



# Workshop metodo Dynamo®

Strumenti e tecniche per progettare attività inclusive





## A chi ci rivolgiamo

Allenatori e preparatori atletici;  
professionisti del settore socio-sanitario;  
docenti; animatori; professionisti in  
ambito artistico ed educativo



## Dove

Milano, City Camp Dynamo  
Limestre (PT), Dynamo Camp



## Durata

20 ore



## Costo

850 euro



## Certificazioni

Attestato di partecipazione e  
certificazione delle competenze



# Perché frequentare il workshop

Il **Workshop Metodo Dynamo** è un percorso di formazione interdisciplinare che integra moduli teorici e pratici per offrire ai partecipanti una comprensione completa del **Metodo Dynamo** e delle sue applicazioni.

L'obiettivo è fornire **strumenti concreti** e immediatamente trasferibili nei propri contesti professionali, attraverso l'apprendimento operativo di azioni, concetti e attività.

**Accessibilità, progettazione e analisi di attività inclusive, strumenti e metodologie** sono alla base del percorso formativo.

Il workshop si svolgerà nel contesto unico di **Dynamo Camp**, un ambiente accessibile e inclusivo immerso nella natura.

I partecipanti che hanno frequentato almeno il **70% delle lezioni otterranno un attestato di partecipazione.**

# Obiettivi formativi

- Conoscere e comprendere le **basi storiche, teoriche e operative** del Metodo Dynamo
- Conoscere e applicare gli **strumenti e metodologie** inclusive nelle proprie attività professionali, di volontariato e di caregiver
- Imparare a progettare e analizzare attività inclusive
- Apprendere **strategie e metodi** per gestire contesti eterogenei
- **Sperimentazione pratica** delle attività Dynamo
- **Garantire accessibilità e inclusione** nelle attività progettate



# Moduli e contenuti

MODULO 1

## STORIE E PRINCIPI DELLA TERAPIA RICREATIVA

5 ORE

1

Un breve **excursus storico** ci porta fino al 2600 a.C., quando in Cina si insegnava che la malattia poteva derivare dall'inattività: per questo l'allenamento fisico veniva utilizzato come strumento di prevenzione e promozione della salute. Da queste radici lontane si sviluppano nel tempo diversi **principi teorici** che ancora oggi guidano la pratica: Psicologia Positiva, Self Efficacy, Self Determination Theory, Ecology of Human Performance, Modelli basati sui Punti di Forza, Flow Theory, Psicologia del Gruppo di Lewin, Evidence Based Medicine e ICF.

La **Terapia Ricreativa** si configura come un processo sistematico che utilizza attività ricreative e interventi basati sull'attività per rispondere ai bisogni specifici delle persone con patologie e/o condizioni di disabilità. L'obiettivo è favorire salute fisica e mentale, benessere globale e percorsi di recupero e partecipazione attiva.

A supporto di questa pratica si sono sviluppati diversi **modelli di riferimento**: Leisure Ability Model, Therapeutic Recreational Accountability Model, Health Protection/Promotion Model, TR Service Delivery/Outcome Model, Optimizing Lifelong Health Through TR, Leisure and Wellbeing Model, Leisure and Spiritual Coping Model e Functional Improvement Outcomes Model.

# Moduli e contenuti

MODULO 2

PROGETTAZIONE  
DI ATTIVITÀ  
INCLUSIVE

5 ORE

2

La **progettazione di un'attività inclusiva** è un processo strutturato che consente ai professionisti di seguire una traccia chiara, evitando di lasciare al caso aspetti importanti del proprio lavoro. Costruire un'attività in modo intenzionale significa considerare ogni fase, dall'ideazione alla realizzazione, come parte di un percorso coerente, in cui obiettivi, strumenti e modalità di conduzione sono pensati per favorire la partecipazione di tutti.

Un progetto inclusivo si caratterizza per la sua **flessibilità**, permettendo modifiche e adattamenti in itinere in base ai bisogni reali dei partecipanti e al contesto. Allo stesso tempo offre una **visione globale delle fasi** dell'attività, facilitando la comprensione del percorso e la coerenza complessiva. Fondamentale è anche l'**interconnessione con la scheda di Analisi dell'Attività (AA)**, che consente di integrare riflessioni e adattamenti all'interno di un unico quadro di lavoro. La progettazione diventa così **uno strumento versatile**: utile per condividere la struttura con altri operatori, orientare la conduzione e supportare momenti di valutazione e riflessione.

# Moduli e contenuti

## MODULO 3 ANALISI ATTIVITÀ INCLUSIVE

5 ORE

3

Il **processo di scomposizione ed esame di un'attività** rappresenta uno strumento fondamentale per comprendere in profondità l'esperienza proposta. Attraverso questa analisi è possibile individuare quali elementi interni all'attività, come materiali, dinamiche, modalità di conduzione e requisiti richiesti, possono agire come fattori facilitanti oppure come potenziali ostacoli alla partecipazione. Esaminare con attenzione questi aspetti consente di avere una visione chiara dei requisiti funzionali e comportamentali necessari affinché ogni partecipante possa prendere parte in maniera efficace e significativa. Un approccio di questo tipo permette di definire con precisione i risultati attesi, ponendo solide basi per una progettazione consapevole e mirata.

**L'analisi inclusiva** e la comprensione diventano fondamentali per individuare possibili modifiche o adattamenti, finalizzati a **garantire l'accessibilità e l'inclusione di tutti i partecipanti**, indipendentemente dalle loro abilità o caratteristiche individuali.

L'analisi inclusiva fornisce anche **informazioni utili per selezionare le modalità di conduzione più adeguate**, facilitando così l'attivazione di un contesto partecipativo, sicuro e stimolante. Infine, consente di cogliere e valorizzare i **potenziali benefici dell'attività**, sia a livello individuale che collettivo, rendendo più consapevole e intenzionale l'intero processo educativo ed esperienziale.

# Moduli e contenuti

MODULO 3  
METODO  
DYNAMO:  
ATTIVITÀ  
ESPERIENZIALI

5 ORE

4

La **sperimentazione pratica delle attività Dynamo** rappresenta un momento centrale del percorso formativo, in cui i partecipanti hanno l'opportunità di vivere in prima persona l'esperienza del Metodo. Attraverso questa fase si mette in gioco ciò che è stato appreso, trasformando la teoria in pratica e favorendo un apprendimento esperienziale profondo e condiviso.

La sperimentazione prevede una **combinazione di tre tipologie di attività**: una **artistica**, una **motoria** e una **espressiva**. Questa varietà consente di esplorare diverse modalità di coinvolgimento, valorizzando abilità e canali comunicativi differenti, e creando contesti inclusivi in cui ciascuno può partecipare secondo le proprie possibilità e potenzialità.



**Grazie**