

10. BabyGET!® (Baby Dance)

Il metodo

La palla è da sempre uno strumento ludico, la musica è un ottimo strumento per esprimere la fantasia del bambino e l'attività fisica è essenziale per la sua crescita e il suo benessere.

BabyGET! rispetta la fisiologia del bambino, garantisce la sua crescita attraverso il movimento (motorio), l'educazione (didattico), il divertimento e la creatività (ludico).

La struttura della lezione, indipendentemente dalla durata, prevede la seguente suddivisione:

- Riscaldamento;
- Gioco ludico di immaginazione e fantasia utilizzando la musica e la Gymnastik ball, sviluppo di coordinazione, tempo della musica, gestualità, ritmo;
- Alternanza di attività moderata e di attività intensa;
- Defaticamento di fine lezione con esercizi di stretching per bambini (come conoscere il proprio corpo). Due fasce di età : dai 3/4 ai 6 ANNI (Baby) – dai 7 ai 10/11 ANNI (Kids)
- riconosciuto **NASM (National Academy of Sport Medicine)** e **AFAA (Athletics and Fitness Association of America)**

Abbigliamento: è consigliato un abbigliamento comodo, calzini antiscivolo o scarpe da ginnastica con suola pulita da utilizzare in sala.

I corsi si attiveranno con numero minimo di 8 partecipanti

RICHIESTO CERTIFICATO MEDICO

L'Associazione Sportiva e l'insegnante

A.S.D. L'ACCADEMIA nata nel 2005, persegue come scopo sociale la promozione della danza e dell'attività sportiva in genere come indispensabile complemento della formazione sociale dei giovani ed aggregazione delle famiglie, degli anziani e dei disabili. Tale scopo viene raggiunto considerando la danza non solo come mezzo atto a produrre beneficio fisico e salute ma anche come lo strumento di coinvolgimento positivo di pensieri, comportamenti, emozioni e relazioni. Lo staff tecnico è composto da insegnanti di danza ed istruttori di varie discipline sportive regolarmente certificati e qualificati, che nel rispetto delle linee guida indicate dal Consiglio Direttivo seguono modelli organizzativi e didattici in grado di garantire proposte formative omogenee ispirate comunque a criteri di adattabilità alle singole esigenze dei vari contesti e situazioni. Sono previsti corsi collettivi, lezioni separate di perfezionamento e momenti di socializzazione per i soci con il solo scopo di soddisfare "il piacere di stare insieme".

ALICE, insegnante di scuola per l'infanzia, appartiene alla grande famiglia dell'A.S.D. L'ACCADEMIA ed è istruttrice di BabyGET®. Coadiuvata da **MARA MALAGUTI** co-sviluppatore/Docente BabyGET® e fondatrice nel 2005 dell'A.S.D. L'ACCADEMIA (Scuola di danza e benessere).



MARA, essendo istruttrice di danza per bambini e dal 2014, GET Instruction Qualified, ha fortemente voluto fin da subito unire il lavoro efficace e divertente sulle Gymball alla didattica per i bambini. Così ha sviluppato il format BabyGET, di cui è anche formatrice.

Dove/quando

- **Sala Polivalente Centro Tonelli**
- **il giovedì dalle 19.15 alle 20.15**

Contatti

- **Mara 392 503 1922**
- segreteria@laccademia.org