



Ministero dell'Istruzione e del Merito

## ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE

Montalto Uffugo – Lattarico – Rota Greca – San Benedetto Ullano – San Vincenzo la Costa



Cofinanziato  
dall'Unione europea



Ministero dell'Istruzione e del Merito

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE MONTALTO U.-LATT. ROTA G-S.B.  
Prot. 0015676 del 12/12/2024  
IV-5 (Uscita)

Ai Genitori/Tutori

della Scuola Secondaria di I grado plesso Lattarico

Al Registro Elettronico

Loro Sedi

### Oggetto: Avvio modulo "Fit Dance"

Fondi Strutturali Europei – Programma Nazionale "Scuola e competenze" 2021-2027 – Fondo sociale europeo plus (FSE+) – Priorità 1 – Scuola e competenze (FSE+), Obiettivo specifico ESO4.6 – sotto-azione ESO4.6. A.4.A- Interventi di cui al decreto n.72 dell'11/04/2024 del Ministro dell'istruzione e del merito – Avviso Pubblico prot. n. 59369 del 19/4/2024 - Percorsi educativi e formativi per il potenziamento delle competenze, l'inclusione e la socialità nel periodo di sospensione estiva delle lezioni negli anni scolastici 2023-2024 e 2024-2025 (c.d. Piano Estate)

**Titolo progetto: "R-Estate a scuola"**

**Codice progetto: ESO4.6.A4.A-FSEPNCL-2024-84**

**CUP: G84D24002300007**

Si comunica alle SS.LL. che questa istituzione scolastica, nell'ambito del progetto "PN Scuola e Competenze 2021 – 2027", attiverà il modulo in oggetto da svolgersi nel periodo dicembre 2024 - maggio 2025, in orario extracurricolare per una durata complessiva di 30 ore.

La *Fit Dance* consiste in un programma di allenamento che racchiude in sé la passione per il ballo e la voglia di *fitness*. Un mix esplosivo di energia e divertimento che aiuta a scaricare corpo e mente, liberandosi da stress e ansia, migliorando non solo il rapporto con se stessi e con il proprio corpo ma anche il rapporto armonico del movimento con lo spazio.

Il primo scopo di ogni allenamento a ritmo di musica è il divertimento: i movimenti della più classica ed efficace ginnastica aerobica, e la danza perlopiù d'ispirazione latino-americana, sono divertenti e liberatori.

La danza applicata al *fitness* ha l'effetto di scolpire il corpo, allungarlo e allenarlo, potenziando la resistenza aerobica e il lavoro cardiovascolare. Il tutto, naturalmente, facendosi trascinare dal ritmo di coinvolgenti melodie.

Tutti imparano a muoversi velocemente e facilmente perché non è necessaria alcuna esperienza di danza.

Ogni lezione in un'atmosfera festosa offrirà un *format* che non intimidisce i non esperti, i nuovi praticanti o coloro che esitano a partecipare a lezioni di gruppo.

Le famiglie interessate potranno iscrivere il/la proprio/a figlio/a sottoscrivendo l'allegata autorizzazione.

I docenti coordinatori avranno cura di raccogliere le autorizzazioni e restituirle in segreteria (sig.ra Anna Barillaro).

Considerata l'importante valenza formativa, si invitano le famiglie destinatarie a consentire la partecipazione dei propri figli al modulo proposto.

La Dirigente scolastica

dott.ssa Adele Zinno

(Documento firmato digitalmente ai sensi del Codice dell'Amministrazione Digitale e normativa connessa)

