

Scuola dell'Infanzia Paritaria e M. Nido

"Madre del Divino Amore"

A.S. 2023/2024

LABORATORIO DI PSICOMOTRICITÀ



Premessa

La Psicomotricità è un'attività che mira a favorire lo sviluppo, la maturazione e l'espressione delle potenzialità del bambino a livello motorio, affettivo, relazionale e cognitivo, concepite non come ambiti separati ma viste nell'ottica della globalità. Attraverso il gioco e il movimento si favorisce una crescita armoniosa, accompagnando, inoltre, l'importante processo di strutturazione dell'identità.

La pratica psicomotoria intende stimolare le funzioni fondamentali per una crescita sana ed equilibrata: la socializzazione, la creatività, l'espressione individuale, l'autostima e la fiducia in sé.

Metodologia e strumenti

L'intervento psicomotorio, rivolto ai bambini di età prescolare (3-5 anni), utilizza come mezzo privilegiato l'esperienza ludica: il progetto educativo si propone, infatti, di sviluppare e affinare nel bambino importanti abilità quali: l'equilibrio, l'attenzione, la concentrazione e le abilità fisiche, utilizzando il movimento, il gioco e la libera espressione di sé. L'attività psicomotoria si baserà quindi sul gioco guidato e seguito dall'insegnante: gioco simbolico (facciamo finta che..), giochi di percezione, giochi nello spazio, giochi di equilibrio, giochi di squadra e percorsi psicomotori.

Quasi sempre l'attività ludica verrà accompagnata dalla musica.

Per la pratica psicomotoria verranno utilizzati: cerchi, palle, bastoni, corde, birilli, asse di equilibrio, mattoncini e materiali naturali per le attività senso-motorie.

Obiettivi

1. Acquisizione dello schema corporeo: conoscere e percepire il proprio corpo prima in maniera globale, nella sua interezza e poi nelle singole parti. Una buona percezione del proprio corpo migliora la fiducia in sé stessi e la sicurezza nei movimenti e permetterà al bambino di eseguire con più disinvoltura gli schemi motori proposti.

2. Acquisizione degli schemi motori di base: favorire l'acquisizione di schemi motori statici, ossia le diverse posizioni: in piedi, seduto, sdraiato, ecc e di schemi motori dinamici: camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, ecc.
3. Laterizzazione (5 anni): favorire la graduale acquisizione dei concetti di destra e sinistra. Rendere il bambino consapevole del fatto che il proprio corpo è costituito da due parti simmetriche ed indipendenti e che è portato ad usare in modo dominante un lato del corpo: destro o sinistro.
4. Orientamento spaziale: Favorire l'acquisizione dei concetti relativi allo spazio: dentro-fuori, sotto-sopra, avanti-indietro, vicino-lontano, corto-lungo, grande-piccolo, ecc. Il gioco motorio permette al bambino di scoprire lo spazio circostante rispetto al proprio corpo e di rafforzare la sicurezza e la padronanza dei movimenti in maniera spontanea e piacevole. Gli esercizi aiuteranno il bambino a misurare uno spazio, a confrontare gli oggetti tra loro, a percepire la propria posizione, a dosare l'energia di un'azione in rapporto allo spazio circostante.
5. Orientamento temporale: favorire l'acquisizione di concetti relativi al tempo e alle strutture ritmiche: prima-dopo, lento-veloce, accelerare-rallentare, ecc. L'orientamento temporale è la capacità di svolgere un'attività, un compito, rispettando una specifica sequenza, una successione che ha come riferimenti impliciti prima-adesso-dopo. Questa esperienza temporale il bambino la sviluppa in associazione con l'orientamento spaziale attraverso attività del tipo: "adesso sei nel cerchio rosso, prima devi saltare nel cerchio giallo, dopo in quello verde".
6. Acquisizione del controllo motorio: far acquisire al bambino la padronanza del proprio comportamento motorio. In particolare

attraverso giochi di equilibrio, statico e dinamico, il bambino sperimenterà posizioni a lui inconsuete che gli permetteranno di imparare a regolare la tonicità muscolare, a dosare le energie nella motricità fine, migliorando la sicurezza, i riflessi e la coordinazione generale.

7. **Collaborazione e lavoro di gruppo:** far acquisire la capacità di lavorare in gruppo attraverso attività motorie collettive e giochi di squadra. Favorire il rispetto delle regole e dei tempi del gioco e offrire uno spazio di espressione e comunicazione che possa migliorare la capacità di socializzazione e cooperazione.

Resta inteso che il grado di difficoltà dei giochi e degli esercizi proposti e, di conseguenza, il raggiungimento degli obiettivi prefissati, procedono di pari passo all'età dei bambini adattandosi alle loro capacità ed esigenze. Proprio per questo motivo, durante le lezioni di psicomotricità, i bambini verranno suddivisi per età.

Spazi e tempi

Il programma di attività psicomotoria si svolgerà da Gennaio 2021 a Giugno 2021, una volta a settimana per circa 20 minuti a gruppo. Si cercherà di prediligere come spazio adibito a tale attività il giardino esterno, qualora il tempo lo permetta, oppure il salone principale della scuola.

