
definire e immaginare  
insieme obiettivi per  
consolidare il  
percorso avviato**

# EMOZIONI SENZA FRONTIERE in 7 punti:

- 1** **COS'È?** Un PERCORSO DI CRESCITA. Ogni momento di questa esperienza è progettato e realizzato seguendo il metodo LIFE SKILLS® Italia. I bambini e ragazzi saranno al centro del processo di apprendimento e allenamento con un approccio interattivo, esperienziale, multisensoriale che consente di aprirsi all'ascolto e al cambiamento. Questo è possibile, in un clima di fiducia aperto, accogliente e divertente in cui la comunicazione è autentica e il feedback è la base per poter crescere con consapevolezza.
- 2** **PERCHÉ LO SPORT?** La metodologia utilizzata integra il modello LIFE SKILLS® Italia con lo Sport. Come dimostrano numerose ricerche lo Sport è uno strumento divertente, utile e fondamentale per la crescita e lo sviluppo di caratteristiche quali: consapevolezza, gestione delle emozioni, superamento dei propri limiti, comunicazione e relazioni efficaci, concentrazione, attenzione ... e molto altro ancora. Lo Sport, da questo punto di vista, diventa uno strumento in grado di stimolare importanti riflessioni rispetto a sé stessi.
- 3** **A CHI È RIVOLTO?** È un'esperienza aperta a bimbi/e e ragazzi/e dai 6 ai 12 anni. Ogni bambino/a ha vissuto esperienze uniche all'interno del proprio percorso di vita. Ecco quindi che ognuno potrà portare le proprie risorse e capacità all'interno della grande squadra di EMOZIONI SENZA FRONTIERE. In base allo Sport praticato si lavorerà individualmente, a coppie oppure in piccoli gruppi. Ogni Sport diventerà un laboratorio didattico su competenze emotive, relazionali e cognitive, in cui difficoltà e momenti critici saranno trasformati in opportunità di crescita.
- 4** **PERCHÉ?** Quali sono gli obiettivi del percorso? Si sviluppano le life skills e i talenti personali: consapevolezza di sé, empatia, gestione delle emozioni, comunicazione chiara ed efficace, autonomia e presa di responsabilità per far fiorire i loro talenti da soli e in squadra.

- 5** **COME?** Si sviluppano le life skills e i talenti personali. Attraverso un clima emotivo accogliente e di fiducia, attività mirate per bambini e ragazzi di questa fascia d'età, esperienze avventurose, riflessioni individuali profonde, gioco di squadra, condivisioni di gruppo e la relazione con l'altro.
- 6** **DOVE? Immersi nella natura.** Si sperimenta il divertimento, l'interesse, la motivazione, l'autonomia, la bellezza di Madre Terra. Saremo in un ambiente immerso nella natura, in uno spazio pensato per i bambini e le loro esigenze, dove sperimentare un'alimentazione sana ed equilibrata, rispettare i ritmi della natura e i ritmi personali, dove divertirsi, entusiasinarsi, conoscere, rispettare e allargare la propria cultura: per stare bene nel mondo in contatto con la natura e gli altri essere viventi.
- 7** **E POI?** Crediamo che ogni bambino/a e ragazzo/a possa attivare le proprie potenzialità e costruire le competenze necessarie ad affrontare la vita con consapevolezza ed autonomia e crediamo che **EMOZIONI SENZA FRONTIERE** possa essere un acceleratore di processo.

## DOVE?

A San Piero in Bagno (FC), presso il **Centro Turistico Valbonella**, rustico immerso in una tranquilla e soleggiata radura

## QUANDO?

**Da domenica 28 agosto a sabato 3 settembre 2016**



## LIFE SKILLS® Italia TRAINER TEAM

**Barbara Quadernucci**

**REFERENTE DIDATTICA e TRAINER LIFE SKILLS® Italia**, allenatrice emotiva, laureata in Psicologia, Master practitioner PNL, Coach Internazionale certificato PNL New Code, Trainer certificata Six seconds per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva.



**Alessandro Todeschi**

**TRAINER JUNIOR LIFE SKILLS® Italia**, Psicologo del Lavoro e dello Sport, Allenatore di base di Pallacanestro.



### SCIENZA E APPRENDIMENTO: NEWS

Le ultime scoperte nel campo delle neuroscienze, della psicologia, dell'apprendimento e del benessere dimostrano che le relazioni con gli altri sono tra i principali fattori che plasmano lo sviluppo del cervello durante le fasi della crescita (infanzia e adolescenza) e continuano a influenzare per tutta la vita il funzionamento della mente. Gli studi condotti sottolineano come la capacità di costruire relazioni stabili e durature sia un predittore della felicità.



L'attività fisica ed il movimento, come riportato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e da numerose ricerche, potenzia lo sviluppo del nostro cervello da tutti i punti di vista, migliorando memoria, ragionamento, attenzione, capacità di risolvere problemi e creatività. Lo Sport inoltre, attraverso il gioco, diventa uno strumento per imparare a gestire le proprie emozioni, attraverso la vittoria, la sconfitta, il successo e gli insuccessi. Lo Sport, quindi, ci rende in grado di integrare, divertendosi, il nostro corpo con la nostra mente e le nostre competenze emotive, relazionali, cognitive, motorie.

**Il movimento può allenare, fin da piccoli, queste competenze e sperimentarle in contesti protetti e ricchi di significato. Lo Sport è quindi una base su cui sviluppare il benessere personale.**

