Programmazione annuale

PSICOMOTRICITA'



Scuola dell'Infanzia "Mater Gratiae"

A.S. 2026/27

La psicomotricità rappresenta un elemento fondamentale nel percorso educativo della scuola dell' infanzia, poiché promuove uno sviluppo armonico e globale del bambino, coinvolgendo in modo integrato il corpo, le emozioni, il pensiero e le relazioni con gli altri. Attraverso il movimento, il bambino esplora il mondo che lo circonda, sperimentando le proprie capacità, costruisce la conoscenza di sé e sviluppa progressivamente la propria identità personale. Nel corso della prima infanzia, il corpo costituisce il principale strumento di espressione, comunicazione ed apprendimento. Attraverso l'azione motoria, il gioco e l'esperienza concreta, il bambino acquisisce consapevolezza delle proprie possibilità, impara a riconoscere e gestire le emozioni, instaura relazioni significative con i pari e con gli adulti e sviluppa competenze cognitive sempre più articolate. La psicomotricità si configura come una metodologia educativa che valorizza il gioco ,l' espressività corporea, la creatività e la spontaneità, favorendo la fiducia in se stessi ,l' autonomia e il benessere personale. In un ambiente accogliente e stimolante, il bambino viene accompagnato in un percorso di crescita che gli consente di sperimentare, scoprire, comunicare e apprendere attraverso il piacere del movimento. Le attività psicomotorie sono finalizzate al potenziamento di competenze fondamentali quali l'equilibrio, la coordinazione motoria, la percezione e lo schema corporeo, l'orientamento spaziale e temporale, la motricità globale e fine, oltre allo sviluppo delle capacità relazionali, espressive ed emotive. Tali esperienze contribuiscono alla formazione della personalità del bambino e al consolidamento delle basi necessarie per gli apprendimenti futuri. L'inserimento della psicomotricità nella programmazione didattica della scuola dell'infanzia rappresenta, pertanto, non solo un'importante opportunità educativa, ma una reale necessità per rispondere in modo completo ai bisogni evolutivi dei bambini. Essa offre un contesto privilegiato in cui ogni bambino può esprimersi liberamente, valorizzare le proprie potenzialità e costruire un'immagine positiva di sé, nel rispetto dei tempi di crescita e delle proprie caratteristiche individuali



METODOLOGIA E CONTENUTI

Le attività di psicomotricità saranno proposte in forma ludica, rispettando i tempi e i bisogni di ogni bambino. Attraverso il gioco, il movimento, l'esplorazione dello spazio e l'utilizzo di materiali strutturati e non strutturati, si favorirà l'espressine corporea, la relazione con gli altri e lo sviluppo delle competenze motorie, cognitive ed emotive. Il corso si svolgerà nel periodo compreso tra i mesi di Ottobre e Giugno e coinvolgerà tutte e tre le sezioni. Le attività saranno realizzate prevalentemente nel salone della scuola, uno spazio adeguato a favorire il movimento e l'esplorazione corporea in sicurezza. Qualora le condizioni metereologiche lo consentano, sarà possibile utilizzare anche gli spazi esterni della scuola, offrendo ai bambini ulteriori opportunità di gioco motorio e di sperimentazione in un contesto più ampio e stimolante.



OBIETTIVI 3 ANNI

- **Consolidare lo schema corporeo.** Riconoscere e nominare le parti principali del proprio corpo attraverso il movimento e il gioco.
- **Sviluppare la coordinazione motoria generale.** Migliorare il controllo del corpo nei movimenti globali (camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare).
- **Sperimentare diverse posture e modalità di movimento.** Assumere opzioni diverse (seduto, sdraiato, in equilibrio) e muoversi nello spazio con creatività e libertà.
- **Favorire la percezione dello spazio.** Orientarsi nello spazio circostante (sopra/sotto, dentro/fuori, vicino/lontano) attraverso percorsi e giochi motori.
- **Stimolare la coordinazione oculo-manuale.** Utilizzare le mani in modo coordinato con gli occhi per manipolare oggetti, lanciare o afferrare palline, costruire torri, ecc…
- **Favorire l'autonomia nei movimenti quotidiani.** Rafforzare abilità come salire e scendere dai gradini, togliere e mettere le scarpe, rotolare o rialzarsi autonomamente.
- **Sviluppare la consapevolezza del ritmo e del tempo.** Sperimentare movimenti lenti e veloci, seguendo il ritmo di una musica o di una filastrocca.
- **Migliorare l'equilibrio statico e dinamico.** Restare in equilibrio su un piede, camminare su linee o superfici strette, mantenere la stabilità durante un movimento.
- **Favorire la socializzazione attraverso il gioco motorio.** Partecipare ad attività di gruppo rispettando i turni, collaborando con i compagni, imparando a condividere spazi e materiali.
- **Sostenere l'espressione emotiva attraverso il corpo.** Esprimere emozioni e stati d'animo con il movimento, il gesto, la mimica, favorendo al comunicazione non verbale.



OBIETTIVI 4 ANNI

- **Rafforzare lo schema corporeo.** Riconoscere e rappresentare con maggiore precisone le parti del corpo anche su sé e su gli altri.
- **Sviluppare la coordinazione dinamica generale.** Migliorare i movimenti di base (correre, saltare, rotolare, strisciare) con maggiore controllo e fluidità.
- **Perfezionare la coordinazione oculo-manuale.** Afferrare, lanciare e prendere oggetti con più precisione (es. palla, cerchi…).
- **Consolidare la lateralizzazione.** Iniziare a riconoscere e usare preferibilmente una parte del corpo (mano, piede) in modo coerente.
- **Potenziare l'equilibrio statico e dinamico.** Eseguire movimenti su superfici instabili o linee strette mantenendo la stabilità.
- **Sviluppare la percezione spazio-temporale.** Orientarsi nello spazio rispetto a sé e agli altri, seguendo comandi come "davanti", "dietro", "accanto".
- **Promuovere la consapevolezza del ritmo.** Seguire sequenze ritmiche semplici con il corpo o strumenti (battiti di mani, passi, tamburelli).
- **Allenare la capacità di attenzione e concentrazione.** Partecipare ad attività motorie con regole semplici e tempi di attesa.
- **Sperimentare l'espressività corporea.** Utilizzare il corpo per rappresentare emozioni, animali, personaggi attraverso il movimento.
- **Favorire la collaborazione nel gioco motorio.** Coinvolgersi in giochi a coppie o in piccoli gruppi rispettando turni, ruoli e semplici regole



OBIETTIVI 5 ANNI

- **Consolidare uno schema corporeo stabile e maturo.** Sapersi muovere con consapevolezza nello spazio.
- **Sviluppare precisione e controllo nei movimenti.** Eseguire percorsi motori complessi con fluidità e coordinazione (es. salti su un piede, cambi di direzione).
- **Rafforzare la lateralizzazione definita.** Usare preferenzialmente una mano o un lato del corpo in modo stabile e funzionale.
- **Approfondire la percezione dello spazio.** Muoversi in ambienti strutturati e simbolici (labirinti, percorsi) con consapevolezza delle relazioni spaziali.
- **Riconoscere e riprodurre sequenze ritmiche complesse.** Svolgere giochi con ritmo alternato, sincopato, usando corpo e strumenti.
- **Migliorare l'autoregolazione.** Saper gestire i tempi di attesa, il rispetto delle regole e l'autocontrollo in giochi motori di gruppo.
- **Potenziare l'organizzazione temporale.** Comprendere e anticipare sequenze di azioni, iniziando ad interiorizzare i concetti di "prima", "poi", "dopo".
- **Utilizzare il movimento come linguaggio espressivo.** Raccontare storie o emozioni attraverso la drammatizzazione e il gesto corporeo.
- **Sviluppare la cooperazione e il senso di appartenenza al gruppo.** Partecipare attivamente a giochi cooperativi, condividendo obiettivi comuni e strategie

