



**federazione
ginnastica
d'Italia**



**COMITATO
REGIONALE
LOMBARDIA**

PROGETTO DI FORMAZIONE PER LA GINNASTICA E L'AEROBICA DEL COMITATO REGIONALE LOMBARDIA FGI

Il progetto in particolare si propone di promuovere lo sviluppo delle discipline della ginnastica e dell'aerobica nelle Scuole Secondarie di Primo e Secondo Grado.

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO E DI SECONDO GRADO

Obiettivi:

- Avviare alla pratica delle attività ginnastiche dilettantistiche principalmente attraverso attività ludico-motorie e formative
- Incoraggiare il lavoro di squadra, il fair play e la solidarietà, non le performance individuali

Ginnastica Artistica

- Conoscenza dei programmi tecnici GPT-FGI(GPTest)
- Elementi di pre acrobatica e assistenze
- Come comporre i collettivi
- Presentazione dei programmi dei Campionati Studenteschi
- Inserimento bambini/ragazzi con disabilità intellettiva e relazionale e presentazione della FISDIR (Federazione Italiana Sport Paralimpici degli Intellettivo Relazionali)

Ginnastica Aerobica

- Conoscenza dei programmi tecnici di aerobica FGI
- Elementi di base dell'aerobica
- Come comporre una coreografia di aerobica
- Presentazione dei programmi dei Campionati Studenteschi
- Inserimento bambini/ragazzi con disabilità intellettiva e relazionale e presentazione della FISDIR (Federazione Italiana Sport Paralimpici degli Intellettivo Relazionali)