



CITTA' DI
COLLEGNO



PROGETTO N.42 **DUATHLON – Impariamo a correre e pedalare**

SOGGETTO ATTUATORE **BORGONUOVO COLLEGNO**

AREA TEMATICA

- LINGUAGGI ESPRESSIVI
- SCIENZA E TECNOLOGIA DIGITALE
- BENESSERE, SALUTE ED EDUCAZIONE ALIMENTARE
- COSTITUZIONE, DIRITTI E CITTADINANZA CONSAPEVOLE
- SPORT**
- SCOPERTA DELLA CITTA' E DEL SUO TERRITORIO
- EDUCAZIONE AMBIENTALE E PROTEZIONE CIVILE
- EDUCAZIONE ALLE RELAZIONI

DESTINATARI

- ASILI NIDO
- SCUOLE DELL'INFANZIA
- 1° CICLO SCUOLE PRIMARIE (CLASSI 1° E 2°)
- 2° CICLO SCUOLE PRIMARIE (CLASSI 3°, 4° E 5°)**
- SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO**
- SCUOLE SECONDARIE DI 2° GRADO (Liceo Curie)**

SEDE DI SVOLGIMENTO

palestre, cortili e parchi cittadini

PERIODO DI SVOLGIMENTO

novembre - dicembre 2023
gennaio - giugno 2024

DURATA E ORARI

numero di incontri per classe: 4 (scuole secondarie); 5 (scuole primarie)

durata singolo incontro (espresso in ore): 2 (scuole secondarie); 1 e mezza (scuole primarie)

totale complessivo ore: 8 (scuole secondarie); 7 e mezza (scuole primarie)

OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI

Grazie ai 5 sensi e i 6 moduli multidisciplinari (*run-walk-run*, corsa, ciclismo e duathlon + accenni di pilates/yoga) si cercherà di far apprezzare agli studenti due attività fisiche basilari come la corsa ed il ciclismo, cercando l'unione propria della disciplina del duathlon, divertendosi e migliorando la coordinazione motoria, le capacità condizionali e le prestazioni fisiche. L'attività può essere svolta, con modalità diverse, dai ragazzini a partire dalle elementari, passando per le scuole medie e fino alle scuole superiori.

AZIONI E MODALITA' DI SVOLGIMENTO

1° INCONTRO

2° INCONTRO

3° INCONTRO

4° INCONTRO

CONOSCENZA DEL TERRITORIO

Ciclismo da oltre trent'anni, Duathlon nelle scuole da 6 anni

ORIGINALITA' ED ELEMENTI INNOVATIVI

Proposta di sport multidisciplinare, riconosciuto come ottimo per la crescita psicofisica dei ragazzi e per sviluppare al meglio le capacità coordinative e condizionali in maniera integrata e globale

PERCENTUALE DI REALIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA

80%

ACCESSIBILITA'

REFERENTE DEL PROGETTO

(contattabile dalla Commissione e dai docenti per approfondimenti e aspetti organizzativi)

NOME E COGNOME: PIERLUIGI SENOR

RECAPITO TELEFONICO: 3475906023

E-MAIL: pierluigi.senor@gmail.com