



MOTUS ATLETICA

FAI IL GREST IN PISTA

Proposta sportiva per provare, vivere e mettersi in gioco durante le vacanze

L'ASD MOTUS ATLETICA con la sua esperienza ventennale nata e sviluppata all'interno dell'oratorio di Castegnato, vi propone di vivere su una pista di ATLETICA LEGGERA una mattinata di sport alla ricerca e con la voglia di provare alcune specialità dell'atletica leggera.

La proposta è rivolta ai ragazzi/e nati negli anni **2012-2013-2014-2015-2016-2017** per i ragazzi/e nati negli anni **2018-2019-2020** si potrà svolgere un percorso dedicato, improntato soprattutto alla parte ludica e propedeutica del gesto atletico.

I luoghi di svolgimento dell'attività in base alla disponibilità saranno: campo **Gabre Gabric** a Sanpolino e Campo **Calvesi** al quartiere primo maggio.

Il periodo dove poter svolgere l'attività è dal **18 giugno al 11 luglio**.

Per i più grandi l'attività sarà svolta su uno schema in cui i ragazzi svolgono due specialità a scelta + eventuale staffetta. Il tutto andrà modulato anche in base al numero dei partecipanti che dovranno essere stabiliti in fase di adesione. Se alcuni Grest vogliono abbinarsi con altri lo possono fare sempre modulando un numero max di 80 ragazzi. Si richiederà anche l'appoggio degli animatori che coadiuveranno i responsabili nella gestione delle prove che verranno svolte.

Saranno presenti per "certificare" i risultati, dei giudici FIDAL che renderanno ai ragazzi dei "promemoria" dei risultati personali.

Ad ogni ragazzo verrà consegnato un pettorale personalizzato che rimarrà come ricordo dell'attività. Almeno 5 giorni prima si dovranno compilare dei moduli di partecipazione così da poter organizzare sia le prove che i pettorali.

Se lo si desidera si potranno svolgere delle premiazioni delle varie specialità.

L'organizzazione di tutto questo va preparato con i responsabili dell'attività che valuteranno insieme al responsabile del Grest le modalità migliori di svolgimento compreso la o le date previste.

L'orario previsto per le attività e ca. il seguente:

- Ore 9.00 arrivo in pista
- Ore 9.15 risveglio muscolare
- Ore 9.30 inizio prove o gare atletiche
- Ore 12.00-12.30 conclusione ed eventuali premiazioni

Se qualcuno vorrà potrà anche fermarsi per eventuale pranzo al sacco.

Costo attività (con presenza medico-giudici-tecnici e utilizzo campo) per max 80 ragazzi totale

Per singola mattina 500 €

Extra medaglie 50 €

Per preparare al meglio le attività e per dare una giusta valenza del motivo per cui anche negli oratori si può proporre l'attività di ATLETICA LEGGERA si svolgeranno due incontri di formazione svolti da responsabili-tecnici attività ludico-motoria.

Le date verranno comunicate direttamente a chi ne fosse interessato.

Riteniamo importante fare la formazione agli animatori che poi dovranno sul campo dare una mano o eventualmente nel futuro diventare animatori-educatori di proposte che noi saremo ben lieti di approfondire con gli oratori stessi.

Qui sotto viene presentata la nostra MISSION data da un modo di concepire lo sport con larghe vedute ed è una novità da proporre all'interno dell'attività oratoriana del futuro.

"LA FILOSOFIA DEL MOTUS"

Alla base del progetto Motus ci sono due concetti, esprimibili con le parole MIGLIORAMENTO e INSIEME.

Migliorare e migliorarsi, attraverso lo sforzo positivo e consapevole, per perseguire degli obiettivi condivisi.

Il canguro Motus, che rappresenta gli associati, significa salto di qualità, fisiche ed etiche, mediante

l'allenamento del corpo che consente di apprendere come gestire al meglio anche la mente. Il tutto, nel

segno dell'allegria e dello spirito di squadra, sempre importantissimi. Si gareggia, prima di tutto, per la

squadra e, poi per se stessi, perché il buon atleta è la persona consapevole dell'importanza della

condivisione. Motus vuole creare una cultura del movimento, nell'impegno di vivere lo sport non solo nei muscoli, ma anche nel cuore e nell'anima.

Motus Atletica dà spazio a molteplici discipline: salti (in lungo, triplo, in alto, con l'asta), lanci (del peso, del disco, del martello, del giavellotto), velocità e resistenza. Ognuno, a tutte le età, secondo le proprie attitudini fisiche naturali, può cercare di migliorare, superando i propri limiti.



Foletti Francesco Presidente - cell. +39 3492173488

presidenza@motusatletica.org

ASD MOTUS ATLETICA Sede legale - via Re Rotari 32 - 25126 Brescia P.IVA 03858460987 - C.F. 98140560172