

SPORT & SCHOOL TRIP 2026

TERZA EDIZIONE

L'ICS VIALE LEGNANO TORNA DA BIBIONE CON UN PIENO DI SPORT,
LINGUA INGLESE E SPIRITO DI SQUADRA



Dal **21 al 23 settembre 2026**, le **classi terze della scuola secondaria di primo grado** dell'**ICS Viale Legnano di Parabiago** hanno partecipato al progetto viaggio di istruzione "**Sport and School Trip**". Per il **terzo anno** la nostra scuola ha scelto di aderire a questa splendida iniziativa, promossa e organizzata da SportFelix (Raduni Sportivi), un'eccellenza nel panorama del turismo scolastico e sportivo, consolidando un appuntamento ormai attesissimo e di grandissimo valore formativo per i nostri studenti.

I ragazzi hanno vissuto tre giorni intensi di movimento, socializzazione e crescita personale nella splendida cornice del **Villaggio Turistico Internazionale di Bibione**, una struttura d'eccellenza specializzata nell'accoglienza di attività didattico sportive.

Il progetto ha offerto ai ragazzi l'opportunità unica di mettersi alla prova in un contesto stimolante e sicuro, sperimentando discipline diverse e imparando il valore del gioco di squadra e del rispetto reciproco. Questa esperienza fuori dalle mura scolastiche ha permesso agli studenti di esplorare le proprie attitudini, sviluppando una maggiore consapevolezza di sé e delle proprie capacità motorie e relazionali. Affrontare nuove discipline ha significato anche imparare a gestire le piccole sfide quotidiane e gli imprevisti del campo, stimolando l'autonomia e la resilienza. Lo sport è diventato così un eccezionale strumento per allenare le competenze trasversali (soft skills), l'ascolto dell'altro e la capacità di fare gruppo in modo sano e costruttivo.

Un programma ricco di movimento e sfide

Il cuore del viaggio è stato il ricchissimo palinsesto di attività. Guidati da istruttori qualificati, gli studenti hanno potuto praticare un'incredibile varietà di discipline sportive, alternate tra spiaggia, aree attrezzate e aree verdi:

Focus Beach Volley: lo sport incontra le lingue

Il Beach Volley è stato uno dei grandi protagonisti sulla sabbia, trasformandosi in una vera e propria aula didattica a cielo aperto. Le attività si sono svolte alternando la lingua italiana e la lingua inglese, unendo così l'attività motoria al potenziamento linguistico (approccio CLIL). Gli studenti hanno così potuto associare il gesto atletico e le strategie di gioco alle indicazioni dei coach madrelingua, potenziando il proprio vocabolario in modo spontaneo, pratico e interattivo.



Fig.1 Lezione di Beach Volley in lingua inglese



Fig.2 Studenti in campo a giocare a Beach Volley



Fig.3 Un gruppo di studenti al termine della prima lezione di Beach Volley in lingua inglese.

Sulla sabbia tra Beach Tennis e Beach Soccer

Accolti da un'ondata di travolgente energia e viva partecipazione, i ragazzi si sono misurati anche sui campi da Beach Tennis e Beach Soccer. Queste attività sulla sabbia hanno richiesto una notevole coordinazione motoria e un costante supporto reciproco, trasformando ogni singola partita in una bellissima occasione per fare squadra e supportarsi a vicenda ad ogni azione.



Fig.4 Partita di Beach Tennis



Fig.5 Partita di Beach Soccer

- Precisione e strategia: i ragazzi si sono cimentati con concentrazione nel Tiro con l'arco e nelle sfide di Calcetto.



Fig.6 Lezione di Tiro con l'Arco



Fig.7 Partita di Calcetto

• **Ritmo e benessere:** grande entusiasmo ha riscontrato l'esperienza della Zumba, che ha coinvolto le studentesse in un mix travolgente di musica e fitness. Guidati dal ritmo e dall'energia del trainer, le ragazze hanno seguito coreografie dinamiche utili a stimolare la coordinazione e la resistenza aerobica. Ballare insieme all'aria aperta ha regalato una straordinaria carica di vitalità. Altrettanto centrale è stata l'esperienza vissuta nella splendida Piscina del villaggio: un'attività che ha permesso agli studenti di sperimentare i benefici del movimento in acqua realizzato in un momento di sana aggregazione e condivisione ludica.



Fig.6 Lezione di Zumba



Fig.7 Attività in Piscina

• **Consapevolezza e sicurezza:** formativi sono stati i moduli dedicati alla Difesa personale, un'occasione importante per riflettere sulla sicurezza e sul controllo emotivo.



Fig.8 Attività di coppia durante la lezione di Difesa personale



Fig.9 Esercizi di gruppo durante la Difesa Personale

Lo sport come ponte: l'esperienza del Sitting Volley in spiaggia

Un momento di altissimo valore educativo e inclusivo è stato vissuto direttamente sulla spiaggia, dove gli studenti si sono cimentati nel **Sitting Volley**. Questa disciplina inclusiva ha permesso a tutti i ragazzi di azzerare le differenze e sperimentare in prima persona l'importanza dell'abbattimento delle barriere, mettendosi nei panni dell'altro. Giocare a livello della sabbia ha trasformato lo sport in un potente canale di **empatia, inclusione e reale collaborazione**, dimostrando che sul campo siamo tutti uguali e indispensabili per il successo del gruppo.



Fig.10 Lezione di Sitting Volley



Fig.11 Esercizi durante la lezione di Sitting Volley

Un'esperienza di vita che si consolida nel tempo

La scelta del nostro Istituto di rinnovare l'adesione a questo progetto per il terzo anno conferma la validità di una formula che unisce perfettamente inclusione, sport e didattica. In un contesto diverso da quello scolastico, le dinamiche di classe si sono rafforzate e ogni studente ha potuto esprimere le proprie potenzialità, superando piccoli limiti quotidiani grazie al supporto dei compagni e dei docenti accompagnatori.

Sulla scia del successo dello scorso anno, desideriamo esprimere la nostra più profonda gratitudine a chi ha reso possibile tutto questo. Un ringraziamento speciale va alla nostra Dirigente Scolastica, la prof.ssa Monica Fugaro, che ha creduto in questo progetto, supportata dalla preziosa e costante collaborazione della DSGA Maria Filippa Graziano e della sig.ra Ida Teofrasto. Un grazie sincero ai docenti accompagnatori, le prof.sse Erica Labella e Chiara Lago insieme ai prof. Amorelli Mario e Maglio Alessio, che con immensa disponibilità hanno condiviso e guidato i ragazzi in questa intensa avventura. Ringraziamo di cuore anche le famiglie, per aver offerto ai propri figli questa straordinaria opportunità di crescita, e lo staff di Raduni Sportivi, SportFelix e i tecnici sportivi per l'impeccabile organizzazione.

Un plauso finale va ai nostri ragazzi e alle nostre ragazze, che hanno partecipato con un comportamento esemplare, grinta e un sorriso contagioso!

Le Insegnanti di Educazione Fisica

Eleonora Soluri

Wanda Fedrighini