



## ATLETICA LEGGERA

### CORSO SCUOLA PER L'EUROPA

L'atletica leggera è una delle attività ideali per avviare i bambini allo sport grazie alla sua varietà di movimenti semplici e istintivi.

Durante il corso dell'anno l'attività verrà presentata come un gioco dove i bambini impareranno a correre, saltare e lanciare, sviluppando capacità coordinative, ampliando e consolidando gli stimoli motori di base.

Essendo uno sport individuale i bambini imparano ad assumersi responsabilità diretta dei propri successi e insuccessi con impegno e costanza.

Il corso si terrà tutti mercoledì presso gli impianti sportivi Cus Parma; la lezione verrà suddivisa in tre parti: riscaldamento, fase centrale, gioco finale.