

PROGETTO DI

PSICOMOTRICITA'

FUNZIONALE

# GINNASTICANDO

AVVIAMENTO AL GIOCO SPORT

PER LA SCUOLA

*ASSOCIAZIONE DILETTANTISTICA FASHION DANCE*

*VIA VIGNAROLA 8 03028 SAN GIOVANNI INCARICO  
FROSINONE*

*TEL 3478877963 [antoniofraccoladance@libero.it](mailto:antoniofraccoladance@libero.it)*

## **PREMESSA:**

SONO PIU DI 10 ANNI CHE LAVORIAMO AL FIANCO DEI  
BAMBINI...

IN PISCINA, PALESTRA, ASSOCIAZIONI SPORTIVE, SCUOLE  
DI DANZA E BALLO,

ABBIAMO DECISO DI PORTARE QUESTO PROGETTO NELLE  
SCUOLE AFFINCHE'

TUTTI I BAMBINI POSSONO AVVICINARSI SEMPRE DI PIU AL  
MONDO DELLO SPORT

CON UNA METOTLOGIA BEN DIVERSA, QUELL DEL GIOCO  
DEL DIVERTIMENTO E DELLA MUSICA,

ATTRAVERSO LO STARE INSIEME E INTERAGIRE CON  
COMPAGNI DI ETA' E DI CLASSE DI APPARTENENZA.

DESTINATARI:

ALUNNI DI TUTTE LE SEZIONI DELLE SCUOLE DELL'INFANZIA  
STATALI.

## **OBBIETTIVI GENERALI:**

- Favorire le capacità di ascolto del proprio corpo in relazione a alla musica;
- Imparare piccole corografie per allenare lo sviluppo della memoria oltre che la parte psicomotoria;
- Favorire la consapevolezza della propria corporietà la coordinazione motoria lo sviluppo dell'equilibrio psico-fisico;
- Sviluppare un corretto approccio alla competizione
- Soddisfare le esigenze di gioco e di movimento in un clima collaborativo e cooperativo.

## **METODOLOGIA**

### **STRUTTURA DELLA LEZIONE:**

- Momento di riscaldamento corpo esercizi guidati all'introduzione della lezione;
- Momento dedicato all'attività di gioco accompagnato dalla musica;
- Momento dedicato a staffette, percorsi, giochi polivalenti semi-strutturati, giochi pre-sportivi facilitati e giochi a tema;
- Momento dedicato all'espressione del corpo e del movimento (coreografie semplici) con proiezioni ad un piccolo saggio per dimostrare l'apprendimento e l'evoluzione di tutto l'anno scolastico.

## ***Motivazione***

Guido Petter afferma che: "L'educazione motoria ha un'importanza assai maggiore di quanto comunemente si creda. Tale importanza deriva dagli stretti rapporti che esistono, o possono essere stabiliti e rinforzati, fra attività motoria e attività mentale, fra sviluppo psicomotorio e lo sviluppo di altri aspetti della personalità".

Gli apprendimenti, "le operazioni mentali", si formano, infatti, attraverso un processo di interiorizzazione delle attività svolte a livello motorio e delle azioni svolte con il corpo (movimenti, manipolazione, ecc.)

Dall'interazione fra corpo e psiche nasce la capacità dell'essere umano di entrare in contatto con il mondo e di creare un rapporto costruttivo con esso.

Il bambino struttura il proprio io in un continuo rapporto fra il sé, gli altri, lo spazio e gli oggetti, imparando ad "aggiustare" i propri movimenti nello spazio e affinando sensazioni e percezioni.

### **TRAGUARDI DI SVILUPPO**

Il bambino

- Rafforza l'autostima ed il senso di fiducia negli adulti e nei compagni
- Rafforza lo spirito di gruppo e le esperienze di socializzazione
- Prende coscienza del proprio corpo
- Sviluppa il controllo motorio

### **COMPETENZE**

Il bambino è capace di

- localizzare e collocare se stesso, oggetti e persone nello spazio
- prendere consapevolezza che gli oggetti, i diversi elementi dell'ambiente, se stessi e il proprio corpo sono correlati gli uni rispetto agli altri secondo rapporti topologici. dentro-fuori, sotto-sopra, avanti-indietro, vicino-lontano, ecc.
- discriminare le proprietà percettive degli oggetti
- sviluppare le posture e gli schemi motori statici
- sviluppare gli schemi motori dinamici (camminare, correre, saltare, ecc)
- muoversi spontaneamente e/o in modo guidato da soli e in gruppo

- inventare andature e posture
- eseguire percorsi
- riprodurre movimenti e posture in uno spazio attrezzato
- discriminare suoni e voci
- ricostruire semplici sequenze temporali

## **SPAZI**

Atrio e spazio gioco motorio

Si delimita lo spazio di gioco e pian piano si abituano i bambini a non oltrepassare le linee di confine

Si fissa un punto di raccolta per le consegne e le spiegazioni e per il momento finale del dopo gioco

## **TEMPI**

Il percorso didattico, rivolto ai bambini delle fasce di età dai 3 ai 5 anni, si snoda durante tutto l'anno scolastico nei momenti di contemporaneità secondo il calendario settimanale

## **INDICAZIONI METEODOLOGICHE**

L'atteggiamento dell'insegnante sarà partecipativo, ella guiderà i bambini alla scoperta delle regole per giocare insieme (ascoltare, non farsi male, non distruggere nulla di ciò che fanno gli altri, riordinare); eviterà di imporre direttamente le attività da svolgere, stimolando i bambini alla ricerca delle soluzioni per tentativi ed errori.

Il bambino sarà sollecitato a fare e a riflettere sulle sue azioni. Fra i 3 e 6 anni, infatti l'apprendimento passa attraverso l'esperienza: si impara facendo ed è proprio mediante le diverse azioni che si sviluppano e si potenziano molte capacità (attenzione, concentrazione, osservazione, confronto, riflessione e sintesi) che sono alla base della crescita personale e culturale di ciascuno.

Carattere essenziale di tutte le proposte di gioco è la cooperazione: in nessun caso i bambini sono posti nella condizione di vincere o perdere o di essere elusi dal gioco.

Al termine dei giochi o al termine di tutta l'attività del giorno i bambini saranno sollecitati a raccontare le esperienze vissute, ad esprimere le loro emozioni, ad avanzare proposte ecc.

### **LIVELLI DI INTERVENTO**

- scoperta di un nuovo ambiente
- schemi motori di base: correre, rotolare, strisciare, saltare...
- discriminazione visiva: riconoscimento di forme, oggetti strumenti...
- discriminazione uditiva: riconoscimento di suoni, voci, ritmi...
- organizzazione spazio temporale: concetti di dentro, fuori, lontano, vicino, sopra, sotto...
- le diverse andature
- equilibrio statico, dinamico
- percezione del proprio corpo e di quello altrui
- esperienze tattili
- coordinamento oculo-manuale e oculo-podalico

## **PROPOSTE OPERATIVE**

### **Giochi nello spazio**

- camminare liberamente nell'aula senza toccare niente
- spostarsi in tante maniere diverse senza toccare niente
- spostandosi ognuno cerca un posto che gli piace e si siede
- guardare dappertutto
- stella stellina
- le belle statue
- patata bollente (in cerchio passarsi una pallina e dire il proprio nome e quello del compagno)
- camminare liberamente nel salone senza toccare niente
- camminare nello spazio delimitato
- gli itinerari colorati (disegnare con un gessetto o con nastro adesivo colorato percorsi differenti per andare in bagno, nel refettorio, in sala giochi)  
camminare sulle linee
- spostarsi saltellando, correndo, strisciando (lentamente, velocemente, come più piace)
- attenti alla paletta (cambia colore cambia andatura)
- muoversi come i cagnolini, canguri, le ranocchie
- camminare sulle punte, sui talloni, ecc.
- muoversi fra cerchi (lentamente, velocemente, come più piace)
- muoversi fra le clavette
- percorsi colorati
- la corsa dei lombrichi
- il tunnel delle talpe
- la corsa del serpentone
- la ricerca delle cose colorate

### **SCOPRIAMO IL CORPO**

- Giochi cantati (la zia grassa, un piccolo corpo, ecc.)
- Filastrocche tradizionali per toccare e memorizzare le parti del corpo
- Pecorina bela
- I soldatini del re

- Giochi allo specchio
- Gioco allo specchio
- I rumori con le parti del corpo
- La corsa dei palloncini

## **GIOCHI DI COORDINAMENTO**

- Giochi con palline e palle di differente dimensione e differenti materiali
- Giochi con i birilli
- Giochi con i cerchi
- Tiro al bersaglio

## **VERIFICA**

Una prima verifica immediata attraverso l'osservazione dei comportamenti, delle impressioni verbali manifestate dai bambini all'interno del gruppo e del livello di partecipazione. ulteriore verifica è data dagli esiti delle esperienze e dalla documentazione prodotta.

## **TEMPI E COSTI DEL PROGETTO:**

ALLA FINE DEL PROGETTO SI TERRA'

UN SAGGIO/FESTA/ESIBIZIONE/RECITA/

PER METTERE IN PRATICA TUTTO IL LAVORO SVOLTO DURANTE L'ANNO

DURANTE LA MANIFESTAZIONE FINALE E' GRADITA

LA PRESENZA DI TUTTI I GENITORI E DI TUTTE LE FAMIGLIE DEI BAMBINI.

LE SEDUTE SARANNO SVOLTE UNA VOLTA A SETTIMANA CON LA DURATA DI 60  
MINUTI L'UNA

IL COSTO DEL PROGETTO è PARI A 5 EURO MENSILE PER ALUNNO

IL PROGETTO INIZIERÀ AD OTTOBRE E TERMINERÀ A MAGGIO.

RESTIAMO A DISPOSIZIONE PER ULTERIORI CHIARIMENTI, L'OCCASIONE CI È  
GRADITA PER POGGERE I PIÙ CORDIALI SALUTI.

**DATA**

**FIRMA**

**INSEGNANTI E ISTRUTTORI CERTIFICATI DI QUESTO PROGETTO: operatori e professionisti, con esperienza decennale di insegnamento ai bambini e adulti nell'ambito del ballo e del fitness.**

**ANTONIO FRACCOLA**

LEGALE RAPPRESENTANTE DELL'ASD FASHION DANCE

**MARA PERSECHINI (TRAINER)**

INSEGNANTI E ISTRUTTORI CERTIFICATI DI:

**coreografie per bambini, zumba fitness, zumba kids, balli caraibici, balli latini, balli di gruppo, urban rebounding, real ball fitness, acqua zumba, motoria per bambini, ballo di base, camposcuola, colonie estive, baby dance, animazioni, piloxing, tonificazione, energy program, zumba toning, zumba gold, giudici di gara a livello agonistico coni, competitori internazionali di ballo, preparatori atletici per gare coni e varie attività inerenti ad attività sportive per bambini.**

**RECAPITI TELEFONICI**

**PER MAGGIORI INFO:**

**ANTONIO FRACCOLA 3478877963**

**MARA PERSECHINI 3662972583**