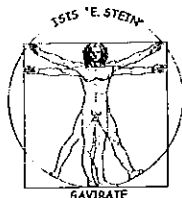
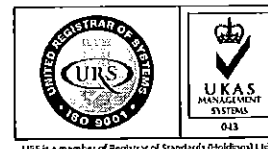




ISTITUTO STATALE DI ISTRUZIONE SUPERIORE  
"EDITH STEIN"

Via dei Gelsomini, 14 21026 GAVIRATE (VA)  
Liceo Classico - Liceo Scientifico - Liceo Scientifico a indirizzo Sportivo - Liceo Linguistico  
Ist. Tec. Sistemi Informativi Aziendali - Ist. Tec. Relazioni Internazionali per il Marketing  
Ist. Tec. Turismo - Ist. Tec. Costruzioni, Ambiente e Territorio  
Ist. Prof. Servizi Socio Sanitari



Circ. 525

Gavirate, 13 aprile 2016

Ai docenti e a tutti agli studenti delle  
classi quarte e della prima Liceo  
Scientifico Sportivo  
Al DSGA  
Al sito

Oggetto: "Settimana dei mestieri: Sport a 360 gradi"

Il nostro Istituto ha aderito all'iniziativa "La settimana dei mestieri: SPORT a 360 gradi", organizzata per il 12 maggio dall'Università degli studi dell'Insubria e dedicata quest'anno allo sport.

Scopo dell'iniziativa è l'approfondimento del tema SPORT A 360 GRADI : dal ruolo della medicina e delle discipline scientifiche allo sport come mezzo di integrazione e mediazione, di superamento della disabilità e di possibile volano dello sviluppo economico.

Saranno coinvolti gli studenti di tutte le classi quarte e della prima del L.S.S. secondo il seguente prospetto.

GRUPPO 1	GRUPPO 2		GRUPPO 3
	Sottogruppo 1	Sottogruppo 2	
Aula Morselli	Aula 3D Is	Aula Salvini	Aula De André
4A SSS-4B SSS-4A LS-4 TUR	1 LSS	4SIA - 4RIM-4B LS	4 CAT- 4C LS- 4D LS- 4 LC

Si rammenta che il 12 maggio si svolgeranno le prove INVALSI per le classi seconde, pertanto, poiché la palestra grande sarà occupata alla quarta ora per le attività del progetto, la classe IC SSS, svolgerà la lezione di Scienze Motorie nella palestra.

La classe IA LSS svolgerà la lezione di Discipline Sportive dalle h.12:00 alle 14:00 del giorno 12 maggio e pertanto non effettuerà la sesta ora del venerdì 13 maggio.

La classe IIID LS svolgerà le lezioni nell'aula di disegno del secondo piano.

Si allega il programma dettagliato del progetto.



IL DIRIGENTE SCOLASTICO  
Francesca Maria Franz





UNIVERSITÀ DEGLI STUDI  
DELL'INSUBRIA

AREA DIDATTICA E RICERCA  
Servizio didattica  
Ufficio orientamento e placement

settimana  
**DEI MESTIERI**  
**SPORT a 360** gradi  
DAL 12 AL 14 MAGGIO 2016

La **Settimana dei Mestieri** intende presentare a studenti e famiglie uno spicchio del mondo delle professioni, coinvolgendo attori del territorio e fornendo una panoramica ampia in una prospettiva di lungo periodo.

Il tema scelto per la seconda edizione è lo **SPORT A 360 GRADI**: dal ruolo della medicina e delle discipline scientifiche allo sport come mezzo di integrazione e mediazione, di superamento della disabilità e di possibile volano dello sviluppo economico.



Via Ravasi, 2 – 21100 Varese (VA) – Italia  
Tel. +39 0332 21 9343 – Fax +39 0332 219348  
Email: [orientamento@uninsubria.it](mailto:orientamento@uninsubria.it) – PEC: [ateneo@pec.uninsubria.it](mailto:ateneo@pec.uninsubria.it)  
Web: [www.uninsubria.it](http://www.uninsubria.it)  
P.I. 02481820120 - C.F. 95039180120  
*Chiaramente Insubria!*

Piano I  
Uff. 1.020  
**Orari al pubblico**  
Lunedì, Martedì,  
Giovedì, Venerdì: 10.00 – 12.00  
Mercoledì: 14.00 – 16.00



## **GIOVEDÌ 12 MAGGIO 2016 SPORT e SCIENZA**

**Dalle 10 alle 12 - presso I.S.I.S. E. Stein**  
Via dei Gelsomini 14, Gavirate

**Testimonial e atelier: una mattinata di confronto e di attività**

### **Gruppo 1 - Dimmi come mangi e ti dirò che atleta sei**

Quali sono gli elementi fondamentali dell'alimentazione di atleti di sport diversi? E cosa mangiano atleti che praticano lo stesso sport ma arrivano da paesi diversi? Quanto conta l'alimentazione per diventare un campione? Parliamone insieme a:

- **Coordina Eugenia Dozio - Dietista Clinica Universitaria dell'Università degli Studi dell'Insubria**
- **Serena Martegani - Specialista in Medicina dello Sport – Docente del Corso di laurea in Scienze motorie**
- **Vincenzo Saturni - Dirigente medico presso il Servizio di Immunoematologia e trasfusione dell'Ospedale di Varese e Presidente di AVIS Nazionale**
- **Un atleta Keniano – Associazione Africa e Sport**

### **Gruppo 2 - Come la scienza ti aiuta a diventare un campione**

Per correggere gli errori e superare i limiti bisogna imparare ad “osservarsi” con occhi elettronici. Fisica, anatomia, fisiologia sono alcuni degli ingredienti per diventare campioni. Parliamone insieme e mettiamoci alla prova in prima persona:

### **Sottogruppo 1 – Visualizzazione, acquisizione e analisi fisiologica-fisica-anatomica del gesto atletico**

- **Coordina Elena Bossi - Docente di Fisiologia presso il Dipartimento di Biotecnologie e Scienze della Vita dell'Università degli Studi dell'Insubria**
- **Andrea Moriondo - Docente di Fisiologia umana presso il Dipartimento di Scienze Chirurgiche e Morfologiche dell'Università degli Studi dell'Insubria**
- **Marina Protasoni - Docente in Anatomia umana presso la Scuola di Medicina dell'Università degli Studi dell'Insubria**
- **Michela Prest - Docente di Fisica presso il Dipartimento di Scienza e Alta Tecnologia dell'Università degli Studi dell'Insubria**
- **Associazione Africa e Sport**
- **Andrea Degani - Flyer Gym**
- **Massimiliano Martinelli - OTC**



### **Sottogruppo 2 – APP IN ALLENAMENTO**

La tecnologia al servizio dell'allenamento sportivo (sensoristica hardware, smartwatch, smartband, dispositivi elettronici e app di training).

Dalla teoria alla pratica. Esempi di utilizzo della tecnologia per le sessioni di allenamento (pianificazione delle attività, controllo dell'alimentazione, gesto atletico)

- Coordina Davide Tosi - Ricercatore universitario del Dipartimento di Scienze Teoriche e Applicate
- Valentina Pegorer - Modella, Testimonial Nike Sport e Condutrice DeeJay
- Andrea Soffientini - Runner, vincitore Campionato Cross 2015 - Atletica Azzurra Garbagnate
- Matteo Angioletti - Atleta olimpionico di ginnastica

### **Gruppo 3 – Quanto contano le regole?**

Quali sono le competenze richieste? Differenza tra giudicare e misurare il gesto atletico? E perché non usare solo arbitri "elettronici"? Parliamone insieme e sperimentiamo in prima persona:

- Coordina Andrea Uselli – Docente di Finanza Aziendale presso il Dipartimento di Economia dell'Università degli Studi dell'Insubria
- Lorenzo Fontani - Giornalista Sky Sport, cura per Sky la rubrica "Regoliamoci": trasmissione sulla moviola che spiega allo spettatore, e quindi al tifoso, il perché delle decisioni arbitrali
- Roberto Arcari Farinetti - Presidente Associazione Italiana Arbitri - sezione di Varese
- Mario Galante - Allenatore Rugby Varese ed Arbitro di calcio
- Massimiliano Martinelli - OTC



## VENERDÌ 13 MAGGIO 2016 SPORT e MEDICINA

Dalle 10 alle 13 presso il Campus di Bizzozero  
aula 6 MTG Padiglione Monte Generoso

### TAVOLA ROTONDA: Superare i propri limiti nello sport

... quando le capacità umane non sono delimitate da un campo di gara, la sfida si gioca con la natura e i suoi elementi. I limiti da superare sono nella nostra mente o nelle capacità del nostro corpo? **SPORT E MONTAGNA TRA ALPINISMO E MEDICINA**

... quando le capacità del fisico vengono spinte oltre la legalità. Quali limiti nel sottile confine tra l'uso e l'abuso di sostanze? **IL DOPING CHE UCCIDE LO SPORT.**

... quando le capacità del corpo sono colpite da deficit invalidanti. I limiti del corpo sono limiti all'anima e della volontà? **IL RUOLO DELLO SPORT NELLA DISABILITA'** per superare paure, pregiudizi ed affermare sé stessi.

- Moderatore: Max Laudadio - Conduttore televisivo, attore e conduttore radiofonico italiano, noto per essere un inviato di Striscia la notizia
- Luigi Festi - Chirurgo Generale e Toracico, Presidente della Commissione Medica Centrale del Club Alpino Italiano e Direttore del Master in Mountain Medicine e del Master in Mountain Emergency Medicine dell'Università degli Studi dell'Insubria
- Daniela Negrini - Docente di Fisiologia umana presso il Dipartimento di Scienze Chirurgiche e Morfologiche dell'Università degli Studi dell'Insubria
- Matteo Della Bordella - Giovane Alpinista e Climber Varesino, Membro prestigioso del Ragni di Lecco, autore di salite in Patagonia, Groenlandia, Pakistan, Himalaya e sulle Alpi, alcune in prima assoluta
- Silvio Mondinelli - Alpinista di fama mondiale, 20 volte in cima ad un 8.000, sesto al mondo e secondo italiano ad aver salito tutte le 14 vette più alte del mondo, senza ausilio di ossigeno
- Pietro Scidurlo - 37 anni, è in sedia a rotelle da sempre. L'educazione ricevuta, la sua tempra e il suo reagire a quella quotidianità ad ostacoli, lo conduce a compiere il Cammino di Santiago. La sua vita cambia per sempre. Fonda Free Wheels onlus e nel 2015 firma la prima guida accessibile al mondo sull'itinerario riconosciuto Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO: Santiago Per Tutti, Edizioni Terre di mezzo. Oggi Free Wheels guarda verso i cammini italiani
- Francesco Roncari - Varesino di 23 anni, è uno studente da 30 e lode con una passione: il basket. Medaglia di bronzo nazionale under 22 basket in carrozzina, ora per raggiunti limiti di età gioca nella nazionale maggiore



- Paola Grizzetti - Varesina, Tecnico Federale Responsabile Nazionale Adaptive Rowing (Canottaggio Adattato)
- Noemi Cantele - Ex ciclista su strada italiana, professionista dal 2002 al 2013. Nel 2009 è stata medaglia d'argento mondiale a cronometro e di bronzo in linea, mentre nel 2011 ha vinto il titolo italiano sia in linea che a cronometro, laureata in Economia e commercio all'Università degli Studi dell'Insubria (con lode)

**Dalle 14 alle 17 presso il Campus di Bizzozero**

Atelier-laboratori con un coinvolgimento attivo dei partecipanti

- IL DOPING: DOPING GENETICO, LA FARMACOLOGIA DEL DOPING, IL DOPING E LA MEDICINA LEGALE (FRANCESCO PASQUALI, MARCO FERRARI, MARIO PICOZZI & ELENA FERIOLI)
- SPORT E DISABILITÀ
- LA MONTAGNA: UN CONNUBIO DI SPORT E MEDICINA
- CONIUGARE SPORT AGONISTICO E STUDIO UNIVERSITARIO: I COLLEGE ALL'UNIVERSITÀ DELL'INSUBRIA



**SABATO 14 MAGGIO 2016  
SPORT e SOCIETÀ**

**Dalle 10 alle 13 presso Aula Magna dell'Università degli Studi  
dell'Insubria - Via Ravasi 2, Varese**

**TAVOLA ROTONDA: "Lo sport ha il potere di cambiare il mondo"  
- Nelson MANDELA.**

- Moderatore: Francesco Caielli - Firma de La Provincia di Varese
- Claudio Gentile - Allenatore di calcio ed ex calciatore italiano, è stato campione del mondo con la Nazionale italiana nel 1982
- Aldo Ossola - Ex cestista della Pallacanestro Varese, con la maglia biancorossa vince 7 scudetti, 5 Coppe dei Campioni (giocando 10 finali consecutive), 2 Coppe Intercontinentali, 4 Coppe Italia e 1 Coppa delle Coppe. Ha totalizzato 35 presenze in Nazionale, con la quale ha partecipato alle Olimpiadi del 1972
- Fabio Pizzul - Consigliere regionale della Lombardia - Progetto "Sport in Carcere"
- Bruno Dominici - Preparatore Atletico presso AC Milan Italia
- Progetto Coni Alfabetizzazione motoria SPORT E BAMBINI; Prof. Passi - Docente in Biochimica presso la Scuola di Medicina dell'Università degli Studi dell'Insubria
- Africa e Sport- Onlus Varesina che opera per sensibilizzare, promuovere e sostenere progetti sociali e sportivi nel continente africano con finalità sociali di inclusione e di integrazione delle fasce più deboli.
- Fabrizio Mannoni - "Traiettorie"- Flyer Gym

**CHIUSURA DELLA TAVOLA ROTONDA CON APERITIVO**

**Presso il Campus Bizzozero – PALACUSINSUBRIA**

**GIORNATA OPEN CAMPUS PER I BAMBINI**

Ragazzi dai 5 ai 12 anni sono invitati a conoscere le strutture sportive dell'Università in occasione delle INSUBRIADI 2016 e a conclusione della SETTIMANA DEI MESTIERI.

Troveranno spazi dedicati dove provare sport individuali e di squadra

**GRAN FINALE CON FLYER GYM E I TRUZZI VOLANTI**