



Corso di ginnastica artistica Scuola per l'Europa

Ciclo primario

VENERDI'

La ginnastica artistica è una disciplina affascinante e completa che permette di avere una maggiore consapevolezza del proprio corpo e delle proprie potenzialità andando a migliorare e sviluppare il senso di coordinazione e di psicomotricità.

Riguarda la presa di coscienza del proprio fisico, la capacità di effettuare determinati movimenti e, di conseguenza, una maggiore sicurezza nella vita quotidiana.

La sua pratica in età infantile risulta essere particolarmente utile per insegnare ai bambini a prendere confidenza con il loro corpo, migliorando la coordinazione e l'armonia dei movimenti.

Inoltre, la pratica fin dalla giovane età permette di fare un gran lavoro sulla muscolatura, allungando le fibre e conferendo, quindi, al corpo una linea armoniosa e ben strutturata, che il bambino o la bambina si porteranno fino all'età adulta.