



Ministero dell'Istruzione



**UNIONE EUROPEA**  
Fondo sociale europeo



## OGGETTO: COMUNICAZIONE INIZIO MODULO DEL PON

La Dirigente Scolastica Elena Tosoni è lieta di comunicare l'avvio del modulo del progetto con finanziamento a valere sui fondi europei.

### DESCRIVERE SINTETICAMENTE IL MODULO.

TITOLO DEL MODULO	Mente sana in corpo sano
DESCRIZIONE	<p>L'attività consiste nell'esplorare e rafforzare la propria consapevolezza e i propri comportamenti dando strumenti per essere più adeguati in determinate situazioni.</p> <p>La didattica dell'Aikido e del Judo, con lo studio di tecniche di caduta, di proiezione, di controllo e di attività ludiche atte allo sviluppo della reattività e della rapidità, sviluppa il senso di autostima, la sicurezza in se stessi, la percezione e le potenzialità del proprio corpo.</p> <p>Si darà attenzione al potenziamento delle discipline motorie, allo sviluppo di comportamenti ispirati a uno stile di vita sano cercando di stimolare i giovani più restii alla attività motoria e i più esuberanti al controllo della propria energia.</p> <p>L'educazione fisica, mentale e spirituale proposte dalle due discipline marziali, unite al comportarsi educatamente, con rispetto, mantenendo la calma risultano uno strumento formativo che trova una collocazione alla base di "un'educazione alla difesa" utile per evitare o gestire situazioni di confronto verbale o di scontro fisico che possono capitare a chiunque, in qualsiasi momento.</p>
N° ORE	30
SEDE ATTIVITA'	ITE R. Guardini
DATA INIZIO E FINE	11/01/2023 – 26/04/2023
CODICE PROGETTO	10.1.1A-FDRPOC-VE-2022-93
CUP	B34C22001560001

07/12/2022

Il Coordinatore didattico

