

# BARNABITI SPORT TEAM

SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA A.R.L.

Via della Commenda, 5 – 20122 Milano

Tel. e fax 02.54.56.936 – C.F. e P.I. 08780420967 – [segreteria@istitutozaccaria.it](mailto:segreteria@istitutozaccaria.it)

Prot. n. 58SG/16

## SCUOLA PRIMARIA ATTIVITA' SPORTIVE 16-17

**RESPONSABILE: NICCOLO' GRANA**

Qualsiasi tipo d'informazione relativa ai corsi qui descritti potrà essere richiesta al Responsabile delle attività sportive Niccolò Grana: [n.grana@istitutozaccaria.it](mailto:n.grana@istitutozaccaria.it).

Egli sarà anche disponibile per incontrare genitori e alunni (atrio d'ingresso della scuola) – per fornire la propria consulenza al fine di predisporre un piano di attività personalizzato, che agevoli le necessità personali dei bambini – nei seguenti giorni e orari:

da **MARTEDI 7 GIUGNO a GIOVEDI 9 GIUGNO 13.00 - 17.00 e LUNEDI 13 GIUGNO 15.00 - 17.00**

## OPEN WEEK SPORTIVA

Chi fosse indeciso circa la scelta di frequentare una o più attività sportive potrà chiedere di effettuare una lezione di prova all'indirizzo mail [n.grana@istitutozaccaria.it](mailto:n.grana@istitutozaccaria.it).

Tali lezioni si svolgeranno **ESCLUSIVAMENTE nella settimana dal 19 al 23 settembre 2016.**

## PREMESSE GENERALI

- 1) **Inizio** delle attività: **LUNEDI 3 OTTOBRE 2016** (salvo dove diversamente indicato).
- 2) **Termine** delle attività: **MERCOLEDI 31 MAGGIO 2017** (salvo dove diversamente indicato).
- 3) **Tutte le attività saranno organizzate solo in presenza di un numero minimo d'iscritti** valutato dalla Direzione dell'Istituto che, in funzione del numero degli iscritti e in caso di opportunità, potrà valutare **eventuali accorpamenti di classi o soppressione di corsi.**
- 4) Una volta effettuata, l'iscrizione **vincolerà alla frequenza ed escluderà il rimborso – anche parziale – della quota d'iscrizione nel caso di ritiro *in itinere.***
- 5) A iscrizione effettuata **non sarà possibile effettuare cambi di alcun tipo.**
- 6) L'iscrizione a una o più attività sportiva comporterà la necessità di produrre, all'atto dell'iscrizione stessa, il **CERTIFICATO D'IDONEITA' ALLA PRATICA SPORTIVA non agonistica.**  
ATTENZIONE: in assenza di tale certificato la Segreteria Amministrativa NON E' AUTORIZZATA ad accettare l'iscrizione.

## COME ISCRIVERSI ALLE ATTIVITA'

L'ISCRIZIONE potrà avvenire **dal 13 GIUGNO 2016 al 27 SETTEMBRE 2016** facendo pervenire la scheda d'iscrizione compilata in TUTTE le sue parti alla Segreteria Amministrativa o a mano (da lunedì a venerdì dalle 8.00 alle 13.00) o alla mail [a.franzon@istitutozaccaria.it](mailto:a.franzon@istitutozaccaria.it). A seguito di ciò riceverete una mail con l'importo da bonificare. L'iscrizione sarà considerata valida e regolare solo dopo l'effettuazione del pagamento con BONIFICO BANCARIO (IBAN: IT06W0569601613000010600X20 – Banca Popolare di Sondrio – Ag. 14 Milano).

**ESSENDO I CORSI A NUMERO CHIUSO CHIEDIAMO, CORTESEMENTE, ALLE FAMIGLIE – AL FINE DI GARANTIRSI LA FREQUENZA E DI NON INCORRERE IN LUNGHE ATTESE NEL MESE DI SETTEMBRE – DI VOLER TRASMETTERE LA SCHEDA DI ISCRIZIONE IL PRIMA POSSIBILE. Grazie!!**

## BASKET

Trasmissione dei fondamenti della disciplina del minibasket e della pallacanestro attraverso l'insegnamento di una corretta tecnica di gioco all'interno della squadra e favorendo la valenza ludica e educativa di tali sport. La categoria amatoriale frequenterà 1 ora di corso alla settimana, quella agonistica 2 sedute di allenamento e disputerà il campionato nel fine settimana. Il corso sarà aperto anche agli **esterni**. Gli iscritti per la prima volta dovranno provvedere ad acquistare un kit allenamento per un importo di **€. 60,00**.

*Istruttori: Giuseppe Pucci, Andrea Ferrari, Luca Ferrari ed Emanuele Musso.*

**Quota d'iscrizione (amatoriale – 1 volta la settimana): €. 220,00** (alunni interni); **€. 250,00** (esterni).

**Quota d'iscrizione (agonistica – 2 volte la settimana): €. 370,00** (alunni interni); **€. 420,00** (esterni).

**Quota d'iscrizione (agonistica – 3 volte la settimana): €. 450,00** (alunni interni); **€. 500,00** (esterni).

## CALCIO

Avviamento alla pratica del gioco calcio. Saranno trasmessi i fondamentali di tale disciplina e la capacità di prendere parte a un contesto di gruppo in modo sano e collaborativo, il tutto rispettando le esigenze di ciascun allievo. Nel fine settimana si potranno frequentare i campionati. Il corso sarà aperto anche agli esterni. **Tutti** gli iscritti dovranno procurarsi un kit composto da zainetto/borsone, t-shirt, pantaloncino, calzettone, tuta, pinocchietto, k-way per una quota pari a **€. 95,00 (classi 1<sup>^</sup>, 2<sup>^</sup> e chi non intende partecipare ai campionati) o €. 135,00 (classi 3<sup>^</sup>, 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> che intendono partecipare ai campionati)** comprensivo anche di giaccone e tuta di rappresentanza.

*Istruttori: Carmine Calabrese, Emilio Carnevale Ricci, Stefano Carini, Niccolò Grana, Giovanni Boncinelli.*

**Quota d'iscrizione (1 volta la settim.): €. 270,00** (alunni interni); **€. 300,00** (esterni).

**Quota d'iscrizione (2 volte la settim. – calcio+calcio indoor): €. 450,00** (alunni interni); **€. 500,00** (esterni).

## CALCIO INDOOR

Il corso di calcio indoor è strutturato per coloro che intendono completare e approfondire il corso di calcio. Si svolgerà in palestra e verranno stimulate le capacità sensibili a seconda dell'età degli allievi, migliorando così le qualità sportive generali e, in particolare, la tecnica di gioco del calcio. Il corso è consigliato anche a chi pratica altri sport in quanto è strutturato per arricchire le capacità coordinative e condizionali.

*Istruttori: Niccolò Grana*

**Quota d'iscrizione (1 volta la settim.): €. 220,00** (alunni interni); **€. 250,00** (esterni).

**Quota d'iscrizione (2 volte la settim. – calcio indoor+calcio): €. 450,00** (alunni interni); **€. 500,00** (esterni).

## DANZA MODERNA

Corso di danza sviluppato attraverso un metodo che unisce la danza moderna con il metodo di danza terapia di Maria Fux, basata sulla piena espressione e creatività del bambino.

In questo modo le alunne impareranno a esprimersi liberamente e, nel contempo, miglioreranno la postura e la forza muscolare imparando le basi della tecnica coreutica.

*Insegnante: Federica Varoni*

**Quota d'iscrizione: €. 220,00** (alunni interni); **€. 250,00** (esterni).

## GINNASTICA ARTISTICA

Il corso di ginnastica artistica base, si propone di insegnare alle ginnaste/i primi capovolgimenti, il riconoscimento del proprio corpo in posizione rovesciata e consolidare le diverse capacità generali, con attenzione al controllo muscolare e segmentario senza trascurare la mobilità articolare.

Il corso successivo (avanzato), consolidata la base, porterà le ginnaste/i a una serie di combinazioni ginniche e rovesciamenti complessi acrobatici, arrivando a prendere confidenza anche con i grandi attrezzi.

*Istruttore: Claudio Di Toma coadiuvato da 2° istruttore.*

**Quota d'iscrizione: (1 volta la settim.) €. 300,00** (1<sup>^</sup>, 2<sup>^</sup> e 3<sup>^</sup> primaria); **€. 350,00** (4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup> primaria).

**(2 volte la settim.) €. 500,00** (3<sup>^</sup> primaria).

**ATTENZIONE:** la seconda lezione settimanale per le 3<sup>^</sup> (lunedì) potrà essere scelto solo previo colloquio con l'istruttore.

## GINNASTICA PROPEDEUTICA AL TENNIS

Insieme di attività e di proposte motorie atte a sviluppare i prerequisiti indispensabili all'acquisizione dei fondamentali del tennis. Non si tratta di un corso di tennis ma è un'attività che permette l'avviamento di quest'ultimo.

*Istruttore: in via di definizione.*

**Quota d'iscrizione (1 volta la settim.): € 220,00** (alunni interni); **€ 250,00** (esterni).

## KARATE

Sport amatoriale che incentiva la crescita dei ragazzi, li aiuta nello sviluppo fisico e mentale e ne migliora l'autocontrollo, l'autostima e la disciplina in un ambiente dove non è fondamentale vincere ma crescere in armonia, nel rispetto di compagni e degli avversari. Il corso richiede necessariamente almeno 10 iscritti.

*Istruttori: docenti di karate riconosciuti dalla Federazione FESIK, coordinati dal M.° Federico Sangiorgi.*

**Quota d'iscrizione: € 300,00 (1 volta la settimana); € 500,00 (2 volte la settimana).**

## NUOTO

Corso di nuoto presso il CLUB CANOTTIERI OLONA che si svolgerà **(dal 26 settembre 2016 al 29 maggio 2017)** il **lunedì pomeriggio** dalle 14.00 alle 17.10 per le 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> Primaria (comprensivo di mezz'ora di doposcuola) e dalle 14.30 alle 17.10 per le 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> Primaria (comprensivo di mezz'ora di gioco). Alle 15.00 gli alunni, debitamente accompagnati, si recheranno in piscina con pullman riservato per iniziare l'attività alle 15.30 circa. **Le lezioni avranno durata di 45 minuti totalmente in acqua.** Il rientro è previsto alle 17.10 circa presso l'atrio dell'Istituto.

*Insegnanti: istruttori del Club Canottieri Olona con due accompagnatori dell'Istituto*

**Quota d'iscrizione: € 450,00.**

## PALLAVOLO

Il corso si propone di trasmettere i fondamentali della disciplina pallavolistica, migliorare la motricità generale e prendere parte a un'esperienza di collaborazione all'interno di una squadra. Il corso è riservato alle classi 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup>.

*Insegnante: Emilio Carnevale Ricci*

**Quota d'iscrizione: € 220,00** (alunni interni); **€ 250,00** (esterni).

## SCACCHI

Attraverso questo sport, lo sport della mente, si punterà a sviluppare le doti mnemoniche, creative e riflessive degli alunni migliorando la capacità di concentrazione e il controllo emotivo. Ogni lezione avrà un momento didattico, per apprendere il gioco, e uno ludico per giocare con i propri amici. A fine corso, torneo interno con medaglie per i primi classificati (oro, argento e bronzo) e per tutti i partecipanti. Si potrà far parte della formazione della scuola che parteciperà alle Finali dei Campionati Sportivi Studenteschi di Scacchi, organizzati dal Ministero della Pubblica Istruzione in collaborazione con la F.S.I.

Il corso sarà strutturato in due gradi: **intermedio** (riservato agli alunni delle classi 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> già iscritti al corso l'anno precedente) e **base**, per tutti gli altri. Corso per le sole classi 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup>.

Ciascun corso potrà prevedere un numero minimo di 8 allievi fino a un massimo di 16 (varrà l'ordine d'iscrizione).

*Insegnante: Matteo Zoldan e istruttori FSI/CONI*

**Quota d'iscrizione: € 290,00.**

# SCHERMA

La scherma, oltre a essere uno sport, è una “*forma mentis*” che, attraverso la pratica del confronto con un avversario formalmente pari dotato (di vestiario e arma), permette di affrontare il vero avversario: la paura. Obiettivo del corso è di trasmettere, oltre la tecnica della scherma, la capacità di concettualizzare la sconfitta andando oltre il risultato negativo. Corso per le classi 3<sup>^</sup>, 4<sup>^</sup> e 5<sup>^</sup>. Corso a numero chiuso (vale l'ordine d'iscrizione). Gli iscritti per la prima volta dovranno acquistare anche un kit allenamento (maschera, fioretto e pettorina elettrica) per l'importo di **€. 105,00**.

*Insegnante: Astolfo Lapo Novellini*

**Quota d'iscrizione:** **€. 300,00** corso beginner (1 lezione settimanale), **€. 450,00** corso avanzato (2 lezioni settimanali).

Milano, 31 maggio 2016

IL RETTORE

*P. Ambrogio M. Valzasina, B.*

**N. B. Tabelle orarie nella pagina successiva.**

# ATTIVITA' SCUOLA PRIMARIA 2016-17

In **NERO**: attività **NON** sportive

In **ROSSO**: attività sportive

In **VERDE**: attività opzionali

## CLASSI 1<sup>^</sup>

<i>fascia oraria</i>	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
14.00-15.00	NUOTO (14.00-17.10)		RIENTRO CURRICOLARE		
15.00-16.00	CORO	ENGLISH LAB MINI BASKET GINNASTICA ART	RIENTRO CURRICOLARE	ENGLISH LAB CALCIO INDOOR SCIENZELANDIA	PRE TENNIS
16.00-17.00	CHITARRA DANZA MOD KARATE	CHITARRA CALCIO GIOCAFAVOLE	RIENTRO CURRICOLARE	KARATE	
17.00-18.00	CHITARRA	CHITARRA		CALCIO ESTERNI	

## CLASSI 2<sup>^</sup>

<i>fascia oraria</i>	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
14.00-15.00	NUOTO (14.00-17.10)		RIENTRO CURRICOLARE		
15.00-16.00	CORO	ENGLISH LAB CALCIO INDOOR GINNASTICA ART	RIENTRO CURRICOLARE	ENGLISH LAB MINI BASKET CALCIO SCIENZELANDIA	PRE TENNIS
16.00-17.00	CHITARRA DANZA MOD KARATE	CHITARRA MINI BASKET GIOCAFAVOLE	RIENTRO CURRICOLARE	KARATE	
17.00-18.00	CHITARRA	CHITARRA		CALCIO ESTERNI	

## CLASSI 3<sup>^</sup>

<i>fascia oraria</i>	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
14.30-16.00	INFORGRAFICA NUOTO (14.00-17.10) GINNASTICA ART AV		ENGLISH LAB	ENGLISH LAB SCACCHI BASE	
15.00-16.00	CHITARRA TRINITY CORO	CHITARRA TRINITY GINNASTICA ART		MINI BASKET PALLAVOLO	PRE TENNIS
16.00-17.00	CHITARRA DANZA MOD KARATE	CHITARRA MINI BASKET GIOCAFAVOLE	ATTORI IN ERBA	CALCIO INDOOR U10 KARATE	
17.00-18.00	CHITARRA	CHITARRA CALCIO U10	SCHERMA BEGINN.		
18.00-19.00		CALCIO ESTERNI U10			

## CLASSI 4<sup>^</sup>

<i>fascia oraria</i>	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
14.30-16.00	INFORGRAFICA NUOTO (14.00-17.10) GINNASTICA ART	ENGLISH LAB	STARTERS SCACCHI INTERM	SCACCHI BASE	
15.00-16.00	CHITARRA TRINITY CORO	CHITARRA TRINITY		PALLAVOLO	
16.00-17.00	CHITARRA	CHITARRA DANZA MOD	MINI BASKET ATTORI IN ERBA	CALCIO INDOOR U 10 RICAMO	PRE TENNIS
17.00-18.00	KARATE CHITARRA	CHITARRA CALCIO U10 BASKET 05-06-07 (17.00-18.15)	BASKET AQ (17.00-18.15) SCHERMA BEGINN.	KARATE	BASKET AQ (17.00-18.15)
18.00-19.00		CALCIO ESTERNI U10	SCHERMA AVANZ. (18-00-19.30)		SCHERMA AVANZ. (18-00-19.30)

## CLASSI 5<sup>^</sup>

<i>fascia oraria</i>	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
----------------------	--------	---------	-----------	---------	---------

<b>14.30-16.00</b>	INFORGRAFICA NUOTO (14.00-17.10) GINNASTICA ART	MOVERS	ENGLISH LAB SCACCHI INTERM.	SCACCHI BASE	
<b>15.00-16.00</b>	CHITARRA TRINITY CALCIO INDOOR U12 CORO	CHITARRA TRINITY	CALCIO U12	PALLAVOLO	
<b>16.00-17.00</b>	CHITARRA	CHITARRA DANZA MOD	MINI BASKET ATTORI IN ERBA	RICAMO	PRE TENNIS
<b>17.00-18.00</b>	KARATE CHITARRA	CHITARRA BASKET 05-06-07 (17.00-18.15)	BASKET AQ (17.00-18.15) SCHERMA BEGINN.	KARATE	BASKET AQ (17.00-18.15)
<b>18.00-19.00</b>			CALCIO ESTERNI U12 SCHERMA AVANZ. (18-00-19.30)		SCHERMA AVANZ. (18-00-19.30)