

# Movimento è...

## Ginnasticando

### **Progetto di educazione motoria**

Nel primo ciclo l'educazione motoria promuove la conoscenza di sé e delle proprie potenzialità nella costante relazione con l'ambiente, gli altri, gli oggetti. Contribuisce, inoltre, alla formazione della propria identità corporea, nonché del continuo bisogno di movimento come cura costante della propria persona e del proprio benessere, creando il presupposto di una cultura personale che valorizzi le esperienze motorie e sportive, anche extrascolastiche, come prevenzione di ipocinesia, sovrappeso e cattive abitudini alimentari.

### DESTINATARI

- Alunni Scuola Primaria;
- **Il numero delle classi per le quali verrà attivato l'intervento/progetto, sarà in seguito determinato.**

### STRUTTURA DEL PROGETTO

- Una lezione a settimana della durata di 50 minuti;
- Per la buona riuscita dell'azione didattica del progetto si richiede la partecipazione dei docenti delle classi interessate ad un incontro propedeutico.

### FASI DEL PROGETTO

Le attività terranno conto delle differenti caratteristiche di sviluppo e maturazione dell'alunno, strutturando il percorso in tre fasi:

1. SPERIMENTARE: osservare, toccare, provare, ascoltare, strisciare, rotolare...
2. INTERIORIZZARE: confrontare, ordinare, comporre, ricostruire...
3. ESPRIMERE: attraverso i vari linguaggi, gestuale, ritmico, motorio, narrativo

### STRUMENTI ED OBIETTIVI DEL PROGETTO

Situazioni di lavoro-gioco di difficoltà crescente, atte a far apprendere ai bambini conoscenza delle proprie capacità, a riconoscere i propri ritmi, i propri limiti e di conseguenza essere messi nella condizione di superarli. L'insegnante fornirà stimoli senza condizionare l'esperienza degli alunni, evitando di proporre un modello da imitare ma esortando invece alla creatività, con l'ulteriore obiettivo di sviluppare nell'alunno:

- Consapevolezza di sé attraverso la percezione corporea e la padronanza degli schemi motori e posturali adattandoli alle variabili spaziali e temporali;
- Utilizzo del linguaggio corporeo e motorio per comunicare ed esprimere i propri stati d'animo, attraverso esperienze ritmico-musicali e coreutiche;
- Maturazione delle competenze di giocosport come orientamento alla futura pratica sportiva;
- Gestualità tecniche.

### QUANDO

Periodo di svolgimento da concordare.

### DOVE

Nella palestra scolastica.

### REFERENTI DEL PROGETTO PER IL COMUNE DI CINISELLO BALSAMO – SERVIZIO SPORT:

**Sabatini Maria**

**Proietto Dalila**

Via XXV Aprile, 4 - Cinisello Balsamo

tel 02/66023553 - fax 02/66023579

[maria.sabatini@comune.cinisello-balsamo.mi.it](mailto:maria.sabatini@comune.cinisello-balsamo.mi.it)

[dalila.proietto@comune.cinisello-balsamo.mi.it](mailto:dalila.proietto@comune.cinisello-balsamo.mi.it)

### RESPONSABILE DEL PROGETTO PER L'ASSOCIAZIONE SPORTIVA ASD ARES

**Enza Cataldi**

**Responsabile Tecnico**

Tel. 349 1021602

Mail: [info@aresginnastica.it](mailto:info@aresginnastica.it)