



# Polisportiva Novate

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

www.polisportivanovate.it - E-mail: [polisportivanovate@libero.it](mailto:polisportivanovate@libero.it)

via Bertola n° 12- Novate Milanese - tel/fax 02/3548663

STAGIONE 2020/2021

# avviamento allo sport

## GIOCARE, UN ALTRO MODO DI FARE SPORT

E' un dato di fatto i bambini oggi sono sempre più sedentari, sempre più in soprappeso, sempre più scadenti negli esercizi di base come correre, saltare, coordinare i movimenti. Un rimedio almeno parziale a questi fatti negativi c'è. Va cercato nella nostra memoria storica, nei giochi che si facevano una volta per strada o nelle corti, ed è proprio il gioco il filo conduttore di questo corso. Per avviamento allo sport si intende appunto un attività ludica, non specialistica, polivalente, che si propone di mettere il bambino in condizione di sviluppare appieno tutte le sue capacità motorie quali camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, strisciare, equilibrarsi, arrampicarsi, orientarsi. Questo tipo di attività comprende esercizi a corpo libero e con l'ausilio di piccoli e grandi attrezzi (palle, bacchette, funi, cerchi, ostacolini, materassini, asse d'equilibrio, tunnel, cubi etc...). Si faranno giochi sensoriali, imitativi ed espressivi per arrivare all'avviamento del gioco di gruppo che con le sue regole aiutano il bambino ad adattarsi alla vita sociale del gruppo ed a confrontarsi con gli altri.

Ricordiamo che le lezioni, per ovvi motivi, si svolgeranno a porte chiuse.

Durante l'anno verranno programmate delle lezioni a porte aperte alle quali i genitori potranno assistere

**I corsi sono rivolti ai bambini di 3/4/5 anni (2017-16-15)  
che verranno divisi in gruppi max 12-15 iscritti.**

**La frequenza può essere sia monosettimanale che bisettimanale.**

I corsi si terranno al **PALAZZETTO DELLO SPORT**

**lunedì—martedì—mercoledì—giovedì—venerdì  
dalle 16.30 alle 17.15**

**e inoltre lunedì mercoledì anche dalle 17,15 alle 18,00**

**INIZIO ATTIVITA' LUNEDI' 28 SETTEMBRE**