

LABORATORIO DI PSICOMOTRICITA' FUNZIONALE: GIOCARRE CON LA PSICOMOTRICITÀ

OBIETTIVI:

Il laboratorio prevede l'attuazione di un intervento di psicomotricità funzionale con l'obiettivo di potenziare le competenze legate all'espressione corporea con lo scopo di guidare i bambini e le bambine alla consapevolezza del proprio corpo stimolando la motivazione, l'intenzionalità e facilitando in questo modo l'organizzazione delle principali funzioni psicomotorie quali: lo schema corporeo, l'equilibrio, la coordinazione, il ritmo, lo spazio, il tempo e tanto altro.

L'approccio psicomotorio utilizza il corpo ed il movimento al fine di modificare, migliorare o contribuire a sviluppare abilità motorie, relazionali ed emotive. Risulta essere un'ottima metodologia di affiancamento e arricchimento rispetto ai campi d'esperienza già presenti nella scuola materna, favorendo il raggiungimento degli obiettivi di sviluppo previsti in questi ambiti per i bambini dai tre ai sei anni.

Offre la possibilità ai bambini ed alle loro famiglie di acquisire strumenti che favoriscano: la sicurezza in sé stessi, la percezione dell'autoefficacia, la corretta canalizzazione delle emozioni tra cui il controllo dell'aggressività e dell'impulsività. Un percorso per l'acquisizione di tale competenze rappresenta un importante contributo ad un armonico sviluppo psicologico ed emotivo per i bambini.

METODOLOGIA:

La psicomotricità funzionale, disciplina e metodologia nata grazie a J. Le Boulch, è intesa come una pedagogia del movimento, rivolta alla persona, non al sintomo o alla difficoltà specifica, educativa e non terapeutica, che mira allo sviluppo dell'individuo nel rispetto delle più diverse peculiarità con cui essa si testimonia.

Ciascun incontro inizia con delle esperienze di gioco libero per arrivare ad un livello più strutturato che prevede lo svolgimento di percorsi ed esercizi via via più ricchi e complessi; le lezioni si concludono con tecniche di rilassamento ed esercizi di respirazione che favoriscono l'affinamento del gesto e facilitano l'elaborazione dell'immagine corporea.

Alcune esperienze sono:

- Percorsi di diverso tipo e con diverse difficoltà che prevedono passaggi sopra/sotto e dentro/fuori; canestri ecc.
- Giochi nello spazio e aggiustamento al tempo.
- Giochi divisi in squadre per lavorare sulla cooperazione e la competizione.
- Giochi di equilibrio.
- Giochi di velocità.
- Percorsi senso-motorio per stimolare la percezione tattile.
- Esercizi di coordinazione motoria.
- Giochi di memoria e attenzione.

Articolazione del laboratorio:

Titolo	Descrizione	Ore Totali
Giocare con la psicomotricità a scuola	<p>Nella prima fase del modulo si tratterà nello specifico: l'equilibrio e la coordinazione.</p> <p>Esperienze mirate a sviluppare e migliorare sia l'equilibrio dinamico che l'equilibrio statico attraverso esercizi che via via diventano più complessi associati a movimenti degli arti superiori (esercizi di controllo del corpo). Acquisizione della padronanza del meccanismo del gioco, del corpo e dello spazio gestuale attraverso giochi con la palla. Sviluppare la coordinazione dinamica generale guidando i bambini a migliorare gli schemi motori dinamici: strisciare, rotolare, camminare a carponi, camminare in piedi, correre, saltare, lanciare, ecc.</p>	2,00
Giocare con la psicomotricità a scuola	<p>In questa fase si prevederà di lavorare nello specifico su: consapevolezza dello schema corporeo.</p> <p>Esperienze che favoriscono il passaggio da una percezione incosciente a quella cosciente, promuovendo così il controllo dell'aggressività e dell'impulsività.</p>	2,00
Giocare con la psicomotricità a scuola	<p>Nella terza fase del modulo ci si occuperà di: spazio e tempo.</p> <p>Esperienze per acquisire nozioni quali cellula ritmica, pulsazione e andatura (accelerazione e rallentamento, tempi veloci e lenti, ritmi regolari e irregolari). Esperienze atte a stimolare la percezione spazio-temporale nonché l'aggiustamento allo spazio e al tempo.</p>	2,00
Giocare con la psicomotricità a scuola	<p>In questa fase del modulo ci si occuperà nello specifico di: ritmo e controllo motorio.</p> <p>Esperienze di posizioni da assumere con il corpo (in piedi, seduto, disteso ecc.); spostamenti del corpo per prenderne coscienza attraverso il contrasto spostamento-arresto e le variazioni di tempo nello spostamento.</p>	2,00
Giocare con la psicomotricità a scuola	<p>Nell'ultima fase del modulo ci si occuperà prevalentemente di attività atte a favorire le capacità attentive e mnemoniche.</p> <p>Esperienze in gruppo allo scopo di migliorare l'attenzione, la concentrazione e la memoria visuo spaziale, attività di logica e problem solving ed infine esercizi di pregrafismo e prescrittura con il metodo Bon depart.</p>	2,00

MATERIALI:

Palle di diverse dimensioni, coni, materassi, corde, pouf morbidi di diverse forme, cerchi, scale morbide e rigide, nastri ritmici, cartone, piume, luci colorate, stickers, libri interattivi, inchiostri, musica, mattoncini, aste, stoffe colorate, paracadute, pinze, percorsi sensoriali, musica, rialzi colorati, staffette, carte mimo, ecc.

DESTINATARI:

Il progetto è rivolto ai bambini della scuola dell'infanzia European School of Trieste.

TEMPI:

10 incontri di circa 1 ora, una volta a settimana durante l'orario scolastico.

MODALITA' DI VERIFICA:

- Grado di partecipazione attiva dei bambini,
- Osservazione dei risultati ottenuti in itinere durante le attività.
- Colloquio individuale con i genitori che lo richiedono.

CONTATTI:

Margherita Felluga 3332136962

margheritafelluga@hotmail.it

margherita.felluga.748@psypec.it

Margherita Felluga
Psicologa
Via Felice Venezian, 30
34124 Trieste
Cod. fiscale FLLMGI83C40D612S
P.IVA 01220490328
N° iscrizione albo psic. FVG 1524

