

	ISTITUTO COMPRESIVO STATALE di PONTE DI PIAVE E SALGAREDA (TV) Scuola Infanzia – Primaria – Secondaria I° grado Via N. Tommaseo, 4 31047 PONTE DI PIAVE (TV) - Tel. 0422-759212 CF80012730265 – Codice Meccanografico TVIC861007– Codice Univoco UFP114 - Codice iPA istsc_tvic861007 sito: www.icpontedi piave.edu.it – peo: tvic861007@istruzione.it – pec: tvic861007@pec.istruzione.it
---	---

Protocollo e data vedi segnatura

Ai genitori
e docenti
della scuola primaria “Don L.Milani” di Negrisia

p.c. Al Direttore SGA
Dott.ssa De Giorgio Federica

Ai collaboratori scolastici
della scuola primaria “Don L.Milani” di Negrisia

OGGETTO: Avvio progetto “Yoga a scuola” – classi seconda e terza

Si comunica che le classi seconda e terza della scuola primaria di Negrisia inizieranno il percorso di specifico di yoga dedicato al benessere emotivo e relazionale, condotto dalla docente ins. Del Signore Jessica.

Lo Yoga è una disciplina millenaria che offre numerosi benefici sul piano fisico, psichico ed emotivo. Per i bambini rappresenta un’esperienza coinvolgente e ludica, capace allo stesso tempo di favorire il rilassamento, migliorare la concentrazione e promuovere una maggiore consapevolezza delle proprie emozioni e dei propri pensieri.

Attraverso la pratica dello yoga, i bambini imparano a respirare in modo corretto, a conoscere meglio se stessi e a esprimere la propria naturale predisposizione alla gioia in un contesto sereno e stimolante.

Durante gli incontri, gli alunni avranno l’opportunità di sperimentare momenti di movimento e di benessere. Attraverso giochi e asana (posizioni yogiche), potranno sviluppare fiducia in sè stessi, migliorare la relazione con gli altri e coltivare atteggiamenti di rispetto e gratitudine.

Articolazione del Percorso

Il progetto prevede 5 incontri della durata di un’ora ciascuno, rivolto alle classi seconda e terza del plesso, per un totale di 10 ore complessive. Di seguito il calendario:

CLASSE	ORARIO	DATE
2^A	08:00-09:00	Aprile: <ul style="list-style-type: none"> • Martedì 21 • Martedì 29 Maggio <ul style="list-style-type: none"> • Martedì 5 • Mercoledì 13 • Lunedì 18
3^A	09:00-10:00	

Materiale

Per la partecipazione alle attività si richiede un abbigliamento comodo e 1 paio di calzini antiscivolo in un sacchettino.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa Serena FOSCO

(documento digitalmente firmato ai sensi del D. L.gs 82/2005 e s.m.i.)

Firmato digitalmente da SERENA FOSCO