



Istituto Comprensivo "A. GANDIGLIO"



PROGETTO LASER RUN a.s. 2020/2021

Per gli alunni delle classi Prime e Seconde della scuola secondaria di primo grado "Gandiglio".

Il progetto, completamente gratuito, si sviluppa attraverso lezioni/allenamenti di durata di un'ora e trenta da svolgersi al lunedì e se necessario anche al mercoledì pomeriggio (in base al numero di iscrizioni) dalle 14.30 alle 16.00.

Ogni gruppo/lezione sarà composto al massimo da 15 alunni.

La Risorsa didattica di riferimento per il progetto sarà il Manuale Tecnico della Federazione Italiana Pentathlon Moderno. Ciascuna sessione consente in progressione di sviluppare le abilità della lezione o sezione precedente e introduce elementi di maggiore complessità. La sezione specifica, "Lezioni per i principianti", proposta in ambito del progetto è un punto di partenza essenziale per i ragazzi che non hanno alcuna esperienza nel Laser-run, poiché espone essenzialmente: • i principi generali del Laser-run; • le abilità di base della disciplina; • esercizi fisici per la coordinazione, la stabilità, l'equilibrio; • esercizi per la respirazione e il suo controllo sia in stato di riposo che in stato di sforzo. Ogni esercitazione sarà organizzata con il rispetto delle norme di sicurezza anti-covid. Le lezioni si svolgeranno da marzo a maggio (il calendario verrà consegnato agli iscritti dopo la formazione dei gruppi) e saranno condotte dal prof.ssa Langella Evelina Ivana, istruttore "Promoter" per il laser-run.

Ogni esercitazione sarà organizzata con il rispetto delle norme di sicurezza anti-covid.

Le lezioni si svolgeranno da metà marzo a metà maggio (il calendario verrà consegnato agli iscritti dopo la formazione dei gruppi) e saranno condotte dal prof.ssa Langella Evelina Ivana, istruttore "Promoter" per il laser run.

Fano, 3 marzo 2021

Il docente organizzatore
Prof.ssa Langella Evelina Ivana

✂

Autorizzo mio/a figlio/a _____ classe ____ a partecipare alle lezioni del corso di Laser Run che si svolgeranno nella palestra dell'Istituto Gandiglio da metà marzo a metà maggio.

Tel. _____ Firma del genitore/tutore

Sito Internet: www.gandiglio.gov.it

Infanzia Albergo Azzurro: via del Lavoro - 61032 Fano (PU) tel. 0721-803589

Primaria Gentile: via della Marina 2 - 61032 Fano (PU) tel. 0721-867787

Secondaria di Primo Grado Gandiglio: Piazzetta Grimaldi, 3 - 61032 Fano (PU) tel/fax 0721-803961

Mail: posta@gandiglio.it **Posta:** psic83800t@istruzione.it **Pec:** psic83800t@pec.istruzione.it

CF - P.IVA: 90024870413 **Codice Univoco Ufficio:** UFGWIH