



PROGETTO EQUAL GEMS - CUS PADOVA

PROPOSTA FORMATIVA

PARITÀ DI GENERE NELL'EDUCAZIONE FISICA SCOLASTICA E NELLO SPORT: PROMUOVERE EQUITÀ, PARTECIPAZIONE E BENESSERE

Destinatari

Docenti di Scienze Motorie e Sportive delle scuole secondarie di I e II grado

Periodo di svolgimento

Febbraio – marzo 2026

Partecipazione gratuita (progetto finanziato dal programma Erasmus+ Sport)

OBIETTIVI DEL PERCORSO FORMATIVO

Equal GEMS è un progetto Erasmus+ che mira a promuovere ambienti sportivi più inclusivi e a contrastare la sotto-partecipazione femminile nello sport in età adolescenziale. Il percorso formativo per docenti intende integrare e aggiornare le competenze professionali in Scienze Motorie e Sportive affinché la scuola diventi un contesto che favorisca benessere, pari opportunità e partecipazione attiva di tutte le studentesse e degli studenti.

Perché partecipare

Il progetto Equal GEMS nasce per rispondere a una criticità ben nota nella scuola secondaria: la progressiva riduzione della partecipazione femminile alle attività motorie e sportive, spesso legata a stereotipi di genere, modelli competitivi poco inclusivi e scarsa rappresentazione positiva.

Il percorso formativo propone strumenti concreti e immediatamente applicabili per:

- rendere le lezioni di educazione fisica più inclusive e motivanti per tutti e tutte;
- favorire la partecipazione attiva delle studentesse, anche di quelle meno sportive;
- migliorare il clima di classe e il benessere psico-fisico attraverso pratiche didattiche e comunicative consapevoli;
- rafforzare il ruolo dei docenti come facilitatori di empowerment e leadership positiva.

PROGRAMMA DEL PERCORSO FORMATIVO

Moduli - Contenuti chiave	Durata	Modalità	Date
1. Pari opportunità nell'educazione allo sport Comprendere stereotipi, barriere e fattori che incidono sulla partecipazione sportiva delle ragazze. Riflessione sul ruolo della scuola e dell'educazione fisica nella promozione delle pari opportunità.	2 ore	A distanza	-
2. Didattica inclusiva in educazione fisica Attività pratiche, giochi e proposte didattiche per costruire lezioni inclusive. Strategie per adattare le attività motorie a diversi livelli di competenza, favorire la partecipazione attiva e valorizzare le differenze.	6 ore	In presenza	13/03/2026 8:00 – 14:00 CUS Padova, via J. Corrado
3. Linguaggio e comunicazione inclusiva Il ruolo del linguaggio, del feedback e della comunicazione non verbale nelle lezioni di educazione fisica. Come parole e atteggiamenti influenzano motivazione, autostima e senso di appartenenza degli studenti e delle studentesse.	2 ore	A distanza	-
4. Leadership ed empowerment femminile attraverso lo sport Laboratori pratici per sviluppare fiducia in sé, cooperazione e protagonismo femminile. Proposte di attività motorie finalizzate all'empowerment, alla leadership positiva e alla partecipazione consapevole.	6 ore	In presenza	27/03/2026 8:00 – 14:00 CUS Padova, via J. Corrado
5. Reti e collaborazioni educative Il valore della collaborazione tra scuola, territorio e sport come alleanza educativa.	1 ora	A distanza	-
6. Valutazione e strumenti di monitoraggio Strumenti per osservare, valutare e migliorare l'impatto delle pratiche inclusive.	1 ora	A distanza	-

STRUTTURA DEL PERCORSO

- **Formazione a distanza (asincrona)**
Moduli brevi con video, materiali e spunti di riflessione, fruibili in autonomia.
- **Formazione in presenza (laboratoriale)**
Due giornate pratiche presso gli impianti del CUS Padova di via J. Corrado, dedicate alla sperimentazione di attività e metodologie didattiche.

METODOLOGIE DIDATTICHE

Il percorso prevede una modalità mista, pensata per adattarsi ai tempi dei docenti.

Una prima parte si svolge a distanza, con brevi video e materiali di supporto da consultare in autonomia, senza vincoli di orario.

Segue poi la parte in presenza, articolata in due giornate presso gli impianti del CUS Padova, dedicate ad attività pratiche, esempi di lezione, sperimentazioni motorie e momenti di confronto e condivisione tra pari.

Al termine del percorso, su base volontaria, i/le docenti potranno provare in classe alcune delle attività proposte e confrontarsi con i formatori per una restituzione e un supporto alla progettazione didattica.

MATERIALI E TECNOLOGIE

Saranno resi disponibili Toolkit e materiali Equal GEMS (schede attività, linee guida metodologiche); presentazioni e video; strumenti digitali per collaborazione e valutazione.

ATTESTAZIONE FINALE

- Questionario finale di autovalutazione delle competenze acquisite
- Rilascio di badge digitale delle competenze
- Attestato di partecipazione

ISCRIZIONI

Posti limitati (circa 30 partecipanti), per garantire la qualità delle attività pratiche.

Iscrizione **entro il 31 gennaio 2026** tramite Google Form:

<https://forms.gle/LhgUU1gMWffQ8EBA9>

Per chiarimenti e informazioni:

Marta Gravina europa@cuspado.va.it