

# ROTONDI + SPORT

## Laboratori Pomeridiani Sportivi Anno scolastico 2019/20

*“Le potenzialità del fenomeno sportivo lo rendono strumento significativo per lo sviluppo globale della persona e fattore quanto mai utile per la costruzione di una società più a misura d’uomo”*

*[San Giovanni Paolo II]*

Il Collegio Rotondi, per rispondere alle esigenze delle famiglie, arricchisce la sua offerta formativa proponendo il nuovo progetto “**Rotondi + Sport**” che consente di coniugare la forte componente educativa con i valori sani dello sport (lealtà, sana competizione, crescita, ecc.) affinché il bambino e il ragazzo si “misuri” con se stesso e con gli altri per diventare vero Uomo.

Il progetto è stato pensato e suddiviso per gruppi omogenei di età e/o capacità motorie per favorire la massima integrazione dei ragazzi nei gruppi. Tutte le attività sono rivolte sia a maschi che femmine e si svolgeranno nella Palestra della scuola.

Per tutti i corsi è prevista una quota di adesione stagionale di € 50,00 che comprende copertura assicurativa e materiale sportivo. I corsi verranno realizzati al raggiungimento di un numero minimo di iscritti.

---

### **NOTE ORGANIZZATIVE PER TUTTI I CORSI:**

I corsi sono proposti in collaborazione con Sport PIU' S.P.D. a r.l. che si occuperà dell'iscrizione dei ragazzi, della copertura assicurativa e della fornitura del materiale sportivo. Le iscrizioni ai corsi potranno essere effettuate a partire dal 5 settembre 2019.

I relativi moduli possono essere richiesti presso la Segreteria della Scuola dove potranno essere anche riconsegnati debitamente compilati. L'iscrizione potrà avvenire presso la sede della SportPiù in via De Amicis, 5 a Castellanza o tramite mail scrivendo a [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org)

Nel caso in cui il corso per il quale si è presentata e pagata l'iscrizione non dovesse partire, verrà data comunicazione alla famiglia e restituita la quota. Non verrà invece restituita la quota a chi si dovesse ritirare da un corso per il quale era stato raggiunto il numero minimo per la realizzazione.

L'inizio ufficiale dei corsi è previsto nella prima settimana di ottobre e seguirà il calendario scolastico (dal 12 settembre sarà possibile effettuare delle prove gratuite). Prima dell'inizio dei corsi dovrà essere prodotto il certificato medico di tipo sportivo non agonistico.

---

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*



Corso di EASYBASKET



Materna e 1° elementare

Corso di MINIBASKET

Elementari

Corso di BASKET

Medie

Il nostro Centro Minibasket è il punto di riferimento educativo-sportivo di tutta l'area territoriale della Valle Olona (Castellanza, Olgiate Olona, Solbiate Olona, Gorla Maggiore, Gorla Minore,...) poiché esce dal contesto del singolo paese per creare una "comunità" che gravita attorno ad un preciso modello di Minibasket: condivisione, inclusione e crescita!

Il percorso prevede una suddivisione in gruppi omogenei di età a partire dai Pulcini (2012/2013) con una lezione o, meglio ancora 2 lezioni settimanali; continua con gli Sciattoli (2010/2011); prosegue con gli Aquilotti (2008/2009) e si conclude con gli Esordienti (2007) che seguiranno un percorso integrato con gli under 13 per essere accompagnati nel passaggio da Minibasket a settore giovanile."

#### ISTRUTTORI INCARICATI:

- Alberto Testoni (Istruttore Minibasket, laureato in Scienze Motorie)
- Andrea Zappatini (Istruttore basket, ISEF)

**PROGRAMMA:** *vedi allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Materna, Primaria e Secondaria

**COSTO:** 1 volta a settimana € 150,00 // 2 volte a settimana: € 210,00  
+ Quota di Adesione + Kit allenamento

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



Corso di GIOCO KARATE

Materna

Corso di KARATE

Primaria e Secondaria

L'antica disciplina del Karate viene insegnata partendo dalle stesse basi tradizionali. Oggi come ieri, gli atleti vengono suddivisi in fasce, a seconda dell'età ma anche delle competenze tecniche acquisite durante gli anni, in modo tale da seguire tutti in maniera adeguata con un programma specifico per le loro competenze.

Le linee guida sulle quali è imperniato l'allenamento prevedono in un primo momento il raggiungimento ottimale delle abilità tecnico motorie, in seguito l'apprendimento della disciplina del karate. Alla fine del corso i bambini sono in grado anche di controllare i movimenti per raggiungere lo scopo previsto dal gesto compiuto e trasformare o adattare i movimenti appresi a seconda della situazione.

Il livello successivo prevede l'esecuzione delle tecniche fondamentali del karate, ovvero nel Kion. Una volta acquisite queste, l'allenamento si articola in due direzioni: il Kumite, ossia il combattimento, e il Kata, ossia un insieme di tecniche contro degli avversari immaginari.

#### ISTRUTTORI INCARICATI:

- Franco Paganini (5° DAN Karate – Campione Europeo 1982)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Materna, Primaria e Secondaria, divisi in gruppi

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 + Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



**Corso di CALCIO FOOTBALL ACADEMY**

**Materna**

**Corso di CALCIO FOOTBALL ACADEMY**

**Primaria e Secondaria**

La "Football Academy" è un luogo di formazione, educazione, sviluppo delle proprie capacità, confronto, crescita, miglioramento. Il progetto si rivolge a tutti i bambini e ragazzi che vogliono praticare una sana e formativa attività sportiva

Il progetto tecnico prevede:

- Acquisizione schemi motori di base
- Sviluppo capacità coordinative semplici e complesse
- Tecnica di base: *guida e dominio della palla, stop e controllo orientato, ricezione e trasmissione della palla, colpo di testa, tecnica del tiro in porta*
- Lavori situazionali: *esecuzione dall'1 > 1 al 3 > 2*
- Tattica individuale: *posture e atteggiamenti offensivi e difensivi*
- Giochi di posizione

**ISTRUTTORI INCARICATI:**

- Andrea Scandroglio (Allenatore UEFA Calcio, Laurea in Scienze Motorie)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Materna, Primaria e Secondaria

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 + Quota di Adesione  
2 volte a settimana € 290,00 + Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*



## Corso di GINNASTICA RITMICA

*Primaria e Secondaria*

La Ginnastica Ritmica è una disciplina sportiva dedicata esclusivamente al mondo femminile dove le bambine imparano ad utilizzare gli attrezzi tipici quali fune, cerchio, nastro, palla e clavette in sincronia con la musica e la danza, creando vere e proprie coreografie.

Il percorso formativo di base può essere intrapreso sia per le alunne della scuola primaria che per quelle della secondaria.

Il corso di Ginnastica ritmica si potrà poi perfezionare nel Corso di Ginnastica Ritmica "Agonistica" che prevede 3 allenamenti a settimana.

### **ISTRUTTORI INCARICATI:**

- Cristina Tosi (Istruttrice Sport+ Ritmica)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** *Primaria e Secondaria*

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 + 2 volte la settimana: € 290,00 + Quota di Adesione

---

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



### MUSICA IN DANZA BABY RHYTHMIC & DANCE

**Materna**

Movimento, gioco e musica: con l'utilizzo di mini attrezzi ginnici i futuri atleti sviluppano coordinazione, destrezza e flessibilità ponendo le basi per un corretto approccio al "mondo dello sport" e del lavoro futuro tra danza e ginnastica. Corso propedeutico per sviluppare le potenzialità di ogni bambina, facilitare la socializzazione, stimolare le sue abilità motorie assecondando la sua naturale tendenza al movimento.

#### **ISTRUTTORI INCARICATI:**

- Cristina Tosi (istruttrice Sport+ Ritmica)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Scuola Materna

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 // 2 volte la settimana € 290,00  
+ Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



**Corso di HIP-HOP & VIDEODANCE**

**Secondaria**

**Corso di HIP-HOP & VIDEODANCE**

**Primaria**

Il corso proporrà lo studio e la pratica di elementi introduttivi alle seguenti discipline:

La **Video Dance**: è il termine contemporaneo per definire uno stile di danza fatto per la telecamera come video musicali, film, show televisivi. La Video Dance è un'espressione di danza più commerciale ma sempre impostata su solide basi fisico-tecniche.

Alla base di questo stile c'è l'utilizzo della musica pop, come elemento trainante delle coreografie. Altro elemento fondamentale è l'espressività, accompagnata da una grande energia che si sviluppa durante tutta la lezione e soprattutto nelle composizioni conclusive.

**L'Hip Hop** nasce all'inizio degli anni 70 nel Bronx di New York e affonda le sue radici nei modi di esprimersi dei giovani afro americani di periferia, che si radunavano nelle strade suonando, ballando e cantando.

L'hip hop è libertà di espressione, è senso di famiglia che non nasce in una scuola, ma in mezzo alle persone: è condivisione.

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Scuola Primaria e Secondaria

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 // 2 volte la settimana € 290,00  
+ Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



Corso di SCHERMA

Secondaria

Corso di SCHERMA

Primaria

Si tratta di uno sport adatto a grandi e piccini, che unisce una grande tradizione italiana alla continua evoluzione dello sport nel mondo.

Chi pratica scherma, apprende una disciplina sportiva nobile fondata su grandi valori di umanità, una vera e propria disciplina. Nella scherma i bambini e gli adulti imparano a confrontarsi con le altre persone, in maniera rispettosa ed entusiasmante e apprendono "le armi" fondamentali per insegnare ai nostri bambini ad affrontare la Vita nel modo giusto.

**ISTRUTTORI INCARICATI:**

- Monica Colombo (istruttrice Federale – Club Scherma Legnano)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Scuola Primaria e Secondaria

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 // 2 volte la settimana € 290,00  
+ Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



### Corso di TENNIS

Materna

### Corso di TENNIS

Primaria e Secondaria

L'attività della "Scuola Tennis" comprende un approccio motorio e tecnico alla disciplina del tennis. I livelli di apprendimento saranno differenziati in funzione dell'età, delle capacità motorie e della costanza negli allenamenti.

L'insegnamento sarà suddiviso in lezioni di gruppo della durata di 1 ora ad opera di tecnici diplomati UISP. I ragazzi verranno valutati e distribuiti negli orari in funzione dell'età e delle capacità di ciascuno per rendere omogenei i percorsi didattici e sportivi.

#### **ISTRUTTORI INCARICATI:**

- Polia Gorskaya (Istruttrice diplomata FIT)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Scuola Materna / Primaria e Secondaria

**COSTO:** 1 volta la settimana € 300,00 / 2 volte la settimana € 540,00 + Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*



### Corso di KICKBOXING

Secondaria

### Corso di KICKBOXING

Materna(dai 5 anni in su) e Primaria

La Kickboxing è uno sport da combattimento che unisce le tecniche di pugno del pugilato alle tecniche di gambe del karate. Questo sport prevede l'acquisizione di tecniche da combattimento specifiche della disciplina, ma è molto utile anche per l'apprendimento di tecniche di autodifesa.

I corsi sono rivolti a tutte le fasce d'età, dai 5 anni fino all'età adulta. La strutturazione del corso, la "lezione tipo" e le finalità vengono modulate ed adeguate alle esigenze e possibilità degli allievi.

La linea guida di tutti i corsi è comprensiva di:

- Apprendimento delle nozioni tecniche specifiche della Kickboxing
- Allenamento aerobico ed anaerobico
- Potenziamiento muscolare
- Stretching - Circuit Training - Allenamento funzionale a corpo libero

#### **ISTRUTTORE INCARICATO:**

- Tommaso Gianni (Tecnico Kickboxing)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Scuola Materna (dai 5 anni), Primaria e Secondaria

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 + Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



### Corso di GINNASTICA ARTISTICA

Materna

### Corso di GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

Primaria e Secondaria

Forza, mobilità articolare, equilibrio e coordinazione sono le colonne portanti della ginnastica artistica.

Questa disciplina è rivolta sia al mondo maschile che femminile e forgia gli atleti nell'impegno e nella determinazione sia nella disciplina sportiva che nella vita.

Bambini e ragazzi verranno avviati progressivamente all'apprendimento degli elementi base della ginnastica artistica (quali capovolte, ruote, verticali, ponti) in un primo tempo solo a corpo libero con giochi e percorsi propedeutici e con l'utilizzo di basi musicali per poi cimentarsi con gli attrezzi propri di questa disciplina (trave, volteggio, parallele, mini-trampolino etc.)

#### **ISTRUTTORE INCARICATO:**

- Simona Saladdino (Istruttrice diplomata FGI)

**PROGRAMMA:** *vedi schema allegato*

**ALUNNI AMMESSI:** Scuola Materna (sia maschi che femmine);  
Primaria e Secondaria (solo maschi)

**COSTO:** 1 volta a settimana € 165,00 + Quota di Adesione

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)



**COLLEGIO ROTONDI**  
**Laboratori Pomeridiani Sportivi**



**SOCIETA' SPORTIVA DILETTANTISTICA**  
**SPORT PIU'**

[Info@sportpiu.org](mailto:Info@sportpiu.org)

[www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)

SEGRETERIA: Tel. 0331-1710846  
Lunedì – Mercoledì – Venerdì dalle 9:00 alle 13:00  
Martedì – Giovedì dalle 15:00 alle 19:00

---

**Info e iscrizioni presso la Segreteria del COLLEGIO ROTONDI o presso SPORTPIU'**

*In collaborazione con Sport+ S.P.D. a r.l.*

*Per info: 0331-1710846 – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org) - [www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org)*