



Ministero dell'Istruzione
Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia

Ufficio X Ambito Territoriale di Milano
Via Soderini 24– 20146 Milano - Codice Ipa: m_pi

Ai Dirigenti Scolastici
Istituti Comprensivi e Istituzioni scolastiche
Sedi di scuola primaria statali e paritari di
Milano e Città Metropolitana

Ai Docenti di educazione fisica
A tutti i Docenti interessati

e p.c. All'Assessorato all'Istruzione del Comune di
Milano

A DNA Sport Consulting

Oggetto: **Progetto PIÙ VITA SANA con le Pause Attive**

Gent.mi,

DNA Sport Consulting, in collaborazione con quest'Ufficio, con il patrocinio dell'Assessorato all'Istruzione del Comune di Milano, ha deciso di implementare il progetto "PIÙ VITA SANA con le Pause Attive" per assicurare agli alunni la possibilità di movimento durante le giornate scolastiche, come uno strumento concreto per contrastare la sedentarietà quotidiana.

Il progetto si propone di alternare opportunamente i momenti di impegno cognitivo previsti nella didattica e quelli di impegno fisico-ricreativo, fisico-cognitivo, attentivo e mnemonico con due o tre pause attive della durata di 5 minuti ciascuna, durante le quali le alunne e gli alunni saranno coinvolti in attività fisica da eseguire in classe in modo semplice.

Gli esercizi proposti possono essere svolti facilmente in classe, vicino al proprio banco, utilizzando le stesse sedie, oppure recandosi in uno spazio all'aperto (es. cortile).

L'iniziativa è rivolta ai docenti di educazione fisica dell'Istituzione Scolastica, con funzione di tutor, oppure agli stessi docenti della scuola primaria che possono aderire al progetto seguendo quanto indicato nel materiale predisposto dall'organizzazione.

L'intero progetto e i video demo saranno sviluppati in collaborazione con il campione olimpico Filippo Tortu e Nickelodeon, importante servizio di broadcasting televisivo.

L'adesione al progetto è completamente gratuita e avverrà previa registrazione al link <https://www.dnasportconsultingevent.it/PauseAttiveMilano2021/Registrazione>, indicando per ogni classe, il nome e il contatto del docente referente che seguirà il progetto.

Una volta completata la registrazione si potrà entrare nell'area riservata, dalla quale sarà possibile accedere a:

- personalizzazione della password;
- video demo;
- schede didattiche;
- approfondimenti;
- strumenti di autovalutazione;
- upload materiali.

Sarà possibile effettuare l'iscrizione entro e non oltre **venerdì 28 gennaio 2022**.

A iscrizioni concluse, verrà programmato un incontro formativo per illustrare i dettagli operativi del progetto, contattando direttamente l'Istituzione Scolastica e il referente indicato in fase di iscrizione.

Per ulteriori eventuali informazioni contattare:

Daniela Fumagalli ed.fisica.mi@istruzione.it - tel. 02.92891715

Segreteria Organizzativa tel. 335.1360554 – Mail: milano@piuvasana.it

Sito di riferimento: <https://www.piuvasana.it/>

Si pregano le SS.LL. di dare comunicazione ai docenti interessati.

Si ringrazia per l'attenzione e si porgono distinti saluti.

IL DIRIGENTE DELL'UFFICIO X
AMBITO TERRITORIALE MILANO
Yuri Coppi

*Firmato digitalmente ai sensi del Codice
dell'Amministrazione digitale e norme ad esso connesse*

Responsabile del Procedimento: Yuri COPPI

Referente: DF

numero telefono diretto: 0292891715

indirizzo mail istituzionale: danielamaria.fumagalli@posta.istruzione.it