



ATTIVITÀ POST SCOLASTICHE
Dedicate agli alunni Scuola Europea

CICLO PRIMARIO

*“Il maestro dovrebbe soprattutto semplificare, essere creativo e attento alle scoperte degli allievi”
(Willems)*

DAL LUNEDÌ AL GIOVEDÌ

SPAZIOCUS

Spazio compiti, laboratori a tema e attività ludico motoria

Lo SPAZIOCUS è uno spazio dedicato ai compiti, alle attività di laboratorio ma è soprattutto una occasione di scambio e socializzazione, in un ambiente sicuro e sereno, sotto la guida di personale educativo qualificato che si prenderà cura dei bambini dall'uscita di scuola fino alla riconsegna.

Ci saranno anche momenti dedicati all'attività ludico motoria per consentire ai bambini di scaricare le tensioni della giornata scolastica.

LUNEDÌ

ATLETICA LEGGERA

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

Durante l'anno gli allievi impareranno a correre, saltare, lanciare... sviluppando capacità di coordinamento e ampliando e consolidando gli stimoli motori di base.

L'attività sarà introdotta dagli allenatori professionisti agli allievi come un gioco stimolante, per giungere a far acquisire loro metodo e tecnica.

L'atletica è uno sport individuale, i bambini imparano ad assumersi responsabilità diretta dei propri successi e insuccessi con impegno e costanza.

La lezione verrà suddivisa in tre parti: riscaldamento, fase centrale, gioco finale (+ stretching).

Si svolgerà nella splendida cornice della "Pista di Atletica del Cus Parma", immersa nel verde e completamente rinnovata; nella stagione invernale l'attività si svolgerà in una struttura idonea, al coperto.

MARTEDÌ

GOLF

Il Golf offre una grande lezione di vita a tutti i suoi partecipanti, anche e soprattutto ai più piccoli, insegnando valori come l'onestà, l'integrità, il fairplay e lo spirito sportivo.

Aiuta a sviluppare l'autocontrollo, la cortesia, il rispetto nei confronti dell'avversario e dell'ambiente e la disciplina.

Chi lo pratica impara ad assumersi le proprie responsabilità, a dar prova di determinazione, perseveranza, adattabilità e discernimento.

Nel corso dell'anno gli allievi apprenderanno tecnica, regole di gioco e regole di comportamento che il golf impone, con alla base la possibilità di imparare divertendosi.

Prevalentemente giocato all'aperto, nella stagione fredda potremo sviluppare l'attività comunque negli impianti Cus Parma.



ATTIVITÀ POST SCOLASTICHE

Dedicate agli alunni Scuola Europea

MERCOLEDI'

BASKET

La pallacanestro è uno sport nato negli Stati Uniti d' America; uno sport di squadra in cui due formazioni di giocatori si affrontano secondo una serie di regole prefissate per segnare con un pallone nel canestro avversario.

È uno sport di situazione, nel quale sono richiesti continui adattamenti e risposte a stimoli di diversa natura e per questo motivo favorisce concentrazione, coordinazione e capacità di anticipazione.

Poiché conta un cospicuo numero di regole, l' **insegnamento del basket** deve essere il più chiaro possibile, soprattutto in età infantile.

Gli allievi a tal scopo saranno seguiti da istruttori qualificati, pronti a far vivere loro le emozioni di questo magnifico sport di squadra: la scoperta della palla, i giochi di gruppo, lo sviluppo delle capacità motorie e senso-percettive.

GIOVEDI'

VOLLEY

Sono numerosi i benefici della pallavolo fin dall'infanzia; è un'opzione validissima per praticare attività fisica favorendo al contempo la **socializzazione**.

Si sta in gruppo, ci si coordina, si impara a gestire una situazione in comune, ad essere solidali. E nel frattempo si ride, si scherza, si impara a conoscersi.

Non vi è contatto fisico con l'avversario, ragion per cui si tende a sviluppare maggiore rispetto e minore (o del tutto assente) aggressività nei confronti dell'altra squadra.

Essere forti nella pallavolo è questione di tecnica e un pizzico di astuzia, non di forza. Si tratta poi di uno sport veloce, dinamico, che non annoia mai, senza regole complicate.

Dal punto di vista **fisico motorio**, permette di sviluppare forza muscolare e resistenza articolare, agilità, velocità, elevazione, coordinazione motoria, riflessi.

VENEDI'

"CAMPUS FriDAY "

NEL POMERIGGIO PIU' LUNGO L'ATTIVITA' PIU' DIVERTENTE!!!

I bambini trascorreranno il pomeriggio più lungo della settimana dedicando una parte del tempo al progetto "MULTISPORT" che prevede un approccio tecnico ludico a sport "nuovi", in un programma suddiviso, per il ciclo primario, in trimestri.

Quest'anno esploreremo, acquisendone i fondamentali, l'Ultimate frisbee, lo Spikeball e la Pallamano.

Il tempo restante del pomeriggio sarà dedicato allo svolgimento dei compiti (per chi lo desidera) e ad atelier creativi sotto la supervisione dei nostri esperti.

CALCIO

"Il calcio è un gioco semplice e facilmente comprensibile nelle sue regole e nel suo svolgimento. Può essere praticato da chiunque perché non esige una particolare struttura fisica o determinate doti atletiche; consente all'atleta un'ampia libertà di movimenti e quindi la possibilità di esprimere al meglio di se stesso.

Per questo il gioco del calcio è definito attività libera che, partendo da una tecnica di base comune, permette a tutti di esprimere la propria personalità ed il proprio stile; tuttavia è un'attività incerta, legata alla legge del caso, di cui è impossibile prevederne lo svolgimento.



ATTIVITÀ POST SCOLASTICHE

Dedicate agli alunni Scuola Europea

E' un'avventura sempre nuova e piena d'interesse che può diventare spettacolare; è un'attività del presente, perché il giocatore costruisce durante ogni partita il suo avvenire, il passato non conta."

"Giocare a calcio è semplice, ma giocare un calcio semplice è la cosa più difficile che ci sia"

Johan Cruijff

Perché la "multisportività"?

C'è evidenza scientifica che l'attività fisica e lo sport comportino benefici a breve e lungo termine sulla salute fisica mentale e sul benessere sociale di persone di ogni età e sesso, per tutta la durata della loro vita.

I genitori, comprensibilmente, spesso cercano lo sport completo per i loro figli ma...ogni disciplina possiede caratteristiche tali da mettere in risalto alcune competenze motorie rispetto ad altre, senza poter coinvolgere tutte le capacità di un individuo.

Conoscere e praticare tanti sport (individuali e di squadra) farà acquisire ai ragazzi un bagaglio d'esperienza motoria poliedrica che consentirà loro di migliorare numerose capacità.

Avranno la grande opportunità di fare esperienze motorie diverse da quelle tipicamente considerate dalla singola disciplina praticata; si divertiranno arricchendosi di abilità motorie e tecnico- sportive spendibili poi in un percorso sportivo successivo.