



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, 19 ottobre 2022

Alle alunne e alunni e alle famiglie
Ai docenti

Al personale ATA
Scuola secondaria Maffei Santa Caterina
IC 1 Vicenza

Oggetto: "Corriamo nel tempo" - Maffei sede di Santa Caterina

Si comunica che il giorno **25 ottobre** (data di recupero 8 novembre) si svolgerà la manifestazione "**Corriamo nel tempo**". Parteciperanno a questa manifestazione le alunne e gli alunni della scuola " Maffei" sede di Santa Caterina selezionati nei test di classe.

La prima ora di lezione verrà svolta regolarmente.

Alle ore 8.50, al suono della campanella, i ragazzi convocati in elenco, scenderanno in palestra avvisando gli insegnanti curricolari, senza fare confusione in modo composto.

Accompagnati dagli insegnanti, i ragazzi raggiungeranno Parco Querini a piedi, passando per la scuola Da Feltre, dove si uniranno le classi quinte della scuola primaria.

Orario di gara

- 09.30-09.50 Gara cadette classi seconde
- 10.00-10.20 Gara Ragazze classi prime
- 10.30-10.50 Gara Ragazzi classi prime
- 11.10-11.30 Gara promozionale classi quinta elementare ragazze
- 11.40-12.00 Gara promozionale classi quinta elementare ragazzi
- 12.10-12.30 Gara Cadette Classi terze
- 12.40-13.00 Gara Cadetti classi seconda
- 13.10-13.30 Gara Cadetti Classe terze
- Premiazioni se il tempo lo consente

Il test 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 di categoria ragazzi e di 1200 per gli alunni delle classi seconde e terze maschili di categoria cadetti. 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 ASSOLUTAMENTE VIETATO 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).

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 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 8 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. Motoria
Cola Francesco – M. Guerrini e S. Pegorin

F.to La Dirigente scolastica - Dott.ssa Paola Pizzeghello