

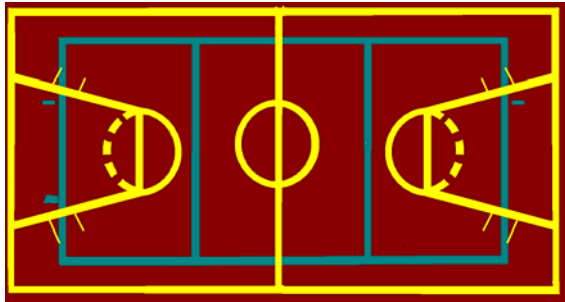
Dove si svolgono le Scienze Motorie

La nostra scuola è abbastanza bene strutturata, almeno per quanto riguarda le Scienze Motorie (o Educazione Fisica). Infatti per potere svolgere le nostre attività motorie abbiamo a disposizione una palestra ed un ampio spazio all'aperto, che ci offre la possibilità di utilizzare una pista di atletica leggera, ed un campo di pallacanestro.

Di questo fatto puoi ritenerti soddisfatto e considerarti fortunato, dato che in altre scuole, ad esempio, le strutture non consentono di svolgere le attività con tanto spazio a disposizione. Esistono scuole dove più classi si trovano a dover usufruire della palestra contemporaneamente e scuole dove la palestra nemmeno esiste. Fortunatamente per noi solo alcune classi, di solito le prime, per un ora la settimana hanno la sfortuna di dovere condividere la palestra con un'altra classe e comunque solo per una delle due ore di Scienze Motorie

Inoltre la nostra palestra è sufficientemente attrezzata il che ci permetterà nell'arco dell'anno di svolgere più attività. Ricordati però di rispettare questo ambiente, perché ogni danno che tu arrecherai alle attrezzature si ripercuoterà su di te. Se rovini una palla perché la usi con i piedi o perché ti ci siedi sopra e la rendi ovale, ricordati che la prossima volta che andrai in palestra tu stesso potresti rimanerne danneggiato: invece di avere a disposizione una palla per alunno, si dovranno fare i turni e quindi avrai meno tempo a disposizione per usare la palla.

Ogni volta che la tua classe ha lezione di Educazione Fisica, i tuoi insegnanti verranno a prelevare la classe per accompagnarla in palestra. a questo proposito è d'obbligo una raccomandazione mentre la classe si sposta dall'aula alla palestra deve rimanere in ordine ed in silenzio per non disturbare le altre classi che continuano le lezioni in aula. Dopo esserti cambiato gli indumenti, coi compagni entrerai in palestra per disporti su una riga ordinata aspettando l'inizio della lezione.



Ma osserviamo meglio la nostra palestra; essa presenta alcuni arredi che forse non conosci: ha una forma rettangolare e misura all'incirca 12 m per 24. Ai due lati corti sono appesi due tabelloni di legno con canestro che servono per il gioco della pallacanestro. Osservando il pavimento potrai individuare delle righe di colore diverso : le righe verde-scuro delimitano il campo della pallavolo (dimensioni regolari), mentre le gialle il campo della pallacanestro (dimensioni minime e vecchio tracciamento delle righe). Esistono inoltre delle righe color arancio che vengono generalmente confuse con le linee del campo di basket, ma che identificano un'ipotetica "area di porta" per il gioco della pallamano (dimensioni approssimative)

Sempre su uno dei lati corti, è presente un grande attrezzo il **quadro svedese**. Sul lato sinistro, rispetto all'ingresso, **una scala orizzontale**, mentre sul lato lungo opposto alle gradinate sono collocate **le spalliere**.

Gli attrezzi che si usano in palestra sono classificati in due gruppi

i grandi attrezzi : generalmente sono di una dimensione consistente e mentre vengono usati non si muovono (spalliera tappeti ecc.)

i piccoli attrezzi : di dimensione ridotta e quando utilizzati vengono spostati da chi li usa (palloni bastoni, funicelle ecc.)

Attrezzi della palestra

- | | |
|--------------------|--------------------------------|
| 1)cerchio | 11) anelli |
| 2)bastone | 12) bilanciere |
| 3)clavetta | 13) quadro svedese |
| 4)appoggio Baumann | |
| 5)spalliera | 14) parallele |
| 6)ostacolo | 15) ritto per il salto in alto |
| 7)pedana | 16) trave |
| 8)cavallo | 17) appeto |
| 9)pertica | 18) palla |
| 10)funi | 19) palla medica |

