

## Progetto Psicomotricità: “Scopriamo il nostro corpo”

### Destinatari

Il progetto è previsto per tutti i bambini presenti nella scuola divisi in gruppi omogenei per età.

**Spazi** - Per le attività previste saranno utilizzati gli spazi dall'aula di psicomotricità e lo spazio più ampio del salone.

**Tempi** - Il periodo di attuazione del progetto va da **Gennaio a Maggio**.

Per la realizzazione del progetto ci si avvarrà anche della collaborazione di un esperto esterno.

**Materiali** - Materassini, piastrelle di schiuma morbida, cuscini, mini percorsi, costruzioni morbide, stoffe, cerchi, palle, spalliera, asse di equilibrio, ostacoli, impianto stereo, specchi.

### Motivazioni

L'esercizio fisico ha un'importanza fondamentale per lo sviluppo armonico del corpo, della mente e dell'emotività del bambino.

**Sviluppo del corpo:** con l'esercizio fisico, i muscoli e le ossa si rinforzano, si stimola la respirazione e la circolazione.

**Sviluppo mentale:** il bambino esplora il mondo che lo circonda, attraverso un'esperienza concreta egli apprende.

Per mezzo di quest'esperienza egli sviluppa la coscienza di se stesso e del mondo esterno, che per il bambino si divide in mondo degli oggetti e mondo degli altri, ed è proprio con il corpo che egli entra in rapporto con il mondo.

### Obiettivi previsti:

- Prendere coscienza della globalità del proprio corpo, e delle sue possibilità motorie, comunicative ed espressive;
- percepire il sé nel movimento attraverso giochi liberi ed organizzati;
- percezione e rappresentazione dello schema corporeo;
- riconoscere le prime geometrie corporee (simmetrie, altezze...);
- risolvere problemi d'orientamento spaziale;
- rappresentare e descrivere rapporti spaziali;
- controllare e sviluppare gli schemi di postura e di movimento;
- imitare posizioni globali del corpo;
- padroneggiare il proprio comportamento motorio;
- esprimersi attraverso il linguaggio corporeo;

- acquisire nuove modalità di gioco;
- sviluppare la capacità di inventare giochi;
- incrementare le capacità di comunicazione non verbale;
- esprimere liberamente stati d'animo ed emozioni.

#### **Esempi di percorsi metodologici:**

- Esperienze motorie e corporee nell'ambiente scuola, correttamente vissute,
- sperimentazione di ogni forma di gioco a contenuto motorio (gioco simbolico, imitativo, tradizionale...),
- gestione autonoma del proprio corpo e di se stessi (vestirsi, svestirsi, lavarsi...),
- giochi liberi e con regole guidati dall'insegnante e condotti dai bambini,
- gioco-dramma per l'espressione creativa e per la ricerca di forme comportamentali corrette,
- impiego costante e articolato di piccoli attrezzi (cerchi, palle...),
- utilizzazione libera e guidata di attrezzature piccole e grandi (scivolo, spalliera, asse di equilibrio...),
- percorsi motori,
- esperienze motorie inconsuete (correre con i piedi legati o con le gambe nei sacchi, gattonare, strisciare, ruotare, arrampicarsi...),
- fare movimenti ritmici (girotondi, giochi mimici, pantomimici...),
- saltellare, saltare, saltare una corda in movimento, saltellare a ritmo,
- coordinare i movimenti con i compagni nei giochi di piccolo e grande gruppo (staffette, corse, giochi, gare...),
- attività per la motricità fine della mano (strappare, tagliare, disegnare...),
- attività motorie per la conoscenza della lateralità (destra-sinistra)
- giochi per la percezione delle relazioni spaziali (sotto il tavolo, sopra la sedia, dietro la porta, davanti ai cuscini, dentro la casetta, fuori dall'aula...).

#### **Verifiche:**

L'osservazione sistematica e occasionale nel corso delle varie esperienze motorie, ci permetterà di individuare le dimensioni di sviluppo dei bambini in relazione alla motricità e alla percezione del proprio corpo.