



## Lo sport come strumento educativo, sociale ed inclusivo al Free Time Sporting center di Frascati

Lo sport come strumento educativo, sociale ed inclusivo al Free Time Sporting center di Frascati

Nelson Mandela affermava che “Lo sport ha il potere di cambiare il mondo. Ha il potere di suscitare emozioni. Ha il potere di ricongiungere le persone come poche altre cose. Ha il potere di risvegliare la speranza dove prima c’era solo disperazione”.

Nulla di più vero è mai stato affermato, secondo me, sul sport e il suo significato più profondo. E Acquistano ancora più risonanza in questo momento storico, dove tutto il mondo si trova ad affrontare un nemico temibile ma non imbattibile.

Lo sport sicuramente ci può aiutare a superare alcune difficoltà collegate al momento, alzando le difese immunitarie e mantenendo il nostro umore alto.

Il complesso sportivo Free Time di Frascati, offre da sempre spazi al servizio dello sport, il quale ricopre un ruolo determinante nella nostra cultura, sociale e familiare, grazie alla sua funzione educativa, la pratica sportiva come “un fatto sociale” componente essenziale per lo sviluppo psicofisico dell’essere umano, cioè un insieme di attività che comprende ambiti diversi, che vanno da quello sportivo fino ad arrivare alla politica. Senza dubbio lo sport è un veicolo di inclusione, aggregazione e partecipazione con un ruolo sociale fondamentale, che permette lo sviluppo di capacità e abilità per una crescita sana.



Lo sport è lo specchio della nostra società, in grado di trasmettere modelli di vita e pratiche di comportamento. Rappresenta, un importante momento di formazione, sia da un punto di vista motorio che psicologico emozionale, capace di contribuire attivamente alla formazione delle personalità dei soggetti coinvolti, non è sufficiente fare sport per crescere bene: per i bambini l’attività sportiva deve rappresentare un momento di gioco ed divertimento, senza costrizioni, che permette loro di comprendere che nella vita si può perdere, anche quando ci si è impegnati al massimo.

Lo sport, totalmente radicato nel tessuto economico e sociale, diventa parte integrante dello stile di vita di ciascuno di noi. In adolescenza, l’attenzione si sposta sul fisico, la muscolatura, il peso e gli obiettivi da raggiungere. La disciplina è uno dei valori maggiormente legati alla pratica sportiva, Si tratta di un fattore importante, che aiuta i giovani ad abituarsi a organizzare il proprio tempo, controllare il proprio carattere, rispettare l’impegno preso, lo Sport, favorisce benessere su più aspetti: la salute, la crescita cognitiva, ma anche l’inclusione e il rispetto di culture diverse.

In questo momento nel quale il Covid 19 ci ha sospesi tutti in un limbo, il Free Time Sporting center continua a lavorare con le attività all’aperto, come il Padel, il tennis e il pattinaggio, sperando che presto questo nostro spazio possa tornare ad essere luogo di ritrovo per tutta la cittadinanza di Frascati e dei Castelli romani, ma anche quel luogo dove ritrovare la propria salute psicofisica, i propri amici, uno staff preparato e un clima familiare”. Lo rende noto il Free Time

[Read More](#)