



Circolare nr. 131  
Vicenza, 14 novembre 2023

Agli Studenti delle classi  
3<sup>^</sup>ASA, 3<sup>^</sup>ASE, 3<sup>^</sup>BSA, 3<sup>^</sup>BSE, 3<sup>^</sup>CSA,  
3<sup>^</sup>CSC, 3<sup>^</sup>CSE, 3<sup>^</sup>DSA, 3<sup>^</sup>DSC, 3<sup>^</sup>ESA, 3<sup>^</sup>FSA  
p.c. ai loro Genitori  
p.c. ai Docenti delle Classi terze  
p.c. al Personale ATA  
Sede

Oggetto: **Corso di "Autodifesa".**

Si informa che, nell'ambito del progetto di educazione alla salute e in collaborazione con il dipartimento di scienze motorie, si propone alle classi terze un corso di "auto difesa" di 4 ore presso la palestra "Associazione Lotta Pesi Vicentina Umberto I" - via Carducci, 29. Si allega la scheda con gli obiettivi e il calendario.

Gli/Le Studenti/sse si recheranno in palestra Umberto I accompagnati dal docente di scienze motorie (allegato) che garantirà la sorveglianza durante tutta l'attività.

Al termine del percorso, verrà somministrato un test di valutazione; il corso e la valutazione rientrano nelle attività di educazione civica delle classi coinvolte.

Per chiarimenti sono a disposizione i proff. A. De Rugna, A. Grendene e R. Serraglio.

Cordiali saluti.

I DOCENTI REFERENTI  
Prof. Augusto De Rugna  
Prof.ssa Alessandra Grendene  
Prof. Roberto Serraglio

IL DIRIGENTE  
Ing. Cristiano Crosera  
documento firmato in originale



**Allegato – Scheda dettagliata del corso.**

Gli obiettivi del corso sono:

- imparare a riconoscere il pericolo;
- apprendere le pratiche di autodifesa;
- ampliare la conoscenza ed il controllo del proprio corpo;
- accrescere la sicurezza nell'affrontare situazioni di pericolo;
- gestire la paura e l'aggressività, propria e altrui;
- sperimentare modelli di comportamento in situazioni critiche;

**Calendario delle attività**

Classe	date				Orario		Docente sorvegliante
	1°lezione	2°lezione	3°lezione	4°lezione	dalle ore	alle ore	
3^ASA	21/11/2023	05/12/2023	12/12/2023	19/12/2023	11:10	12:05	Faccin G.
3^ASE	18/11/2023		25/11/2023		8:10	10:00	Zen N.
3^BSA	09/01/2024		23/01/2024		8:10	10:00	Serraglio R.
3^BSE	18/11/2023		25/11/2023		10:00	12:05	Zen N.
3^CSA	21/11/2023	05/12/2023	12/12/2023	19/12/2023	10:00	10:50	Rigon GP
3^CSC	22/11/2023	29/11/2023	06/12/2023	20/12/2023	11:10	12:05	Faccin G
3^CSE	23/11/2023	30/11/2023	07/12/2023	14/12/2023	9:05	10:00	Pontalti D.
3^DSA	23/11/2023	30/11/2023	07/12/2023	14/12/2023	11:10	12:05	Rigon GP
3^DSC	20/11/2023	27/11/2023	04/12/2023	11/12/2023	12:05	13:00	Bassanese B.
3^ESA	22/11/2023	29/11/2023	06/12/2023	20/12/2023	12:05	13:00	Dal Santo L.
3^FSA	21/11/2023	05/12/2023	19/12/2023		12:05	13:00	Dal Santo L.
				11/01/2024	10:00	10:55	