

# Il Powergame Schtifti a scuola

## Come giocare il Powergame anche dopo la sfida tra comuni Coop?

Consigliamo all'organo o alla persona incaricata di gestire il gioco di mantenere i contatti con le scuole del comune e di coordinare insieme l'uso del materiale. Qui di seguito elenchiamo alcune possibilità di impiegare il Powergame Schtifti nelle scuole.

### Scuola in movimento

Iscrivete la classe o tutta la scuola a Scuola in movimento e integrate il Powergame Schtifti nelle ore di sport e di attività fisica, o almeno in una parte di queste. Ad esempio, gli studenti possono formulare essi stessi un gioco di domande e risposte su argomenti quali l'alimentazione e l'attività fisica oppure inventare alcuni giochi. Non ci sono limiti alla fantasia!

Scuola in movimento ([www.scuolainmovimento.ch](http://www.scuolainmovimento.ch)) è il programma di attività fisica dell'Ufficio federale dello sport UFSPO per le scuole in tutta la Svizzera. La partecipazione è gratuita e i suggerimenti sono facilmente realizzabili. Più di 2.500 classi seguono il programma in media per 9 mesi all'anno. Potete iscrivere le singole classi o tutta la scuola su [www.scuolainmovimento.ch](http://www.scuolainmovimento.ch).

### Giornata dello sport

Il Powergame Schtifti può essere proposto anche durante le giornate dello sport, quale componente a se stante o nel programma quadro. Le interessanti proposte di attività fisica possono essere realizzate con un modesto impegno organizzativo da parte della scuola.

### Settimana progettuale

Nella settimana progettuale su attività fisica, alimentazione e salute, il programma Powergame Schtifti offre un'ottima possibilità di completare le lezioni e di organizzarle in modo movimentato e interessante. Gli argomenti alimentazione e attività fisica vengono imparati e messi in pratica giocando.

### Gite scolastiche culturali e sportive

Il Powergame Schtifti può essere giocato indipendentemente dalle condizioni atmosferiche e su qualsiasi terreno o quasi. Durante le gite scolastiche offre un'ottima opportunità di divertirsi.

### Lezioni regolari

Quando vengono trattati gli argomenti attività fisica, alimentazione e salute, il Powergame Schtifti offre la possibilità di tenere una lezione più pratica che teorica.

### Educazione fisica

Un giro del Powergame Schtifti dura circa 45 minuti e il numero dei partecipanti può variare: le condizioni ideali per una lezione di educazione fisica diversa dal solito.

### Perfezionamento degli insegnanti

Il gioco è divertente e istruttivo anche per gli adulti. Il Powergame è ottimo per programmi di perfezionamento degli insegnanti non solo quando sono incentrati sull'attività fisica, sull'alimentazione e sulla salute, ma anche quando trattano altri argomenti che vengono così completati con una componente attiva.

# Nei prossimi mesi

## Scuola in movimento - anno scolastico 2009/2010

Scuola in movimento offre istruzioni e proposte interessanti su come praticare ogni giorno l'attività fisica nella scuola. Gli istituti e le classi che partecipano al programma hanno a disposizione cinque moduli e il relativo materiale. L'équipe di scuola in movimento ha ideato anche un modulo incentrato su esercizi con la corda per saltare. Svariate proposte di movimento appositamente studiate per essere presentate nelle scuole sono state riunite in base all'età dei partecipanti e all'effetto desiderato, ad esempio "rafforzare le ossa", "mantenere l'agilità", "migliorare l'abilità", "irrobustire i muscoli", "stimolare la circolazione".

>> **Informazioni e iscrizioni per il nuovo anno scolastico a partire dal 15 maggio 2009 al sito: [www.scuolainmovimento.ch](http://www.scuolainmovimento.ch)**



## Svizzera in movimento - Sfida fra comuni Coop 2010

La sfida continua! Svizzera in movimento invita i comuni a partecipare in modo da poter organizzare anche nel 2010 in tutta la Svizzera dal 5 al 12 maggio la grande festa popolare incentrata sul movimento. Riproponendo la vostra partecipazione a Svizzera in movimento vi farete promotori di una maggiore attività fisica nel vostro comune. Nel quadro delle manifestazioni per la Sfida fra i comuni Coop potrete offrire ai vostri concittadini l'opportunità di sperimentare nuove idee nell'ambito dell'attività fisica e dell'alimentazione e di aderire con entusiasmo all'offerta.

>> **Informazioni e iscrizioni per il 2010 a partire dall'estate 2009 al sito [www.svizzerainmovimento.ch](http://www.svizzerainmovimento.ch)**

