

ISTITUTO SCOLASTICO PARITARIO
"DINO ZAMBRA"

PROGETTO
ATTIVITA' MOTORIA
KARATE
A.S. 2023/2024

INSEGNANTE: EUGENIO D'AGOSTINO

E' nel gioco che si delineano e si sviluppano tutte le principali capacità del bambino, quelle senso-motorie, quelle socio-affettive, quelle costruttive, quelle espressive e quelle intellettuali, giacché implica la più vitale partecipazione di tutta la personalità"

Gioco come strumento di apprendimento

Il gioco è per sua natura un'esperienza psicomotoria.

In effetti, esso coinvolge ogni aspetto della personalità, tanto da costituire una costante presente, pur se in modo diverso, nelle diverse età della vita.

Per il bambino il gioco rappresenta il suo linguaggio primario, il linguaggio non verbale costituito di emozioni e di immagini messe in gioco ed è uno dei mezzi per entrare in contatto con la realtà esterna.

La psicomotricità racchiude in sé le varie componenti costitutive del gioco: sensoriale, motorio-prassica, cognitiva, tonico-emozionale, affettiva-relazionale, sociale.

L'attività psicomotoria proposta nel progetto si fonda sulla **relazione** e si realizza attraverso il **corpo** e il **movimento**, utilizzando come struttura privilegiata il **gioco**, aggiungendo alcune delle regole e dinamiche di gestione derivate dalle **Arti Marziali**.

Il bambino attraverso il suo corpo entra in contatto col mondo, esplora e conosce.

Facendo esperienza diventa capace di misurarsi con la realtà e contemporaneamente conosce se stesso, si accorge delle sue competenze, si costruisce un'immagine di sé.

È attraverso il corpo e il movimento che il bambino conosce lo spazio, sa muoversi ed orientarsi, sa percepire le distanze e le dimensioni.

Un'esperienza, uno stimolo, un'occasione in cui azione, pensiero, emotività si attivano e si integrano attraverso desideri strettamente collegati al gioco, al piacere di fare, alla fantasia, alla creatività, a favore dell'esperienza globale.

Il bambino che partecipa si sente rassicurato nel trovare spazi, luoghi, tempi e materiali a lui consoni, che può utilizzare per avviare un percorso di gioco e apprendimento.

Il karate è presentato attraverso una didattica ludica, cioè, una didattica che sa stimolare e coinvolgere globalmente i bambini nella scoperta di una nuova realtà: le attività ludiche sono percepite come facilmente realizzabili e divertenti.

Obiettivi perseguibili:

- il riconoscimento e il rispetto delle regole
- l'elaborazione di strategie
- la soluzione di problemi
- la pianificazione di azioni
- la scoperta di nuove combinazioni
- la sfida verso se stessi e verso gli altri
- la costruzione di un atteggiamento non solo di rispetto, ma anche di curiosità e disponibilità verso l'altro.

Le attività ludiche

Sono attività percepite come non ansiogene, facilmente realizzabili e divertenti.

Vengono utilizzati materiali tipici dei giochi.

È compresa la conoscenza, il rispetto e l'applicazione di regole.

Corpo, movimento e salute

1. rappresentare lo schema corporeo in modo completo e strutturato; maturare competenze di motricità fine e globale
2. muoversi con destrezza nell'ambiente e nel gioco controllando e coordinando i movimenti degli arti e, quando possibile, la lateralità
3. muoversi spontaneamente in modo guidato, esprimendosi in base a suoni, rumori, indicazioni
4. controllare l'affettività e le emozioni in maniera adeguata all'età, rielaborandola attraverso il corpo e il movimento

Finalità

- Contribuire alla maturazione complessiva del bambino
- Promuovere la presa di coscienza del valore del corpo
- Saper interagire con gli altri

Traguardi per lo sviluppo delle competenze

Il bambino tramite l'attività motoria e corporea deve acquisire le seguenti competenze:

1) Competenza comunicativa

- saper comunicare con persone: linguaggio mimico gestuale
- saper comunicare con "oggetti"

2) Competenza cognitiva

- conoscenza della propria corporeità: conoscenza del proprio corpo, coordinazione oculo-manuale, percezione dinamica, equilibrio
- padronanza delle strutture spazio-temporali

3) Competenza socio-motoria

- padronanza del proprio comportamento nell'intenzione motoria con l'altro.

Obiettivi

3 ANNI

- giochi di conoscenza
- schemi motori di base
- fabulazione
- esercitare la rapidità di risposta ad uno stimolo visivo

- orientamento spazio-temporale
- coordinazione oculo-manuale

4 ANNI

- schemi motori di base
- prendere consapevolezza dell'asse corporeo
- conoscere l'impronta del proprio corpo
- conoscere e collocare adeguatamente gli elementi corporei
- favorire l'acquisizione di una immagine di sé positiva
- scoprire che il proprio corpo può essere rappresentato da diversi punti di vista
- sviluppo della lateralità
- acquisire conoscenze utili per una corretta gestione del proprio corpo

5 ANNI

- controllo degli schemi motori e posturali di base
- acquisire una motricità globale, segmentarla e adeguarla alle situazioni proposte
- eseguire movimenti con finalità espressiva e comunicativa
- favorire la coordinazione dinamica generale
- esercitare la coordinazione manuale
- migliorare la coordinazione generale
- esercitare la motricità fine
- eseguire con padronanza giochi che richiedono destrezza
- favorire la strutturazione del movimento
- sviluppare capacità di equilibrio
- controllo della respirazione

Metodologia e contenuti

- giochi liberi
- giochi guidati
- giochi simbolici
- giochi imitativi
- giochi popolari
- giochi di equilibrio