



DIAMOCIUNAMOSSA

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA



PROGETTO “Diamoci Una Mossa”

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA - GUIDA PER GLI INSEGNANTI

SCUOLE DELL'INFANZIA

Le attività proposte intendono rispondere al bisogno primario dei bambini di giocare, di muoversi e divertirsi, vivendo un' esperienza-gioco, che possa agevolarli nella presa di coscienza delle proprie possibilità e capacità. Le attività saranno, pertanto, organizzate in forma ludica e variata, introducendo, di volta in volta, elementi di novità nei contenuti, nelle procedure, negli attrezzi da utilizzare, in modo da far vivere ai bambini esperienze coinvolgenti, gratificanti e piacevoli. Vengono definiti obiettivi formativi per fasce d'età, attribuendo conquiste educative diversificate, così come differenziata è la struttura mentale che le elabora. Oltre agli obiettivi motori e formativi, questo progetto si pone l'obiettivo di far conoscere ai bambini i più semplici aspetti dell'alimentazione, come per esempio, l'esistenza di alimenti “buoni o cattivi”, la conoscenza e l'importanza di frutta e verdura o la conoscenza dei gusti. Tutto questo attraverso il gioco simbolico, giochi popolari, cacce al tesoro, ma anche attraverso domande, disegni e colori, affinché crescano in modo sano.

OBIETTIVI A LUNGO TERMINE

3 ANNI

IL CORPO: presa di coscienza del proprio corpo; movimento del corpo nello spazio; sapersi spostare nell'ambiente; conoscenza delle varie parti del corpo.

ESPLORARE L'AMBIENTE E GLI ATTREZZI.

SCHEMI MOTORI DI BASE: acquisire padronanza della motricità globale attraverso l'apprendimento degli schemi motori

principali, quali camminare, correre, saltare, strisciare.

CAPACITÀ COGNITIVE, intese come abilità di appropriazione di concetti, metodi e conoscenze, attraverso la psicomotricità: conoscenza dei principali animali (le loro andature, i loro versi, le loro caratteristiche); conoscenza dei colori; conoscenza delle dimensioni degli oggetti.

MUSICA E MOVIMENTO

GIOCO NEL RISPETTO DEI COMPAGNI Conoscenza dei principali frutti e delle principali verdure, associazione di questi con i colori, il cercafrutta, il cercaverdura, parliamo dei gusti (dolce, salato...), le patatine fritte, fiabe motorie....

4 ANNI

CORPO: movimento del corpo nello spazio; conoscenza delle varie parti del corpo; imparare a spostarsi nell'ambiente in relazione agli altri (giochi di gruppo)

SCHEMA CORPOREO: conoscenza del proprio corpo durante il movimento e in relazione con l'ambiente esterno; passaggio da corpo vissuto in cui il bambino raggiunge un obiettivo pratico, a corpo percepito, coscienza e conoscenza del proprio corpo e interiorizzazione e percezione del tempo e dello spazio.

SCHEMI MOTORI DI BASE: apprendimento degli schemi motori principali, camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare, lanciare, calciare... ; percorsi motori con un maggior livello di difficoltà.

CAPACITÀ COORDINATIVE: sviluppo generale delle capacità coordinative, delle capacità senso-percettive, con particolare attenzione allo sviluppo degli analizzatori corporei (visivo, tattile, uditivo, vestibolare).

MUSICA E MOVIMENTO

CONSOLIDAMENTO della conoscenza di colori, forme geometriche, dimensione degli oggetti e dei termini spaziali.

GIOCO NEL RISPETTO DEI COMPAGNI attrezzature che li circondano. Conoscenza dei principali frutti e delle principali verdure, associazione di questi con i colori, lupo mangia frutta, rubabandiera, il cercafrutta, il cercaverdura, parliamo dei gusti (dolce, salato...), le patatine fritte, fiabe motorie.

5 ANNI

Arricchire il bagaglio motorio del bambino e fargli apprendere nuove e più complesse combinazioni di movimenti, attraverso una varietà ampia di proposte; pre-acrobatica.

CORPO: movimento del corpo nello spazio; conoscenza e padronanza di tutte le parti del corpo; sapersi spostare nell'ambiente in relazione agli altri.

SCHEMI MOTORI DI BASE: padronanza degli schemi motori di base già acquisiti e miglioramento di quelli più complessi, strisciare, rotolare, lanciare, calciare, arrampicarsi; sequenze motorie, movimenti su imitazione o consegna verbale

.CAPACITA' COORDINATIVE: apprendimento delle capacità coordinative, equilibrio statico e dinamico, orientamento spazio-temporale, ritmizzazione motoria, combinazione motoria, primi sviluppi della coordinazione oculo-manuale e oculo-podolica, mobilità articolare.

MUSICA E MOVIMENTO

CONSOLIDAMENTO E PADRONANZA della conoscenza di colori, forme geometriche, dimensione degli oggetti, numeri, termini spaziali (su-giù, avanti-indietro-laterale, e soprattutto destra-sinistra).

GIOCO NEL RISPETTO DEI COMPAGNI: rispettare se stessi, gli altri e le attrezzature che li circondano; proposte di lavoro a coppie, oltre che di gruppo. Strega comanda frutta/verdura, rubabandiera con associazioni di vario tipo, colorare, disegnare, cenni di piramide alimentare e piramide del movimento..

OBIETTIVI A MEDIO TERMINE

3 ANNI

DICEMBRE

Prendere confidenza con il gruppo e appurare il livello motorio di ogni bambino; proporre esperienze mirate a creare un clima di affiatamento, di apertura verso la nuova esperienza e di comprensione verso la nuova attività; fargli capire i concetti dello stare in fila, dell'ascoltare, dell'aspettare il proprio turno, così da guidarli nelle attività affinché si possano raggiungere gli obiettivi prefissati per il loro sviluppo. Gioco del "TRENO" sfruttando lo spazio e gli strumenti a disposizione. Utilizzo di fiabe motorie, canzoncine

da cantare e ballare, cui possiamo abbinare il movimento di tutto il corpo.

MARZO

Apprendimento degli schemi motori principali: camminare, correre, saltare, strisciare, attraverso il gioco delle "Scatoline" che porterà anche alla conoscenza degli animali e delle loro caratteristiche. Fiabe motorie. Conoscenza e apprendimento dei colori, cenni sulle forme geometriche. Tutto ciò con l'aiuto della musica, delle canzoncine e di percorsi motori sempre variati.

MAGGIO

Consolidamento degli schemi motori di base su cui si è già lavorato e apprendimento dei nuovi (saltare a gambe divaricate, lanciare, calciare..), apprendimento dei principali termini spaziali (avanti-indietro, sopra-sotto...), consolidamento della conoscenza dei colori e delle parti del corpo.

4 ANNI

GENNAIO

Dopo aver verificato il livello motorio dei bambini, gli obiettivi sono: consolidare la conoscenza di colori, forme geometriche, dimensione degli oggetti e parti del corpo; padroneggiare schemi motori di base su cui si è già lavorato (saltare a piedi uniti, saltare a gambe divaricate, strisciare..). Uso della musica ("Gioco dei pesciolini") e di percorsi motori più o meno semplici. Giochi popolari.

MARZO

Consolidamento degli schemi motori di base in tutte le varie sfaccettature, andature (camminare/correre sulla punta dei piedi, camminare/correre sui talloni, camminare lateralmente...); eseguire semplici movimenti uno dopo l'altro, sviluppo delle capacità senso-percettive e dell'equilibrio attraverso percorsi motori.

MAGGIO

Conoscenza dei numeri ("Il gioco del fazzoletto", "La rete dei pescatori"); padronanza degli schemi motori di base; sapersi muovere nello spazio in modo adeguato rispetto al compito e nel rispetto delle attrezzature e dei compagni. Percorsi motori che

prevedano correre e saltare ostacoli, cerchi, funicelle, camminare su una linea, lanciare e calciare una palla.

MAGGIO

Conoscenza dei numeri ("Il gioco del fazzoletto", "La rete dei pescatori"); padronanza degli schemi motori di base; sapersi muovere nello spazio in modo adeguato rispetto al compito e nel rispetto delle attrezzature e dei compagni. Percorsi motori che prevedano correre e saltare ostacoli, cerchi, funicelle, camminare su una linea, lanciare e calciare una palla...

5 ANNI

GENNAIO

Dopo aver verificato il livello motorio dei bambini, gli obiettivi sono: sviluppo delle capacità senso-percettive, equilibrio statico e dinamico, capacità di reazione a segnali acustici di diverso tipo ("Gioco del semaforo", "Occhio alla musica"...), conoscenze dei numeri, dei termini spaziali, padronanza degli schemi motori di base e capacità di eseguire movimenti in sequenza.

MARZO

I bambini imparano ad accettare e rispettare le regole e i compagni, anche nell'azione del gioco. Sapersi muovere nello spazio in modo adeguato rispetto al compito, eseguire movimenti in sequenza sempre più difficili, eseguire percorsi motori dopo consegna verbale e percorsi motori sempre più variati e più difficoltosi. Ritmizzazione motoria, combinazione motoria, coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica. Imparare a combinare schemi

MAGGIO

Miglioramento delle capacità coordinative su cui abbiamo finora lavorato attraverso un esercizio che sia il più possibile variato e dinamico, fantasia motoria, confidenza con tutti i materiali e le attrezzature usate.

OBIETTIVI A BREVE TERMINE

Si procederà a un'osservazione sistematica durante le lezioni, cercando di aiutare i bambini nell'affrontare nuove "sfide", nel migliorare movimenti e conoscenze, correggendo, se necessario, ma in modo adeguato, per non allontanare il bambino dall'attività.

SCUOLE ELEMENTARI

Le attività proposte intendono rispondere al bisogno primario dei bambini di giocare, di muoversi e divertirsi, vivendo un'esperienza-gioco, che possa agevolarli nella presa di coscienza delle proprie possibilità e capacità. Le attività saranno, pertanto, organizzate in forma ludica e variata, introducendo, di volta in volta, elementi di novità nei contenuti, nelle procedure, negli attrezzi da utilizzare, in modo da far vivere ai bambini esperienze coinvolgenti, gratificanti e piacevoli. Vengono definiti obiettivi formativi per fasce d'età, attribuendo conquiste educative diversificate, così come differenziata è la struttura mentale che le elabora. Oltre agli obiettivi motori e formativi, questo progetto si pone l'obiettivo di far conoscere ai bambini gli aspetti principali dell'alimentazione, come per esempio, l'esistenza di alimenti sani, la conoscenza e l'importanza di frutta e verdura o la conoscenza dei gusti, per arrivare alla piena consapevolezza di una sana alimentazione e di un corretto stile di vita. Auspichiamo il coinvolgimento delle famiglie nella conoscenza del progetto, al fine di promuovere nel migliore dei modi il concetto di uno "stile di vita sano".

OBIETTIVI A LUNGO TERMINE

CLASSE PRIMA: 6-7 anni

■ OBIETTIVI

- Percezione del sé corporeo e del corpo nello spazio.
- Schemi posturali di base: assunzione di atteggiamenti e posture

- corrette attraverso il gioco, da utilizzare come riscaldamento.
- Schemi motori di base: strisciare, quadrupedia, camminare, correre, saltare, lanciare, arrampicarsi etc..
- Coordinazione grezza: degli arti sia in statica che in movimento.

EDUCAZIONE ALIMENTARE

- Conoscenza di frutta, verdura, forme e colori.
- Cibi fondamentali per la crescita.

CLASSE SECONDA: 7-8 anni

OBIETTIVI

- Rafforzamento schemi motori di base.
- Schemi motori crociati: andature e coordinazione arti superiori e inferiori.
- Capacità coordinative generali: apprendimento motorio, controllo motorio, adattamento motorio.
- Capacità coordinative speciali: ritmizzazione, diversificazione degli stimoli, orientamento spazio-temporale

EDUCAZIONE ALIMENTARE

- Approfondimento delle conoscenze di frutta e verdura e dei cibi fondamentali.
- Sensibilizzazione all'uso moderato di zuccheri.
- Conoscenza delle caratteristiche di carne e pesce.

CLASSE TERZA: 8-9 anni

OBIETTIVI

- Consolidamento schemi motori di base e crociati.
- Capacità di coordinazione fine.
- Lavoro a coppie e a gruppi per la coordinazione.
- Avviamento allo sport: ginnastica, pallavolo, atletica...

EDUCAZIONE ALIMENTARE

- Piramide alimentare e del movimento.
- Consapevolezza di un corretto stile di vita.
- DIARIO: consapevolezza del progetto.

CLASSE QUARTA: 9-10 anni

OBIETTIVI

- Rafforzamento schemi motori.
- Capacità coordinative: generali e speciali.
- Capacità di rilassamento, stretching e respirazione
- Avviamento allo sport.

EDUCAZIONE ALIMENTARE

- Uso del Diario (2 volte al mese)
- Stagionalità frutta e verdura.
- Piramide alimentare (specificare le sostanze alimentari) e piramide del movimento.

CLASSE QUINTA: 10-11 anni

OBIETTIVI

- Verifica e consolidamento capacità coordinative.
- Giochi di squadra.
- Gest tecnici fondamentali.

EDUCAZIONE ALIMENTARE

- Diario.
- Stili di vita.
- Piramide alimentare e del movimento.
- Coinvolgimento genitori.

N.B.: In tutte le classi sviluppare e mantenere mobilità articolare e propriocezione. Classi terze, quarte e quinte sono invitate ad impegnarsi nell'aggiornamento del Diario personale.

OBIETTIVI A MEDIO TERMINE

CLASSE PRIMA

PRIMO PERIODO: ottobre-gennaio

- Percezione del sé corporeo e nello spazio: esercizi specifici per la conoscenza del corpo, dell'ambiente e degli attrezzi..
- Schemi posturali e motori di base: attraverso la fantasia (simulazione animali..) e giochi in cui si assumono posizioni definite.
- Esercizi propriocettivi: camminare su tutte le parti del piede su varie superfici, anche scalzi.
- Mobilitazione articolare: esercizi per la coxofemorale (bicicletta, hula-hop..), scapolo-omeroale..
- Equilibrio.
- Conoscenza caratteristiche frutta e verdura.

SECONDO PERIODO: febbraio-aprile

- Coordinazione grezza: degli arti con andature, muovendo alternativamente gli arti.
- Esercizi con palle di varie dimensioni, sottoforma di brevi circuiti a stazioni o a squadre.
- Educazione alimentare: cibi fondamentali per la crescita.

CLASSE SECONDA

PRIMO PERIODO: ottobre-gennaio

- Rafforzamento schemi motori di base e schemi crociati: esercizi specifici in statica e in movimento, attraverso andature e movimenti di rilassamento a terra.
- Propedeutica capovolta: stimolazione apparato vestibolare, propriocizione e mobilità articolare.
- Conoscenza caratteristiche frutta e verdura, e dei cibi fondamentali per la crescita.

SECONDO PERIODO: febbraio-aprile

- Capacità coordinative generali e speciali:
- Sviluppo sensoriale, diversificazione degli stimoli: visivi, uditivi, tattili associati alla capacità di reazione.
- Ritmizzazione: esercizi da eseguire a tempo di musica, battito di mani..
- Orientamento nello spazio: giochi di gruppo in spazi definiti in diverse dimensioni.
- Approfondimento dei cibi fondamentali per la crescita e sensibilizzazione all'uso moderato dello zucchero.

CLASSE TERZA

PRIMO PERIODO: ottobre-gennaio

- Consolidamento schemi motori di base e crociati, coordinazione fine
- Percorsi di 5-6 stazioni con salti, rotolamenti, capovolta, equilibrio..
- Esercizi con la palla, cerchio..
- coordinazione arti inferiori: sforbiciate..
- Diario: 1 pagina al mese
- Piramide alimentare.

SECONDO PERIODO: febbraio-aprile

- Avviamento allo sport: con lavoro a coppie e a squadre.
- Piramide alimentare e del movimento
- (escursioni campestri legate all'alimentazione e all'attività motoria nella natura)

CLASSE QUARTA

PRIMO PERIODO: ottobre-gennaio

- Consolidamento schemi motori e capacità coordinative: circuiti di base, in seguito circuiti più complessi.
- Ritmizzazione.
- Capacità di rilassamento: dei segmenti corporei e

- controllo respirazione da sdraiati.
- Stili di vita e piramidi alimentare e del movimento
- Stagionalità.

■ SECONDO PERIODO: febbraio-aprile

- Capacità di rilassamento.
- Avviamento allo sport: apprendimento e sviluppo del gesto tecnico.
- Diario: 2 pagine al mese.
- Conoscenza delle componenti principali degli alimenti
- Sperimentare le ricette.
- Escursioni.

CLASSE QUINTA

■ PRIMO PERIODO: ottobre-gennaio.

- Verifica e consolidamento capacità coordinative: attraverso circuiti.
- Avviamento allo sport.
- Piramidi alimentare e del movimento.
- Stagionalità.

■ SECONDO PERIODO: febbraio-aprile.

- Avviamento allo sport: tecniche e fondamentali
- Incontri con i medici (su richiesta)
- Diario: 1 pagina a settimana.
- Coinvolgimento dei genitori nello stile di vita.

OBIETTIVI A BREVE TERMINE

Si procederà a un'osservazione sistematica durante le lezioni, cercando di aiutare i ragazzi nell'affrontare nuove "sfide", nel migliorare movimenti e conoscenze, correggendo, se necessario, ma in modo adeguato, per non allontanare il ragazzo dall'attività.



.....