



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it

SOMMARIO

Premessa:	3
Le proposte, le attività sportive.	4
Conferenza	5
Gare sportive - Programma	6
Dove si svolge	7
La filosofia del progetto.....	8
Servizio ristorazione e merenda	9
Obiettivi:	10
Patners e collaboratori:.....	12
Pianta	13

Associazione Turistica
Pro Loco Ponderano



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



PREMESSA:

"ponderano gioca" rappresenta il principale intervento nel Comune di Ponderano, nella **promozione dello sport** in generale come **strumento di educazione, socializzazione** e veicolo di **crescita personale e benessere**.

Manifestazione nata nell'anno Maggio 2010 come festa di chiusura provinciale del minibasket biellese anno sportivo 2009/2010.

Quest'anno si ripropone con un offerta migliore, aggiungendo altre attività sportive oltre alla pallacanestro, quali la mountain bike e l'atletica leggera, per far diventare **ponderano gioca** un appuntamento imperdibile di **MULTISPORT**.

Si è pensato inoltre di finalizzare il lavoro svolto nelle scuole in questi anni per la promozione dello sport sul territorio, con il coinvolgimento dell'**Istituto comprensivo**, invitando alla giornata sportiva, tutti i ragazzi delle scuole elementari e medie di **Ponderano-Gaglianico e Borriana**.

La manifestazione si svolgerà come l'anno scorso nel parcheggio antistante alle scuole e nel plesso scolastico e oratorio di Ponderano; il basket, in campi allestiti per l'occasione nel parcheggio, le gare di mountain bike e atletica nei percorsi tracciati nel giardino scolastico e oratorio.

A fine Gare i mini atleti potranno usufruire del ristoro della ProLoco e assistere alle funamboliche **esibizioni di free-style** basket di due nostri giovani atleti e infine, tutti i partecipanti saranno premiati con una medaglia dalle autorità intervenute.

I principi che ispirano **ponderano gioca** sono orientati alla inclusione sociale, alla promozione di uno sport per tutti, alla piena applicazione dei valori etici dello sport.

Per questo motivo la Pro Loco Ponderano nonché le varie Associazioni sportive si ritrovano nella missione comune della diffusione dei principi fondamentali dello sport, perché siamo convinti che **"educare attraverso lo sport non è uno slogan, ma una realtà"**.

Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it

LE PROPOSTE, LE ATTIVITÀ SPORTIVE.

Le attività sportive proposte in questa edizione di **ponderano gioca** sono:

- **Basket**
- **Atletica**
- **Mountain bike**

Per queste discipline si offrono varie proposte sportive in base alle capacità motorie dei bambini/ragazzi, e si sviluppano su due livelli, grazie al coinvolgimento ed alla collaborazione di insegnanti e istruttori del Coni per quanto concerne le varie discipline: quello **scolastico** e quello **extrascolastico**.

Per gli **atleti tesserati** per le varie Federazioni sportive è previsto un programma ben dettagliato di competizioni che vedremo più avanti. Parteciperanno squadre provenienti dalla Provincia di Biella e Vercelli.

Per i bambini e ragazzi che non hanno mai fatto attività sportiva e per le scuole, si prevede che i partecipanti, divisi per fasce di età, a rotazione, si cimentino su varie discipline sportive: atletica leggera, basket e mountain bike.

Essendo molto vario, il programma offre quindi stimoli differenti anche per chi partecipa solo per curiosità

Alla scuola primaria si offre una **proposta ludica** per i bimbi di 6-7 anni ed una mirata all'**orientamento alle discipline sportive**, attraverso la collaborazione delle società sportive locali, per i bimbi di 8-10 anni.

Per i ragazzi della Scuola Media si offre l'**opportunità di approfondire le conoscenze** sulle discipline sportive ed iniziare a praticarle anche partecipando a tornei organizzati, sempre in un contesto di sostegno alla crescita personale e alla socializzazione.

Pur variando le proposte per adattare alle esigenze dei bambini e dei ragazzi, si colgono aspetti educativi come il rispetto per gli altri, la condivisione delle regole, l'agonismo non esasperato, il comportamento corretto, la collaborazione che sono alla base del progetto indipendentemente dalla fascia d'età interessata.

Associazione Turistica
Pro Loco Ponderano



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



CONFERENZA

“lo sport oggi”

VENERDI' 27 MAGGIO 2011 ORE 21:00
(CENTRO SOCIALE IN VIA MAZZINI PONDERANO)

Saluti:

Franco Vallivero

Sindaco di Ponderano

Alessio Serafia

Assessore Sport Provincia di Biella

Lorenzo Leardi

Consigliere Regione Piemonte

Francesco Patti

Presidente Pro Loco Ponderano

Interventi:

Dott. Adriano GIACOMIN

(Medico, Presidente Orso Rugby Biella)

Dott. Paolo Forno

(Osteopata, Chinesiologo, preparatore atletico, esperto MTB)

Prof. Lorenzo GUARINO

(Insegnante di educazione fisica, allenatore, consigliere CONI Biella)

Franco Logoteta

(Presidente Federazione Italiana Pallacanestro Biella)

Moderatore:

Antonio Pusceddu

(Presidente ASD Basket Ponderano)

(Rinfresco per i partecipanti)

Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA

Tiziana PEDRAZZO

Loris LAZZARIN

Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it

GARE SPORTIVE - PROGRAMMA

"ponderano gioca"

SABATO 28 MAGGIO 2011 inizio ore 14:00 fine 18:30
(PLESSO SCOLASTICO VIA CARDUCCI, PONDERANO)

ore 14:00	Registrazione atleti
ore 14:30	Inizio attività sportive basket.
ore 15:00	Inizio Gare atletica e promozione sport
ore 16:30	Inizio gare mountain bike
ore 17:30	Merenda per tutti
ore 18:00	Esibizione Free style basket
ore 18:30	Premiazione e saluti

Basket per tesserati

- ✓ Torneo Esordienti (anni 1999-2000)
- ✓ Torneo Aquilotti (anni 2001-2002)
- ✓ Gioco minibasket-gare (anni 2003-2004-2005)

Basket per tutti

- ✓ Esercizi propedeutici al basket, "trattamento" palla, palleggio, tiro in terzo tempo e tiro piazzato, passaggio e difesa.
- ✓ Giochi - garette
- ✓ Partitelle

Mountain Bike per tutti

- ✓ Gara su circuito 3 (anni 1999)
- ✓ Gara su circuito 3 (anni 2000)
- ✓ Gara su circuito 2 (anni 2001)
- ✓ Gara su circuito 2 (anni 2002)
- ✓ Gara su circuito 1 (anni 2003)
- ✓ Gara su circuito 1 (anni 2004-2005)

Atletica per tutti

- ✓ Gare multi discipline

Associazione Turistica
Pro Loco Ponderano



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it

DOVE SI SVOLGE ponderano gioca

Le attività si svolgeranno presso il plesso scolastico di Ponderano e l'Oratorio dalle 14:00 alle 18:30.

Per il **basket**, verranno tracciati nel parcheggio antistante le scuole di Ponderano, cinque campi completi con due canestri per campo, più due mezzi campi, per far provare il basket a tutti. La Via Carducci e il parcheggio verrà completamente inibito al transito delle autovetture e i campi saranno divisi da transenne di plastica e panchine di legno.

Per quanto riguarda le gare promozionali di **mountain bike**, i percorsi a circuito verranno tracciati nel prato della scuola. I mini-ciclisti verranno divisi per età e gareggeranno nei percorsi con gradi di difficoltà crescenti in base all'età; non è necessario l'abbigliamento adeguato, ma è obbligatorio il caschetto protettivo.

La promozione sportiva dell'**atletica leggera** si svolgerà in parte all'interno del plesso scolastico nel prato vicino alla piccola pista d'atletica e la palestra per le seguenti discipline: salto in alto, salto in lungo, corsa veloce sui 50 mt, staffetta, getto del peso e corsa campestre.

Verranno allestite per l'occasione tre fontanelle, dove i miniatleti potranno riempire le loro borracce (donate all'iscrizione della giornata multi sport).

Per il servizio di assistenza sanitaria sarà presente, per tutto il tempo della manifestazione, il personale volontario e un'ambulanza della Croce Rossa Italiana

Associazione Turistica
Pro Loco Ponderano



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it

LA FILOSOFIA DEL PROGETTO ponderano gioca

“ponderano gioca” è pienamente riferita alla Carta dei Diritti del ragazzo nello sport e alla carta del Fair Play. Riteniamo che lo sport debba essere un momento educativo che abitui al rispetto delle regole e della convivenza con compagni ed avversari, in ambito di confronto, correttezza e di ordine.

L'intento è quello di incentivare nei giovani l'interesse verso lo sport attraverso l'offerta di proposte particolarmente significative, per stimolare la pratica e l'abitudine allo sport dei ragazzi/e, che spesso in questa età decidono se praticare o allontanarsi dalla pratica sportiva.

Il coinvolgimento e la collaborazione delle associazioni sportive del territorio cercheranno di contribuire ad allargare e differenziare le diverse proposte multisportive e a creare occasioni di scambio reciproco.

Associazione Turistica
Pro Loco Ponderano



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



PROGETTO DI PROMOZIONE DELLO SPORT SANO

SERVIZIO RISTORAZIONE E MERENDA

“Negli ultimi decenni sovrappeso e obesità sono diventati un problema di salute pubblica di proporzioni epidemiche nei Paesi occidentali. Accanto all'alimentazione sregolata, uno dei fattori che favoriscono maggiormente sovrappeso e obesità è la sedentarietà, che caratterizza lo stile di vita di molti adulti e bambini”

Il servizio di ristorazione è in perfetta linea sulle proposte che in questi anni alcune società sportive hanno portato avanti anche nell'ambito della scuola con un'alimentazione sana ed equilibrata.

Il progetto frutta a cui hanno aderito le scuole di Ponderano è in perfetta sintonia con la filosofia del nostro mangiar sano.

Andiamo a predicare che *“mangiare frutta e verdura tutti i giorni è il modo migliore per stare bene perché contengono le vitamine, sostanze che ti fanno crescere bello e pieno di energie.*

Una cosa che forse non si sa è che bisogna mangiarne di tutti i tipi e di tutti i colori. Perché come per un puzzle, solo mettendo insieme tutti i pezzi (cioè tutti i colori) otterrai un bel quadro finale, ovvero il miglior contributo possibile alla tua salute.

Per esempio gli sportivi, che si ammirano tanto, ne consumano almeno 5 porzioni al giorno, perché li aiutano a essere agili e svegli. E anche più belli: se provi a chiedere agli attori dei tuoi film preferiti il segreto di occhi splendenti, di capelli lucenti e niente pancia vi diranno che ogni giorno mangiano frutta e verdura!

Spremuta a colazione, mela a metà mattina, insalata a pranzo, macedonia a merenda, minestrone a cena ... nella vostra giornata ci sono tante occasioni per mangiare cibi gustosi e sani”

Nella **nostra merenda** quindi, non potrà mancare la frutta con una macedonia preparata dai volontari della Pro Loco con tutti i frutti di stagione oltre all'immane panino e la pizza del nostro panettiere Zangirolami. Per dissetarsi, bandite tutte le bibite gassate, in favore dell'acqua microfiltrata.

Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



OBIETTIVI:

“Muoversi per sentirsi liberi”

Lo sport è considerato tra i giovani una delle ruote più importanti per lo sviluppo della vita, svolge un ruolo importantissimo nella formazione, nello sviluppo e nell'educazione, per molti esso è un'opportunità con cui tenere in allenamento il fisico e la mente, per altri ancora una guida educativa molto importante.

Lo sport è una straordinaria fabbrica di continue emozioni, a volte le proviamo in solitudine, a volte in un piccolo gruppo: l'evento sportivo, sia esso un grande successo o una cocente sconfitta, viene vissuto come in pezzo di storia individuale e collettiva, con tutte le emozioni che ne seguono.

*Un ulteriore aspetto su cui soffermarsi è la **capacità di vivere in gruppo**; sentirsi parte di un determinato contesto sociale è uno dei bisogni primari di ciascun individuo. Infatti una delle principali motivazioni dei giovani allo sport è legata al desiderio di vivere e di raggiungere obiettivi sentendosi parte di un gruppo.*

*L'**evidenza formativa** di questa abilità è fuori da ogni dubbio: saper rispettare le regole del gruppo e collaborare anche in un ambiente competitivo sono abilità interpersonali che ciascuno di noi deve avere.*

L'attività sportiva rappresenta uno strumento indispensabile all'apertura dell'educazione all'ambiente locale; essa è particolarmente adatta agli obiettivi di lotta contro qualsiasi forma di discriminazione....

OBIETTIVO GENERALE : accostare i ragazzi alle attività motorie e successivamente alla pratica sportiva, in modo graduale e divertente promuovendo lo sport sano tra i ragazzi

Obiettivi specifici

- favorire l'adesione all'attività fisica regolare e quindi costruire un'ampia base di esperienze motorie
- coordinare interventi di attività motoria scolastica ed extrascolastica in un Progetto integrato tra Scuola/Ente Locale/Associazioni sportive;
- concedere ai bambini più opportunità;
- creare cultura sportiva;
- garantire la frequenza di luoghi di socializzazione privi di rischio nel mondo dello sport
- promuovere l'autostima e la capacità di organizzazione del proprio tempo

Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



Azioni programmatiche previste entro il 2011

- Aumentare le società sportive in Paese e quindi una scelta maggiore per i bambini di praticare sport
- Creare una rete con altre realtà che abbiano i nostri stessi intenti sul territorio
- Collaborazione con la scuola
- Collaborazione con le società sportive del territorio
- Collaborazione con Enti e le amministrazioni locali
- Collaborazione con le famiglie

Per far favorire l'adesione all'attività fisica regolare si propone di promuovere la conoscenza delle varie opportunità che il territorio offre mediante pubblicità mirata e proposte alla scuola.

Occorre rendere accessibili a tutti alcune offerte delle varie società sportive e garantire la possibilità di svolgere lo sport anche ai ragazzi che non vogliono o non possano impegnarsi in attività agonistica.

E cosa molto importante occorre promuovere **iniziative stagionali** di attività fisica collettiva e incentivare le Amministrazioni locali a impegnarsi a creare luoghi aperti a tutti per l'attività fisica non organizzata e realizzare piste ciclabili con percorsi di varia difficoltà, e dare la possibilità di recarsi a scuola in bicicletta o a piedi in sicurezza (percorsi casa scuola).

È necessario consolidare il legame virtuoso tra società sportive ed istituzioni al fine di dar garanzia sulla condivisione degli obiettivi sullo sport e sulla "salute" negli ambienti sportivi.

Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



PATNERS E COLLABORATORI:

Enti e Federazioni sportive

- **Comune di Ponderano**
- **Provincia di Biella**
- **Regione Piemonte**
- **CONI Biella**
- **FIP Biella**
- **FIDAL Biella**
- **FIC mtb Biella**

Associazioni sportive

- **ASD Basket Ponderano**
- **Mountain Bike Ponderano**
- **ASD Atletica Gaglianico**
- **Studio Scienza dello Sport**

Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA
Tiziana PEDRAZZO
Loris LAZZARIN
Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it



PIANTA



Presidente
Francesco PATTI

Vice Presidente
Gabriele MAIOLINO

Segretario
Guido GIACHINO

Tesoriere
Davide TALIANA

Consiglieri
Simonetta GREMMO
Fabrizio PIANEZZOLA

Tiziana PEDRAZZO

Loris LAZZARIN

Antonio PUSCEDDU

Sede: Piazza Garibaldi, 8
13875 PONDERANO (BI)
Cod.Fisc. 90017670028
P.IVA 02405670023

Sito internet:
www.prolocoponderano.it

E-mail:
prolocoponderano2010@libero.it