

"Nordic Walking & Scuola"

Articolo apparso sul quotidiano **La Voce di Mantova**, che riguarda il progetto di motoria "**Nordic Walking & Scuola**" della primaria "Cristina di Belgiojoso" di Bigarello. Il progetto ha toccato molte materie curriculari e rispettato alla lettera il programma di un sano stile di vita. Un grazie da parte dei docenti e della dirigente al presidente di A.S.D. Nordic Walking Virgiliano, Stefano Carbonieri.



NW Virgiliano - A scuola "Muoversi per apprendere con il Nordic Walking"

BIGARELLO In contemporanea all'apertura del nuovo anno scolastico 2016/2017, parte anche il progetto Nordic Walking & Scuola "Muoversi per apprendere con il Nordic Walking" della nuova società sportiva A.S.D. Nordic Walking Virgiliano presieduta da Stefano Carbonieri.

L'attività del Nordic Walking se praticata con adeguata competenza e tecnica può rappresentare un utile, semplice ed efficace metodo di prevenzione per recuperare difetti posturali che molti alunni assumono nella propria quotidianità.

Da questo principio il Comune di Bigarello, con le scuole primarie del comprensivo di San Giorgio di Mantova, sottolinea l'importanza dell'attività del Nordic Walking come principio fondamentale che acquisisce tutte le abilità praticando la camminata



I bambini impegnati a fare il trenino con i bastoncini

come recupero coordinato che si associa a un camminare sicuro in un qualsiasi ambiente naturale.

Partendo proprio da queste basi propedeutiche, con il nuovo anno scolastico l'attività si allarga a tutto il

plazzo di Bigarello e anche i "remigini" fanno la conoscenza del Nordic Walking.

L'autunno ci aiuta a cogliere le ultime "fioriture" e con il naso all'insù guardiamo e tocchiamo ammirati

questi stupendi regali della natura. Ma ecco che i nostri fidi bastoncini ci chiamano ad una progressione didattica. A bastoncini paralleli scopriamo la chiesa di Stradella, la ciclabile, il vecchio pozzo (la tromba) e spinti dalla curiosità, ci ritroviamo a saltellare come i leprotti che cercano riparo in aperta campagna sentendo il nostro gran vociare. Ragazzi al pulman è tardi ci richiama Luisa. Riponiamo in ordine i bastoncini (così aiutiamo Stefano) e via alla scuola aspettando il prossimo appuntamento con il Nordic Walking.

La fatica è tanta ma l'allegria e la vivacità di questi bimbi è straordinaria. Giocano, cantano, un po' anche litigano ma si aiutano reciprocamente, fanno squadra grazie al Nordic Walking.

Un ringraziamento doveroso al Comune di Bigarello, al sindaco Bar-

bara Chilesi, all'assessore Elisabetta Braga, alla giunta, alla dirigente del comprensivo di San Giorgio di Mantova Carla Barbi per aver accolto con favore il progetto "Nordic Walking & Scuola" e a tutti gli alunni che si sono messi alla prova condividendo l'iniziativa con i propri genitori.

Grazie alla maestra Luisa che ha saputo trasmettere ai ragazzi questa nuova progettazione scolastica.

Un arrivederci al prossimo appuntamento, con l'augurio di un buon anno scolastico per tutti.