

AVVIAMENTO ALLA PRATICA SPORTIVA — GRUPPO SPORTIVO MEDIE



Il corso – che nasce come completamento e sviluppo delle due ore di educazione fisica curricolari – prende spunto dalle discipline sportive più facilmente sfruttabili in ambito scolastico (atletica leggera, pallavolo, ginnastica, pallacanestro, unihoc, pallamano e intercrosse) per consolidare e sviluppare ulteriormente la motricità dei ragazzi.

- Partendo da esercitazioni mirate al rafforzamento degli schemi motori di base si passa a proposte legate all'arricchimento degli schemi motori complessi - attraverso gesti e tecniche dei diversi sport - e al loro consolidamento anche in situazioni differenti da quelle originali.
- Si affrontano attività legate alle capacità condizionali dei ragazzi per rinforzarne il fisico e la psiche sempre tenendo conto delle possibilità di ognuno, mirando in tal modo anche a una socializzazione verticale tra studenti delle diverse classi.

Per tali motivi il corso è indicato a tutti gli studenti della scuola media e cui è richiesto - per motivi assicurativi - un certificato medico per la pratica dell'attività sportiva non agonistica.