

Titolo: **Il movimento in parete**

Progetto motoria per le classi 4° 5°

Scuola Primaria Rigotti IC Ciscato. Codice Meccanografico Istituto: VIIC80800N Codice Meccanografico Plesso: VIEE80804V

Malo – Via Martiri della Libertà 12

Dal 20 novembre al 01 dicembre 2023

CAI Sezione di Malo

Per le classi quarte e quinte della sede centrale Rigotti (arrampicata in palestra idoor presente nella palestra dell'istituto scolastico e gestita dalla sezione del CAI di Malo. Argomenti trattati: il movimento in parete, fidarsi della corda e degli operatori CAI, a rotazione prove libere con l'ausilio dei materassi e con le corde e l'imbragatura.

Questa disciplina aiuta lo sviluppo motorio e psicologico dei più piccoli e permette di soddisfare un istinto naturale, senza rischi.

L'arrampicata è uno sport completo, divertente e adatto a tutti che conquista spesso i più piccoli, per natura attratti dalla possibilità di utilizzare mani e piedi per scalare.

La disciplina indoor è più adatta al primo approccio dei ragazzi: "Le pareti artificiali hanno appigli colorati e tondeggianti, evitando così situazioni "traumatiche" in cui il bimbo si può ferire. Salire in alto rappresenta una conquista e la prima esclamazione soddisfatta è "Ce l'ho fatta!". Arrampicare è istintivo, e rappresenta uno schema motorio di base". Per questo non c'è bisogno di "essere portati". "L'arrampicata è una palestra per canalizzare l'energia dei più esuberanti ma anche una disciplina perfetta per dare sicurezza ai bimbi un po' introversi. L'importante è non forzare mai il bambino a fare qualcosa, ma magari portarlo a capire di cosa si tratta vedendo i coetanei all'opera". A questa età si prende coscienza dell'altezza e si ha un minimo di consapevolezza dei pericoli.

I vantaggi: "Equilibrio, mobilità e coordinazione vengono stimolati e migliorati. Così come il tono muscolare, sia del distretto superiore che inferiore". L'arrampicata è uno sport completo, che fa lavorare dai muscoli addominali alla presa delle mani, un contributo significativo è anche dato dalla **sicurezza**. "Scalare sviluppa autostima, sensibilità e competenze trasversali. Il feedback è immediato, visto che ogni decisione comporta un avanzamento o un errore. Questa dinamica è molto importante per lo sviluppo dell'autostima, della capacità decisionale, di trovare delle soluzioni e della creatività dei bambini".

I ragazzi imparano a fidarsi delle corde, dei moschettoni e dei volontari del CAI che evidenziano, da subito, come affrontare questa attività in sicurezza. "L'arrampicata di per sé non presenta rischi particolari, a patto ovviamente che ci si attenga alle regole: l'imbragatura dev'essere sempre indossata in modo corretto e le manovre effettuate con scrupolosa attenzione"

Organico progetto: insegnante motoria + AAG + IA + collaboratori e Senior

Segue lista turni e foto dell'attività di arrampicata

Il progetto comprende anche tre escursioni per i plessi staccati da quello centrale

ATTIVITÀ CON LE SCUOLE DI MALO (Motoria)

13/04/2024 sab Escursione naturalistica Scuola di Santomio

16/04/2024 mar Escursione naturalistica Scuola Case di Malo

20/04/2024 sab Escursione naturalistica Scuola di Molina

A questa attività partecipano anche degli operatori ONC

lunedì 20 novembre 2023	martedì 21 novembre 2023	mercoledì 22 novembre 2023	venerdì 24 novembre 2023	lunedì 27 novembre 2023	martedì 28 novembre 2023	mercoledì 29 novembre 2023
7.55-9.35 5A MATTEO - SICURA MAURIZIO - SICURA ROBERTA - SICURA STEFANO - SICURA ANNARITA LINO - SICURA MORENO - SICURA		7.55-9.35 4B MAURO FRANCESCA MARCO - SICURA ROBERTA - SICURA ROBERTO - SICURA MATTEO - SICURA FRANCESCA	7.55-9.35 4B ALBERINO - SICURA MAURO FRANCESCA MARCO - SICURA MATTEO - SICURA ROBERTO - SICURA ALBERTO - SICURA MARIO	7.55-9.35 5A MATTEO - SICURA MARCO - SICURA STEFANO - SICURA ANNARITA FRANCESCA ROBERTA - SICURA DAVIDE - SICURA		7.55-9.35 4B MAURO FRANCESCA MARCO - SICURA MATTEO - SICURA ROBERTO - SICURA ALBERTO - SICURA MARIO
10.40-11.30 5B MAURO MATTEO - SICURA MAURIZIO - SICURA ROBERTA - SICURA STEFANO - SICURA ANNARITA RE LINO - SICURA MORENO - SICURA	10.40-12.20 5C PIETRO DIEGO - SICURA MARIANO MARCO - SICURA MARINA - SICURA SECCO GIANNI - SICURA	10.40-12.20 4C ALBERINO - SICURA MAURO FRANCESCA MARCO - SICURA ROBERTA - SICURA ROBERTO - SICURA MATTEO - SICURA FRANCESCA	10.40-12.20 ALBERINO - SICURA MAURO FRANCESCA MARCO - SICURA MATTEO - SICURA ROBERTO - SICURA ALBERTO - SICURA MARIO	10.40-11,30 5B MAURO MATTEO - SICURA MARCO - SICURA STEFANO - SICURA MARCHESINI FRANCESCA ROBERTA - SICURA DAVIDE - SICURA DIEGO - SICURA	10.40-12.20 5C PIETRO STEFANO - SICURA MAURIZIO - SICURA FRANCESCA MARCO - SICURA MARINA - SICURA ROBERTO	10.40-12.20 4C ALBERINO - SICURA MAURO FRANCESCA MARCO - SICURA MATTEO - SICURA ROBERTO - SICURA ALBERTO - SICURA MARIO
	14.00-15.40 4A FRANCESCA TOMIELLO - SICURA MARIANO MARCO - SICURA MARINA - SICURA GIANNI - SICURA MILVIO 14.00-15.40 4A	14.00-15.40 5D ALBERINO - SICURA MAURO PAOLO FRANCESCA ROBERTA - SICURA ROBERTO - SICURA MATTEO - SICURA FIORETTO MARIO - SICURA 14.00-15.40 5D	14.00-15.40 4D MAURIZIO - SICURA MARINA - SICURA PASQUALE GIANNI - SICURA MARIANO MARIO - SICURA GIANNI CANOVA PIETRO 14.00-15.40 4D	14.00-15.40 4A MAURIZIO - SICURA FRANCESCA MARCO - SICURA MARINA - SICURA FRANCESCA TOMIELLO - SICURA ROBERTO CORA' MILVIO	14.00-15.40 5D ALBERINO - SICURA MAURO PAOLO FRANCESCA MATTEO - SICURA ROBERTO - SICURA ALBERTO - SICURA ELENA - SICURA	Venerdì 01 dicembre 14.00-15.40 4D ALBERINO - SICURA MADDALENA MARIANO STEFANO - SICURA MARIO - SICURA ALBERTO - SICURA ANNARITA PIETRO

