

PROGETTO di PSICOMOTRICITA'
A. s. 2020-2021

“I bambini prendono coscienza del proprio corpo, utilizzandolo fin dalla nascita come strumento di conoscenza di sé nel mondo. Muoversi è il primo fattore di apprendimento: cercare, scoprire, giocare, saltare, correre a scuola è fonte di benessere e di equilibrio psico-fisico.”

Indicazioni Nazionali 2012

PREMESSA

Questo progetto nasce dall'esigenza di accompagnare i bambini di tre, quattro e cinque anni nel loro cammino progressivo alla scoperta del corpo, offrendo loro la possibilità di sperimentare, scoprire, potenziare ed esprimere le proprie capacità e le proprie emozioni attraverso l'esperienza e il movimento.

Il corpo umano è come uno strumento musicale che noi vorremmo insegnare a suonare al meglio, per riuscire a produrre la più armoniosa delle melodie.

L'attività motoria è una proposta educativa molto interessante per accompagnare il bambino lungo il suo cammino di crescita individuale; essa, infatti, poggia su delle basi semplici e universali: gioco spontaneo, movimento corporeo e piacere del vissuto relazionale.

Innato e universale, il gioco è il mezzo per eccellenza a disposizione del bambino per scoprire se stesso e il mondo. La possibilità di poter giocare e muoversi in libertà, di sentirsi sicuro e accettato, è per il bambino il terreno ideale per esprimere tutto il suo potenziale creativo e raccontarsi agli altri nella sua unicità. Le attività motorie promuovono, inoltre, la cultura del rispetto dell'altro, del rispetto delle regole e sono veicolo di inclusione sociale.

“ L'azione del corpo fa vivere emozioni e sensazioni piacevoli, di rilassamento e di tensione, ma anche la soddisfazione del controllo dei gesti, nel coordinamento con gli altri, consente di sperimentare potenzialità e limiti della propria fisicità, sviluppando nel contempo la consapevolezza dei rischi di movimenti incontrollati.”

Le esperienze motorie sono fondamentali per la costruzione dell'immagine di sé e per l'acquisizione di regole e di modalità sociali. Per tali motivi tutte le proposte verranno sottoposte al bambino sotto forma di gioco poiché esso rappresenta la modalità privilegiata di espressione di sé creando contesti di collaborazione e condivisione con i compagni. E' importante che i bambini, dopo aver sperimentato, abbiano modo di verbalizzare ciò che hanno vissuto, di poterlo rappresentare graficamente... L'integrazione di più linguaggi espressivi, infatti, contribuisce al potenziamento dell'immagine di sé e dell'elaborazione dello schema corporeo.

FINALITÀ

- Promuovere la presa di coscienza del valore del proprio corpo: IDENTITÀ
- Contribuire alla maturazione complessiva del bambino: AUTOSTIMA E AUTONOMIA.

ATTIVITÀ

L'attività motoria verrà strutturata in tre momenti ben distinti:

- Avviamento e riscaldamento motorio il quale permette ai bambini di entrare nelle condizioni fisiche adatte per affrontare le attività successive e conferisce al momento dell'attività motoria una ritualità che i bambini apprezzano
- Fase centrale in questa parte della lezione le attività raggiungono il massimo di specificità e difficoltà, ovviamente rapportate alla capacità del gruppo
- Rilassamento e verbalizzazione del lavoro è la fase conclusiva dell'attività in cui i bambini ritornano alla calma fisiologica e psicologica. Si propongono attività rilassanti e si creano le condizioni per un confronto sul lavoro svolto. Si dà l'opportunità di riflettere e rielaborare le esperienze vissute.

VERIFICA

Attraverso un'attenta osservazione è possibile verificare il raggiungimento di obiettivi educativi didattici motori.

TRAGUARDI DI SVILUPPO DELLE COMPETENZE

- Il bambino vive pienamente la propria corporeità, ne percepisce il potenziale comunicativo ed espressivo, matura condotte che gli consentono una buona autonomia nella gestione della giornata a scuola;

- Riconosce i segnali e i ritmi del proprio corpo, le differenze sessuali e di sviluppo e adotta pratiche corrette di cura di sé;
- Riconosce il proprio corpo, le sue diverse parti e rappresenta il corpo fermo e in movimento;
- Prova piacere nel movimento e sperimenta differenti schemi posturali e motori;
- Controlla l'esecuzione del gesto, valuta il rischio, interagisce con gli altri nei giochi di movimento, nella musica, nella danza, nella comunicazione espressiva.

OBIETTIVI BAMBINI TRE ANNI

- Provare piacere nel movimento
- Acquisire autonomia fisica
- Prendere coscienza del proprio corpo
- Prendersi cura del proprio corpo attraverso l'igiene personale
- Riconoscere e nominare su sé stesso e sugli altri le principali parti del corpo
- Interiorizzare alcuni concetti topologici (alto-basso, aperto-chiuso, sopra-sotto, dentro-fuori, lungo-corto)
- Coordinare i propri movimenti (camminare, correre, strisciare, saltare, rotolare...)
- Ascoltare, comprendere ed eseguire consegne
- Eseguire semplici percorsi
- Esplorare spazi e materiali
- Rispettare semplici regole di convivenza

OBIETTIVI BAMBINI QUATTRO ANNI

- Acquisire lo schema corporeo e la conoscenza di sé
- Denominare correttamente le parti del corpo
- Denominare e rappresentare lo schema corporeo
- Possedere autocontrollo motorio
- Esplorare materiali diversi e sperimentarne l'uso
- Esplorare e vivere lo spazio
- Eseguire semplici percorsi
- Associare il ritmo al movimento
- Conoscere e comprendere relazioni topologiche

OBIETTIVI BAMBINI CINQUE ANNI

- Sviluppare la fiducia in sé
- Percepire il corpo in rapporto allo spazio
- Interagire con la realtà circostante
- Eseguire percorsi elaborati
- Progettare, collaborare e lavorare insieme agli altri
- Affinare una motricità fine e la coordinazione oculo-manuale
- Scoprire la musica come mezzo di espressione e comunicazione
- Rivelare una buona lateralizzazione
- Verbalizzare correttamente ciò che si è vissuto nell'esperienza
- Riconoscere e costruire relazioni topologiche
- Consentire al bambino in età prescolare di acquisire un vissuto corporeo adeguato
- Educare in modo positivo alle attività di gruppo e alla socializzazione

ATTIVITA'

- Giochi con la musica sul ritmo (piano-forte, lento-veloce, rumore-silenzio)
- Danze con oggetti, tessuti, corde, palloni, cerchi, ...
- Gioco degli animali (giochi simbolici e di drammatizzazione)
- Giochi spaziali (dentro-fuori, aperto-chiuso, grande-piccolo, vicino-lontano, lungo-corto, alto-basso, avanti-dietro, sotto-sopra, destra-sinistra)
- Giochi di schemi motori di base (camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, lanciare, stringere, sollevare, ...)
- Giochi di movimento con canti e filastrocche sullo schema corporeo
- Giochi di osservazione, contatto e di socializzazione
- Giochi di respirazione e di rilassamento
- Giochi per imparare le regole comuni
- Giochi di equilibrio, squadra e percorsi

MATERIALE UTILIZZATO

- Palla
- Corde
- Cerchi
- Teli
- Birilli
- Bastoni
- Palloncini aerei
- Mattoncini
- Giornali
- Tappetini
- Stoffe
- Stereo
- Cd

TEMPI

Per tutti i bambini: da novembre 2020 a maggio 2021

SPAZI

- Saloni
- Giardino