



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE VICENZA 1

Contra' Burci, 20 - 36100 Vicenza Tel. 0444/1813111 – Fax 0444/544083
e-mail: VIIC871005@istruzione.it – viic871005@pec.istruzione.it
www.ic1vicenza.edu.it
Codice fiscale 80014990248 - Codice Ministeriale VIIC871005

Vicenza, 12/10/2022

Ad alunni,
genitori degli alunni ,docenti e
personale ATA
dell'IC1Vicenza S.M. Maffei
sede di Via Carta

Oggetto: “Corri nel tempo” Scuola secondaria “Maffei” sede di Via Carta

Si comunica che il giorno **21 ottobre** (data di recupero 3 novembre) si svolgerà la manifestazione “**Corri nel tempo**”. Parteciperanno a questa gara gli alunni della scuola “Maffei” sede di Via Carta selezionati nei test di classe

21/10/22 Classi terze come segue:
cat.CADETTI e cat.CADETTE 3

ore 9.30 i ragazzi convocati si troveranno in palestra con l'occorrente per effettuare la gara e si recheranno al Parco Retrone con gli insegnanti Pegorin e De Mari.
Rientro previsto per le ore 10.30

Classi seconde come segue:

cat.CADETTI e cat.CADETTE 2

ore 10.30 i ragazzi convocati si troveranno in palestra con l'occorrente per effettuare la gara e si recheranno al Parco Retrone con gli insegnanti Pegorin e De Mari.
Rientro previsto per le ore 11.30

Classi prime come segue:

cat.RAGAZZI e cat. RAGAZZE

ore 11.30 i ragazzi convocati si troveranno in palestra con l'occorrente per effettuare la gara e si recheranno al Parco Retrone con gli insegnanti Guerrini, De Mari, Scibetta e Malaguti
Rientro previsto per le ore 12.30

La gara di resistenza è una prova che va effettuata su un terreno irregolare e su una distanza di circa 1000 m per tutte le alunne e per gli alunni della categoria ragazzi e di 1200 m per gli alunni delle classe seconde e terze maschili. A questo scopo è stato finalizzato il lavoro delle ultime settimane durante le lezioni di ed. fisica. I ragazzi dovranno dosare le proprie energie e se accuseranno eccessiva stanchezza, rallenteranno o procederanno camminando.

È una prova che comporta sacrificio, ma anche determinazione personale.

La mattina della corsa si consiglia di fare una colazione energetica, che contenga (a scelta): pane, fette biscottate, biscotti con marmellata, nutella, miele oppure prosciutto.

È ASSOLUTAMENTEVIETATO VENIRE A SCUOLA A STOMACO VUOTO e sarebbe preferibile non bere latte.

Al termine della corsa si potrà consumare la merenda (consigliamo di portare thè caldo zuccherato dentro la borraccia termica).

Firmato digitalmente da PAOLA PIZZEGHELLO

È obbligatorio indossare a casa l'abbigliamento per la corsa sotto ad una comoda tuta, in modo da evitare di lasciare indumenti in giro e inutili perdite di tempo; solo le scarpe dovranno essere portate in un sacchetto a parte.

È obbligatorio rimanere almeno con la felpa fino al momento della partenza e al termine della prova coprirsi velocemente, per evitare il raffreddamento.

Per gli alunni cui sono prescritti, è obbligatorio portare con sé eventuali medicinali specifici (per asma, ...).

Non si spingono i compagni e si supera solo dove lo spazio è sufficiente.

All'arrivo bisogna mantenere la posizione senza superare, mettendosi in fila fino a quando **non è stata tolta l'etichetta applicata alla maglia della corsa prima della partenza..**

È necessario portare delle scarpe e calze di ricambio per il rientro a scuola.

N.B. In caso di cattivo tempo la corsa è annullata e rimandata al giorno 3 novembre e gli alunni dovranno quindi preparare i compiti per casa assegnati e portare a scuola i materiali scolastici previsti.

Se per motivi di salute un genitore ritiene non opportuno far partecipare il proprio/a figlio/al test deve comunicarlo per iscritto all'insegnante di ed. fisica in modo da poter convocare un altro alunno.

I docenti di Ed. Fisica

S. De Mari – M. Guerrini e S. Pegorin

IL Dirigente Scolastico
Dott.ssa Paola Pizzeghello