



Istituto Tecnico Economico
Pietro Martini
CAGLIARI

10 Aprile 2024

Circolare numero 384

Progetto “Corso di Difesa Personale” - Secondo percorso

Si comunica a Studenti e Genitori che sarà attivato, a partire dal mese di aprile 2024 un secondo corso di Difesa personale nell'ambito dell'ampliamento dell'offerta formativa, della durata di 30 ore.

Il percorso ha l'obiettivo di migliorare l'autostima, attraverso la valutazione delle possibili situazioni di pericolo, della gestione del blocco emotivo nelle situazioni di stress, insegnando anche le tecniche di autodifesa, liberazione dalle prese e leve difensive.

Gli studenti interessati alla frequenza potranno presentare la propria candidatura entro e non oltre le ore 14:00 del giorno 15 aprile 2024 utilizzando il proprio account @itemartini.org e compilando il modulo google al seguente link:

<https://forms.gle/xJJiGr9V9Jhp8EpdA>

Potranno presentare istanza, con diritto di precedenza, gli studenti in graduatoria nel primo corso ma non entrati per numero massimo raggiunto; mentre non potranno presentare istanza gli studenti rinunciatari e/o che hanno abbandonato corsi avviati nel corrente anno scolastico.

Le lezioni, che inizieranno nella seconda metà di aprile e si concluderanno entro il mese di giugno, si svolgeranno nella sede di Via Cabras secondo il calendario che verrà comunicato in seguito.

Per gli studenti del triennio, la frequenza del corso per il 70% delle ore complessive varrà come PCTO.

Se le richieste dovessero superare le 20 candidature, verranno selezionati i partecipanti sulla base dell'ordine di arrivo delle istanze.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO Domenico Ripa