

## PROGRAMMA di ATTIVITA' MOTORIA

SCUOLA DELL'INFANZIA Paritaria San Faustino AS 2021/22

### Premessa

*“E' uno degli errori dei tempi moderni il considerare il movimento a sé, come distinto dalle funzioni più elevate (...). Lo sviluppo mentale e quello spirituale possono e debbono essere aiutati dal movimento(...). Osservazioni fatte su bambini di tutto il mondo provano che il bimbo sviluppa la propria intelligenza attraverso il movimento; il movimento aiuta lo sviluppo psichico e questo sviluppo si esprime a sua volta con ulteriore movimento e azione.”*

*Maria Montessori: La mente del bambino*

*“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, correr a scuola è fonte di benessere e di equilibrio psico-fisico (...).*

*I bambini “portano” a scuola il corpo, ci giocano e lo rappresentano, comunicano, si esprimono con la mimica, si travestono, si mettono alla prova, anche in questi modi percepiscono la completezza del proprio sé, consolidando autonomia e sicurezza emotiva (...)*

*(...) le esperienze motorie consentono di integrare i diversi linguaggi, di alternare la parola e i gesti, di accompagnare la fruizione musicale, di accompagnare narrazioni, di favorire la costruzione dell'immagine di sé e l'elaborazione dello schema corporeo (...).”*

*Indicazioni Nazionali*

*Il corpo e il movimento*

*“I giochi dei bambini  
non sono giochi,  
e bisogna considerarli  
come le loro azioni più serie.”*

*M. de Montaigne*

Alla luce di queste riflessioni, ho deciso di impostare il percorso educativo didattico sull'importanza fondamentale del corpo e del movimento, con la convinzione che non c'è un apprendimento senza un vissuto.

La proposta educativa non vuole essere fine a sé stessa ma un progetto che si interseca nel quotidiano poiché, ogni esperienza possa agevolare nel bambino la presa di coscienza delle proprie capacità e possibilità.

## **PREMESSA:**

A partire dalla nascita, il CORPO, come nucleo primario dell'organizzazione del sé, è il mezzo privilegiato di esperienze e di conoscenza di sé stessi e della realtà, oltre che di espressione e comunicazione con l'altro. Su questo principio, la pratica psicomotoria è un itinerario di maturazione proposto ai bambini al fine di favorire lo sviluppo affettivo e cognitivo, attraverso:

- l'investimento nel piacere di muoversi, di fare esperienze con il proprio corpo, di vivere bene nella propria pelle;
- il passaggio dal piacere dato da movimento e azione, al piacere di pensare;
- l'organizzazione del pensiero a partire dalla strutturazione della propria identità corporea;
- la costruzione di un rapporto equilibrato tra realtà e immaginario;
- l'esperienza di un riconoscimento e di un vissuto positivo di sé e delle proprie possibilità di evoluzione e di crescita.

Tramite l'attività psicomotoria il bambino sperimenta il piacere di giocare con il corpo e scoprire lo spazio, di costruire e distruggere, di fare finta di, di giocare con le proprie immagini, fantasie e paure; il piacere di conoscersi, di diventare grande, di creare, di rappresentare (ovvero il processo che va dall'azione al pensiero) oppure semplicemente di stare tranquillo; il piacere di stare insieme, riconoscersi, condividere e collaborare, e soprattutto la possibilità di vincere le paure e di sentirsi forte e protetto.

Il tutto avviene tramite il rapporto con una figura che è attenta ai giochi dei bambini e ne comprende il senso, che gioca con loro, li contiene e li accompagna in questo percorso di crescita: per diventare grande il bambino ha bisogno di adulti di riferimento che siano contenti che lui cresca e impari, che lo guardino, lo rassicurino, giochino, ridano e parlino con lui.

## **FINALITA':**

In un percorso educativo, la lezione di attività motoria, è da considerare come un mezzo di aiuto e facilitazione alla maturazione psicologica dei bambini nel periodo che va da zero a sei-sette anni.

Le attività proposte si configurano come un itinerario che, partendo dalla pulsionalità motoria tipica della prima infanzia, espressione di emozioni e di affetti non elaborati, porta ad una motricità controllata, adattata e sfumata che prevede come elemento centrale l'autoregolazione. Il possesso del controllo motorio permetterà in seguito al bambino una più agevole apertura alla comunicazione ed incentiverà in lui la produzione del pensiero.

In particolare le attività si pongono come centrali i seguenti obiettivi:

### • SVILUPPO MOTORIO E PERCETTIVO:

- presa di coscienza della globalità del proprio corpo e delle sue infinite possibilità motorie, comunicative ed espressive;
- capacità di padroneggiare il proprio comportamento motorio;
- sviluppo e controllo degli schemi di postura e di movimento;
- percezione di Sé nel movimento, attraverso giochi sia liberi che organizzati;
- percezione e rappresentazione del proprio schema corporeo;

### • SVILUPPO RELAZIONALE:

- apprendimento del rispetto degli altri e delle regole all'interno di un contesto di gioco libero;
- acquisizione di nuove modalità di gioco;
- sviluppo della capacità di inventare giochi;

### • SVILUPPO COMUNICATIVO:

- capacità di esprimersi attraverso il linguaggio corporeo;
- incremento delle capacità di comunicazione non verbale;
- possibilità di esprimere liberamente stati d'animo ed emozioni.

## **METODOLOGIA:**

La metodologia prevista è quella del gioco come fattore determinante per la crescita psicologica del bambino: le più recenti correnti di pensiero ritengono che il bambino possa essere protagonista della sua crescita solo attraverso esperienze che gli permettono di "dirsi" nel rapporto con sé stesso, gli altri, gli oggetti e l'ambiente. All'interno della lezione di attività motoria, il tempo e lo spazio sono luoghi privilegiati nei quali i piccoli sono liberi di esprimersi, di comunicare e di operare, secondo il loro modo di essere, con il mondo circostante.

La lezione si svolge nella palestra dei bambini, i quali saranno divisi in gruppi di 12/14, ha la durata di 30 minuti ed è strutturata in tre fasi:

**ACCOGLIENZA:** vengono ascoltati i bambini allo scopo di rassicurarli, sono ripetute le regole dell'attività, viene presentata la sala ed è proposto uno stimolo per avviare l'attività psicomotoria;

**ATTIVITA' PSICOMOTORIA:** i bambini iniziano la loro esperienza motoria, fatta di percorsi fantastici e giochi simbolici; attraverso l'uso di cuscini e teli colorati, cerchi, cinesini, palline, coni e tanto altro sperimentano a 360° il mondo motorio, socializzando coi pari e vincendo le proprie paure. Il tutto accompagnato dall'educatore, che li accoglie, rassicura e stimola in questa avventura;

**RIELABORAZIONE FINALE:** momento dedicato alla chiusura dell'attività. Attraverso alcuni giochi di rilassamento conclusivi, i bambini vengono accompagnati nel delicato momento dell'uscita dalla dimensione del gioco e del ritorno alla routine quotidiana.

I tempi e le attività vengono modificati dall'educatore a seconda delle situazioni che si creano nel contesto della seduta. Esempi di alcune di queste variabili sono l'età cronologica e l'età di maturazione dei bambini, le relazioni che i piccoli instaurano tra loro, i giochi che vengono avviati all'interno dell'attività.

## **OBIETTIVI SPECIFICI:**

Attraverso l'attività psicomotoria settimanale si tende all'acquisizione di abilità successive nelle quattro aree fondamentali dello sviluppo psicomotorio:

### **1) Area motoria:**

- promuovere e rafforzare una postura corretta;
- migliorare la conoscenza del proprio corpo;
- educare la respirazione;
- fortificare gli schemi motori di base (rotolare/strisciare/arrampicarsi, camminare/correre, saltare, lanciare...)
- accrescere e rafforzare le capacità coordinative
- generali:
  - apprendimento motorio
  - controllo motorio
  - adattamento dei movimenti.
- specifiche:
  - capacità di combinazione dei movimenti
  - equilibrio statico ed equilibrio dinamico

- capacità di reazione e di orientamento del proprio corpo in riferimento a oggetti, persone e cose, fermi o in movimento.

- sviluppo della fantasia motoria.

## **2) Area cognitiva:**

- implementare le capacità immaginative;

- sviluppare le capacità d'osservazione e di comprensione;

- consolidare lo sviluppo delle capacità mnemoniche, rappresentative ed anticipatorie;

- potenziare la capacità di trovare soluzioni nuove e originali ai problemi

- apprendere e consolidare i concetti di differenziazione spaziale e il riconoscimento delle relazioni tra davanti-dietro, sopra-sotto, dentro-fuori, destra-sinistra, largo-stretto, alto-basso, aperto-chiuso, vicino-lontano...

- apprendere e consolidare la differenziazione temporale e il riconoscimento delle relazioni tra veloce-lento, prima - dopo, contemporaneamente - successivamente, e di regolare la propria attività motoria seguendo ritmi liberi o prestabili.

## **3) Area relazionale - sociale:**

- rafforzare il senso d'appartenenza;

- ottimizzare lo spirito di gruppo;

- promuovere la solidarietà, la cooperazione, la collaborazione;

- perfezionare la comunicazione;

- incentivare il rispetto delle regole e degli altri.

## **4) Area emotiva:**

- acquisire fiducia in sé e fiducia negli altri;

- conoscere e ampliare la propria autonomia, libertà, responsabilità;

- incentivare le motivazioni;

- accrescere la conoscenza dei propri stati emotivi.

Da questo schema possiamo vedere come il progetto, oltre che a rafforzare le abilità motorie, sia finalizzato a promuovere la crescita psico-motoria, attraverso un'azione pedagogica e psicologica che utilizza i mezzi dell'educazione fisico-motoria, allo scopo di migliorare il comportamento e l'adattamento del bambino. L'insegnante, infatti, oltre a curare l'aspetto prettamente motorio, lavora anche su quello psichico, favorendo una migliore integrazione sociale e scolastica.

Nell'anno scolastico 2021/22 la palestra, i percorsi e le attività saranno strutturate seguendo il TEMA dell'anno scolastico.

Modena, 01/09/2021

Prof. Giacomo Venuta

Prof. Giacomo Venuta



Telefono: 3384461008 - E-mail: giacomovenuta@gmail.com