



CPIA Legnano (<https://www.cpialegnano.edu.it>)

Contenuto in:

- Circolari
- News
- Comunicazioni Studenti
- Comunicazioni Genitori
- Comunicazioni Docenti
- Comunicazioni Personale ATA

Circolare N°: 197

Data di emissione: 30/04/2020

Legnano 30 aprile 2020

Ai corsisti

Ai docenti

Al personale ATA

Alle famiglie

Al DSGA

Agli Stakeholder

Oggetto: Attività didattica a distanza di scienze motorie- video realizzati dal prof. Calandrina.

Visto il perdurare della situazione di isolamento a cui siamo soggetti a causa della pandemia da COVID-19, considerato che le nostre abitudini sono state profondamente modificate dall'impossibilità di spostarsi e di effettuare lo stile di vita a cui siamo sempre stati abituati, abbiamo pensato di realizzare dei brevi video di attività motoria, con esercizi che si possono realizzare anche in ambienti ristretti (casa o piccoli giardini).

In questi video verranno proposti esercizi di differente intensità, quindi sarà possibile trovare il giusto allenamento sia per chi è abituato ad uno stile di vita sportivo e ora non può frequentare la palestra o fare l'attività sportiva che praticava, sia per chi non ha mai avuto uno stile di vita sportivo, ma sente il bisogno in questo momento di muoversi perché l'eccessiva sedentarietà delle ultime settimane sta avendo effetti negativi sull'umore e sulla salute.

Ogni settimana verranno caricati video, della durata di circa 15 minuti ,sul sito del CPIA 4 Milano – Legnano sulla pagina dedicata alla DaD, reperibile cliccando il link <https://www.cpialegnano.edu.it/dad-didattica-distanza-percorsi-di-istruzione-di-primo-livello>

Per ogni video verranno fornite le indicazioni circa gli obiettivi, la durata complessiva dell'allenamento, il numero delle ripetizioni, gli attrezzi necessari e la cadenza settimanale in cui eseguirli.

A questo punto non vi resta solo che indossare qualcosa di comodo e iniziare il vostro allenamento.

Si invitano tutti i docenti, il personale non docente e gli studenti a divulgare l'attività.

Buon lavoro a tutti.

Il Referente
Scolastico

Il DSGA

Il Dirigente

Prof. Calandrina
Belvedere

Paolino Ruggiero

Alessandra

Allegati:

Inviato da alessandra.belvedere il Gio, 30/04/2020 - 15:53

URL (30/05/2020 - 23:48):https://www.cpialegnano.edu.it/circolari/attivita-didattica-distanza-di-scienze-motorie-video-realizzati-dal-prof-calandrina?__eucookieLaw=disagree