

# Settimana dello Sport

Scuola Primaria "P.Giuliani di Menà

Anno scolastico 2016/17

Il calendario scolastico regionale per questo anno, prevede, dopo il ponte di Carnevale e delle Ceneri, di riservare spazi e tempi da dedicare allo Sport.

I nostri alunni, dopo l'esperienza di pallavolo, hanno potuto conoscere e praticare una nuova disciplina sportiva grazie alla disponibilità di alcuni esperti:

ju-jitsu



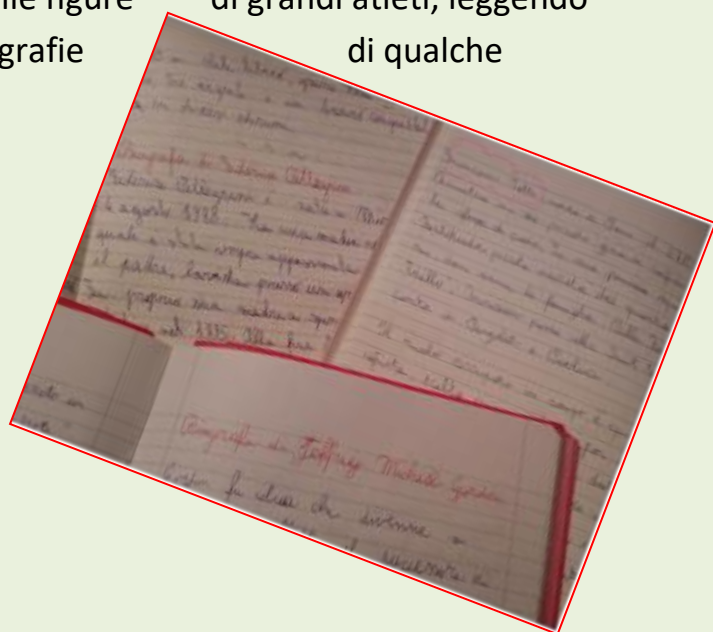
I benefici di questo sport riguardano lo sviluppo armonico, l'aumento del tono muscolare, il miglioramento di funzioni come la coordinazione, la mobilità articolare, la resistenza, la velocità ed i riflessi.



Il corpo esercita una ginnastica completa e ricreativa; grazie alla pratica si acquisisce in socievolezza e sicurezza interiore con benefici psichici, quali la creatività, l'autocontrollo, il rispetto per l'avversario, la conoscenza più approfondita del proprio "IO", in ultima analisi ... un equilibrio a livello fisico, emozionale e mentale.

\*\*\*

Abbiamo discusso in classe sui benefici dello sport, sulle discipline sportive praticate e quali invece si vorrebbero intraprendere, sulle figure di grandi atleti, leggendo stralci di alcune autobiografie o scrivendo biografie di qualche personaggio famoso nel mondo dello sport.



Abbiamo passeggiato lungo le vie del paese, innanzitutto nel rispetto delle regole del bravo pedone, poi cercando di guardarci attorno con occhio critico per riconoscere piante, arbusti, fiori, sementi sui campi, alberi da frutto appena potati, fossati ed infine cercando di orientarci attraverso

punti di riferimento più o meno noti.

Insieme abbiamo visto il film “Soul surfer”, un film sportivo che racconta la storia vera di una ragazza tredicenne giovane promessa del surf che, attaccata da uno squalo, perde un braccio; la sua grinta e determinazione la spingono a non rassegnarsi mai!

Tornerà a gareggiare ad alti livelli rendendosi anche conto di quanto bene più fare per chi è meno fortunato!



Con la collaborazione del Gruppo podistico San Nicola, abbiamo concluso la settimana partecipando ad un'escursione particolare: una passeggiata nella golena del fiume Adige, in zona Villa d'Adige, dove il bosco è stato ripulito, sistemato con aree picnic e arricchito di nuove piante!







*Grazie ai volontari e al Gruppo podistico San Nicola di  
Castagnaro che ci hanno aiutato a vivere in serenità  
queste giornate dedicate allo sport!*

