



Alle studentesse agli studenti  
Alle famiglie  
Al personale docente

**Classi prime**

**Circolare n. 304**

**Oggetto: Seminari di informazione sulla malattia ipocinetica e sulla dieta sportiva**

Si comunica che, nell'ambito delle attività connesse alla promozione del benessere e della salute, il Prof. Antonio Selvaggio rivolgerà agli studenti delle classi prime una serie di incontri a carattere informativo/formativo sulla malattia ipocinetica, patologia provocata dalla riduzione o assenza di attività fisica, caratterizzata da ipotrofia ed ipotono dei muscoli scheletrici, da alterazioni dell'apparato locomotore, del sistema cardio-respiratorio e del sistema metabolico.

Obiettivo degli incontri, che saranno svolti con modalità di tipo partecipativo, sarà approfondire le conseguenze spesso sottovalutate di tale patologia, fornire informazioni su una corretta alimentazione e dieta sportiva, e infine dare agli studenti suggerimenti sulla compatibilità tra il tempo-studio e l'attività motoria per una corretta ed efficace organizzazione settimanale da parte degli studenti.

### **Modalità di svolgimento**

Gli incontri, della durata di un'ora ciascuno, si svolgeranno in Aula Seminari secondo il calendario indicato di seguito:

<b>CLASSE</b>	<b>GIORNO</b>	<b>ORARIO</b>
1A-1B	Lunedì 21.02.2022	11.00/12.00
1C-1D-	Martedì 22.02.2022	11.00/12.00
1E-1F	Martedì 01.03.2022	11.00/12.00
1H-1I	Lunedì 07.03.2022	11.00/12.00



LICEO CLASSICO INTERNAZIONALE  
STATALE GIOVANNI MELI



1L-1M	Martedì 08.03.2022	11.00/12.00
1N-1O	Lunedì 14.03.2022	11.00/12.00
1P-1IS-1G	Martedì 15.03.2022	11.00/12.00

Si invitano i docenti accompagnatori a rispettare puntualmente l'orario di inizio dell'attività. Prima della ripresa delle attività in classe è previsto un intervallo dalle ore 12.00 alle ore 12.15.

**IL DIRIGENTE SCOLASTICO**

*Prof.ssa Cinzia Citarrella*

*(firma autografa sostituita a mezzo stampa  
ai sensi dell'art.3, c. 2 del D.lgs. n. 39 del 1993)*