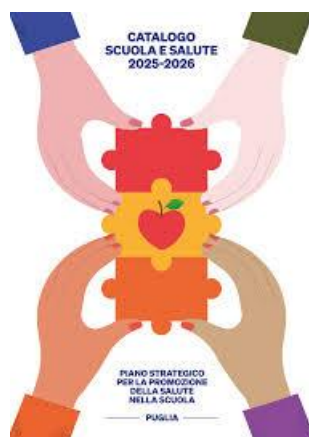




Ministero dell'Istruzione e del Merito
Dipartimento per l'Istruzione
Direzione Generale per gli Affari Internazionali
Uff. V

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE SAN CESARIO DI LECCE CON SAN DONATO DI LECCE

SCUOLA DELL'INFANZIA – PRIMARIA – SECONDARIA DI 1° GRADO



N.445_25.26

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE - SAN CESARIO DI LECCE (LE)
Prot. 0005538 del 21/04/2026
IV-5 (Uscita)

San Cesario di Lecce, 21/04/2026

Ai genitori/tutori
Ai docenti
SCUOLE PRIMARIE

E p.c.
Al DSGA

E mail istituzionali
Bacheca R.E. Argo Scuola Next
Sito

Oggetto: Piano Strategico Regionale per la Promozione della Salute 2025-26. Progetto curricolare “Stretching in classe”. SCUOLE PRIMARIE “G.B. Saponaro” e “R. Carlino”. AVVIO.

Nell’ambito delle azioni per l’Educazione alla Salute “*A scuola di Ben...essere*” PTOF 2025/28, questa istituzione scolastica ha aderito al **progetto curricolare “Stretching in classe”**, inserito nel **Piano Strategico della Promozione Salute nella Scuola**, strumento nato dalla collaborazione tra la Regione Puglia e l’Ufficio Scolastico Regionale per la Puglia, al fine di diffondere iniziative ed attività di prevenzione e promozione del benessere a beneficio delle giovani generazioni.

L’iniziativa, promossa dalla ASL Lecce, nasce per integrare brevi momenti di attività motoria nella routine scolastica, trasformando la pausa in uno strumento di salute e concentrazione, attraverso l’inserimento di **"Pause Attive" durante l'orario scolastico.**

**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE SAN CESARIO DI LECCE
CON SAN DONATO DI LECCE**

SCUOLA DELL'INFANZIA – PRIMARIA – SECONDARIA DI 1° GRADO

Si tratta di brevi sequenze di esercizi (5-10 minuti) di allungamento e mobilità, da svolgere direttamente in aula con materiali di supporto forniti dalla ASL.

Il movimento aumenta l'afflusso di ossigeno al cervello, migliorando i livelli di attenzione per l'ora successiva e fornisce un canale per scaricare l'irrequietezza motoria degli alunni attraverso esercizi guidati facilmente.

Il progetto si propone di contrastare la rigidità muscolare causata da posture prolungate e poco corrette.

Le sessioni di stretching potranno essere guidate a turno dai ragazzi, che potranno leggere ad alta voce le didascalie del poster guida; il lavoro di guida permetterà loro di diventare protagonisti del messaggio educativo.

Un corpo attivo sostiene una mente pronta: investire pochi minuti nello stretching significa guadagnare ore di qualità nell'insegnamento e nell'apprendimento, promuovendo la scuola come luogo di salute integrale.

Classi coinvolte: tutte le classi dei plessi di scuola primaria “G.B. Saponaro” di San Cesario di Lecce e “R. Carlino” di San Donato di Lecce.

Orari di svolgimento:

Tutti i giorni

- alle ore 9:10 e alle 13:10 per le classi a tempo normale
- alle ore 9:10 e alle 12:10 per le classi a tempo pieno

Si allega la tabella “*Stretching*” per potenziare gli esercizi anche a casa e durante le pause pomeridiane all’aperto.

La presente comunicazione è notificata alle famiglie degli alunni tramite la Bacheca di classe del R.E. Argo Scuola Next. Si prega di dare riscontro, utilizzando la funzione **PRESA VISIONE**.

I docenti di classe avranno la responsabilità di verificare l’avvenuta presa visione sul Registro Elettronico Argo.

Nel ringraziare per la collaborazione e la disponibilità, si porgono cordiali saluti.



La Dirigente Scolastica
Prof.ssa Maria Stella Colella
(firmato digitalmente)