

Good Start

Progetto accoglienza all'IC Est3 - Brescia

Agli studenti ed ai docenti delle scuole secondarie di Caionvico e Buffalora è stata proposta durante la prima settimana di scuola alla prima ora di lezione (dalle 8 alle 9) una passeggiata, corsa o marcia nel cortile interno della scuola

camminare o correre, a seconda delle capacità o condizioni di ciascuno, tutti insieme, fino alla fine del tempo (30 minuti) cambiando eventualmente andatura ma senza mai fermarsi e alla fine....

rientrati in classe ci ristoriamo con un bel tè

Il movimento si conferma una necessità fisiologica fondamentale per il benessere fisico e psichico di tutti



Good Start

