



# SCUOLA ENTE RELIGIOSO SUORE VITTIME ESPIATRICI GESU'

## **SCEGLIAMO LO SPORT PER CRESCERE!**

**EDUCAZIONE MOTORIA, SPORT, GIOCO  
DIDATTICO**

# **SCEGLIAMO LO SPORT PER CRESCERE!**

- **L'attività motoria rappresenta specie in età infantile/adolescenziale uno strumento fondamentale per l'incremento del benessere psicofisico dell'individuo. Portando dei benefici in termini di:**
- **Socializzazione ed aggregazione**
- **Incremento processi cognitivi (memoria ed apprendimento)**
- **Prevenzione obesità**
- **Prevenzione patologie cardio respiratorie**
- **Incremento capacità motorie**

# **PROGRAMMA TECNICO/ORGANIZZATIVO**

- **Attività finalizzata all'incremento degli schemi motori di base (correre, saltare, afferrare, strisciare, rotolare, arrampicarsi)**
- **Esercitazioni finalizzate all'incremento delle capacità coordinative (percorsi, staffette ecc.)**
- **Giochi a confronto (fair play)**
- **Attività finalizzata all'incremento delle capacità cognitive (visual training)**

# MATERIALE DA UTILIZZARE

- **CONI**
- **ASTE**
- **CINESINI**
- **PALLONI E PALLINE DI VARIE MISURE E PESI**
- **OSTACOLI**
- **SPEED LADDER**
- **CORDE**
- **CERCHI**

# VISUAL TRAINING



- **PROGRAMMA INCENTRATO SULLO SVILUPPO DELLA CAPACITA' VISIVA, APPRENDIMENTO, MEMORIA, CAPACITA' OCULO MANUAE E OCULO PODALICA.**

**ATTRAVERSO DELLE ATTREZZATURE SPECIFICHE (SPORTLIGHT) E' POSSIBILE STRUTTURARE DEI GIOCHI CHE DETERMINANO UN INCREMENTO DELLE CAPACITA' DEL BAMBINO SOPRA CITATE**

# IMPARARE DIVERTENDOSI

- IL GIOCO E' LA CHIAVE DELL' APPRENDIMENTO, QUALSIASI ESSERE UMANO HA UN'ELEVATA PREDISPOSIZIONE ALL' ATTIVITA' LUDICA.
- OGNI LEZIONE AVRA' UNA FORTE IMPRONTA LUDICA, IN UN CLIMA DI COOPERAZIONE E ADATTAMENTO

