



CIRCOLARE N. 24 – GIORNATA DELLO SPORT 2020: “Mettiti in gioco!”

Vicenza, 16/01/2020

Gentili famiglie, alunni e docenti,

con la presente vi comunichiamo che **venerdì 28 febbraio 2020** Scuola Victory organizza **“Mettiti in gioco – Giornata dello Sport 2020”**, giornata con orario speciale riconosciuta dalla Regione Veneto che offre la possibilità di conoscere diverse discipline sportive in modo diretto, attraverso la pratica sportiva e l'esperienza tecnica di **professionisti qualificati** che ne veicolano valori, messaggi, unicità.

La giornata si prefigge lo scopo di promuovere i valori e i benefici che lo sport trasmette, utilizzando un linguaggio immediato e coinvolgente come soltanto lo sport sa fare, pensato soprattutto per i nostri giovani studenti.

Programma della giornata:

9.00 – 10.30 Lezioni su temi sportivi o laboratori per le classi I e II

10.30 – 10.45 pausa ricreazione

10.30 Ingresso classi terze (è prevista sospensione dell'attività di stage).

10.30 – 11.00 Ciascun allievo si prepara e si dirige verso l'aula designata per l'attività sportiva scelta.

11.00 – 13.00 Primo turno di attività sportiva a scelta libera

13.00 – 13.30 Pausa pranzo

13.30 – 16.00 Secondo turno attività sportiva a scelta libera

16.00 – 17.00 incontro con il dott. **Renato Giaretta** (medico nutrizionista) e la dott.ssa **Melinda Pellizzari** (psicologa dello sport) rivolto alle classi seconde, ai docenti e ai genitori interessati. Possono partecipare anche gli allievi di I e III su base volontaria, comunicandolo alla segreteria.

Attività prenotabili:

1. Badminton (proposta da: delegazione provinciale F.I.Ba. – Federazione Italiana Badminton)

Il badminton è uno sport che consiste nel colpire con una racchetta un proiettile leggero di forma conica aperta chiamato volano facendogli oltrepassare la rete e mandandolo nella metà campo opposta dove dovrà essere ribattuto al volo dall'avversario.



2. Zumba (proposto dall'Associazione L.P. Dance)

Zumba è una lezione di fitness musicale di gruppo che utilizza i ritmi e i movimenti della musica afro-caribica, combinati con i movimenti tradizionali dell'aerobica. Fu creata alla fine degli anni novanta in Colombia.

3. Arti marziali giapponesi (proposto da Bujinkan Vicenza Dojo)

“Arti marziali giapponesi” si riferisce all'enorme varietà di arti marziali sviluppatesi in Giappone e viene usato per identificare la pratica delle arti marziali concepite come regola di vita, racchiudendo così le dimensioni fisica, spirituale e morale nell'ottica di un miglioramento, di una realizzazione o di una crescita personale.

4. Lift jump (proposto Associazione Sportiva Altavilla Studio 27)

LIFTJUMP è nato con tre obiettivi principali: soddisfare le esigenze di tutte quelle persone che in palestra si annoiano o che non hanno avuto risultati tangibili nella partecipazione ad altri corsi; Soddisfare le persone che sono ferme da mesi/anni e vogliono ritornare ad allenarsi e che non hanno ancora trovato qualcosa a cui ispirarsi con passione e senza noia;

5. Esercizi di tonificazione muscolare (proposto da Fire Station 1.8)

Gli esercizi di tonificazione muscolare portano benefici estetici che contribuiscono a rendere piacevole l'aspetto del nostro corpo, ma aiutano anche a mantenere alto il livello di benessere di tutto l'organismo. Per avere un corpo in salute e mantenere la forma fisica.

6. Difesa personale (proposto da MMA Kodiak Team)

Nella difesa personale è fondamentale l'atteggiamento mentale finalizzato a difendere la propria incolumità e quella di chi ci sta vicino, di conseguenza, l'apprendimento di tecniche facilmente memorizzabili ed istintive.

Per prenotare l'attività sportiva alla quale partecipare, ogni alunno dovrà recarsi in segreteria dove potrà inserire il proprio nome e cognome nella lista relativa alla specialità sportiva preferita.

NOTA BENE: le iscrizioni si chiudono il 31 gennaio 2020; gli alunni che non si iscriveranno entro tale data non potranno più decidere l'attività sportiva da praticare, ma sarà loro indicata dai docenti di riferimento secondo le disponibilità del giorno stesso.

Si ricorda inoltre che le ore trascorse a scuola dagli alunni, per la giornata dello Sport, fanno parte del piano didattico del corso. In caso di assenza è richiesta la giustificazione motivata del genitore.

Invitiamo gli alunni a munirsi, per l'occasione, di abbigliamento ginnico: tuta, maglia a maniche corte e



scarpe da ginnastica (eventuale cambio).

Tutto il personale docente della scuola parteciperà alla giornata per condividere l'iniziativa e trascorrere un momento di condivisione e passione per i valori positivi che lo sport trasmette, assieme agli allievi.

Per i genitori interessati a partecipare alla conferenza delle ore 16.00 è richiesta, causa disponibilità limitata dei posti, prenotazione in segreteria (tel. 0444-964399).

La Direzione