

# FACCIAMO SQUADRA

**le competenze sportive che aiutano a crescere**

**"Facciamo Squadra"** è un progetto sperimentale pensato per le scuole e che **intende aiutare i ragazzi a gestire ansia e stress, dinamiche di classe complesse e frustrazione, facilitando la comunicazione di gruppo grazie allo sport.**

E' attraverso la pratica sportiva del Rugby, del Basket, del Judo e della Pallavolo che si giunge alla consapevolezza di sé, all'esplorazione delle proprie emozioni, dei propri vissuti e di quelli dei compagni.

Questo faciliterà la classe nello sviluppare una comunicazione efficace al proprio interno, imparando anche a gestire meglio le dinamiche conflittuali.

**Accompagnati da psicologi dello sport e pedagogisti della Fondazione Centro per la Famiglia Cardinal Martini Onlus,** vivranno l'esperienza dello sport come strumento che include, insegna a rispettare i confini propri ed altrui, a comunicare nel rispetto di sé e dell'altro, a individuare il proprio "posto" nel gruppo.

#### **Per informazioni**

Fondazione Centro per la Famiglia Cardinal Martini Onlus  
Email: [info.trezzo@fondazionemartini.org](mailto:info.trezzo@fondazionemartini.org)  
[www.fondazionemartini.org](http://www.fondazionemartini.org)



Fondazione  
Centro  
per la famiglia  
Cardinal Carlo Maria Martini Onlus



Fondazione  
Cernusco SMS  
ROLOBBIA MUTUALITÀ ASSOCIATI



Con il patrocinio di  
CERNUSCO  
SUL NAVIGLIO

