



# Laboratorio delle attività motorie

Consapevolezza corporea,  
orientamento spazio-temporale  
e educazione alla salute per la scuola  
dell'infanzia e primaria

Vincenzo Riccio

MATERIALI  
EDUCAZIONE

Erickson



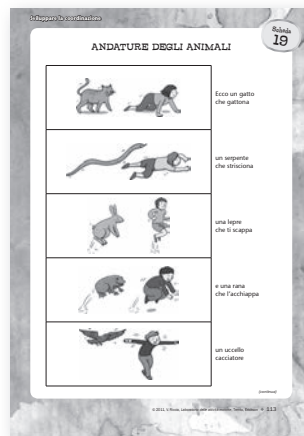
## IL LIBRO

# LABORATORIO DELLE ATTIVITÀ MOTORIE

La psicomotricità fa riferimento alla reciproca integrazione delle funzioni psichiche e motorie, quali elementi fondamentali del comportamento dell'uomo. *Laboratorio delle attività motorie*, partendo dal presupposto che nel corso della prima infanzia motricità e psiche sono strettamente connesse, propone un percorso di apprendimento che, utilizzando il movimento, facilita e completa le diverse attività educativo-didattiche della scuola dell'infanzia e dei primi anni della scuola primaria.

Area psicomotoria, sociomotoria e promozione della salute

Giochi, attività e schede operative rivolti a insegnanti e psicomotricisti, oltre a permettere una programmazione integrata, mirano allo sviluppo di specifiche abilità e competenze nei bambini e nelle bambine. Le abilità psicomotorie comprendono la conoscenza del proprio corpo, la lateralizzazione, l'orientamento e gli schemi motori statici e dinamici; le abilità sociomotorie riguardano la padronanza del comportamento motorio nelle attività collettive per sviluppare coordinazione e collaborazione; mentre l'educazione alla salute sviluppa l'attenzione all'igiene del corpo, all'alimentazione e alla difesa del benessere proprio e altrui.



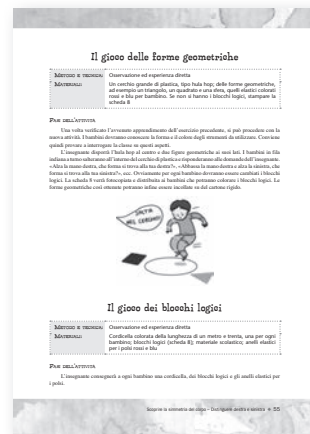
Attività Andature degli animali



Filastrocca delle gambe leste



Attività I pericoli in strada



Il gioco delle forme geometriche

## L'AUTORE

### VINCENZO RICCIO

Psicologo dell'età evolutiva, si occupa di problematiche legate alla creatività e alla fantasia. È convinto che il teatro sia un forte veicolo di apprendimento e di riflessione su diverse tematiche (da quelle scolastiche a quelle sociali e dell'ambiente). Ha svolto attività di animazione e regia teatrale in molte scuole di Roma e provincia e ha scritto diversi volumi dedicati al mondo della scuola e dell'infanzia.

€ 18,50



www.erickson.it

# Indice

<b>7</b>	<b>Introduzione</b>
<b>9</b>	<b>CAP. 1</b> La Psicomotricità
<b>13</b>	<b>CAP. 2</b> Linee di sviluppo psicomotorio
<b>15</b>	<b>CAP. 3</b> Educazione alla salute
<b>17</b>	<b>UNITÀ 1</b> Percepire, scoprire e conoscere il corpo
<b>39</b>	<b>UNITÀ 2</b> Percepire, riconoscere e definire le sensazioni – I sensi e le relative parti del corpo
<b>49</b>	<b>UNITÀ 3</b> Scoprire la simmetria del corpo – Distinguere destra e sinistra
<b>69</b>	<b>UNITÀ 4</b> Esplorare lo spazio
<b>87</b>	<b>UNITÀ 5</b> Sviluppare la coordinazione
<b>123</b>	<b>UNITÀ 6</b> Educare alla salute

# Introduzione

## Presentazione e organizzazione del volume

Il seguente volume è stato suddiviso in unità che, al loro interno, presentano giochi e attività costruite in modo da organizzare una programmazione educativo-didattica integrata dei diversi campi di esperienza.

Gli obiettivi specifici delle unità iniziali sono quelli di aiutare il bambino a sviluppare le capacità di percepire, conoscere, gestire e avere coscienza del proprio corpo e della sua simmetria e di comprendere, riconoscere e definire le sensazioni (i cinque sensi e le relative parti del corpo). Si prosegue con attività che facilitano la scoperta delle relazioni spaziali delle parti del proprio corpo rispetto all'asse di simmetria, ai diversi oggetti e all'ambiente, per poi passare allo sviluppo della coordinazione oculo-manuale e segmentaria soffermandosi con specificità sulla coordinazione statica e dinamica; infine si lavora con il bambino per aiutarlo a scoprire l'importanza e la necessità di saper collaborare nelle attività di gruppo e nel gioco di squadra. L'ultima parte del volume è dedicata all'attenzione alla salute, avviando il bambino a rispettare e mettere in atto quei comportamenti che garantiscono l'igiene e la pulizia del proprio corpo, tenendo conto degli aspetti dell'alimentazione e della socializzazione. L'insegnante avrà inoltre a disposizione delle schede utili per aiutare il bambino a percepire, conoscere e avere coscienza del pericolo e di ciò che può procurare danno a sé e agli altri, nella dimensione più ampia della salvaguardia della salute e dell'ambiente.

Per ogni parte vengono elencati di seguito gli obiettivi intermedi che possono essere raggiunti dal bambino.

**Unità 1:** Percepire, scoprire e conoscere il corpo

**Unità 2:** Percepire, riconoscere e definire le sensazioni – scoprire e verbalizzare le diverse funzioni del corpo

**Unità 3:** Scoprire la simmetria del corpo, distinguere destra e sinistra

**Unità 4:** Esplorare lo spazio e scoprire le relazioni spaziali

**Unità 5:** Sviluppare la coordinazione e la collaborazione

**Unità 6:** Educazione alla salute

Le schede presentate nella guida vogliono essere uno strumento operativo e immediato per svolgere l'attività psicomotoria.

Non serve alcuna competenza specifica per applicare le attività proposte. Le schede sono state pensate per essere utilizzate direttamente in classe; infatti non sempre è disponibile una palestra o uno spazio per l'attività psicomotoria usufruibile in rapporto alle esigenze della singola classe. Gli esercizi possono essere realizzati in qualunque ambiente e con l'uso di materiale facilmente reperibile. Si è cercato di renderli più facili e immediati possibile, perché l'attività psicomotoria deve essere vista come un'attività «normale», ordinaria, da svolgere tutti i giorni: questo deriva dal fatto che il bambino pensa e apprende prima di tutto con il movimento, con il fare.

## UNITÀ 2

# Percepire, riconoscere e definire le sensazioni - I sensi e le relative parti del corpo

## Alla scoperta dei 5 sensi + 2 sensazioni - Gioco della scatola

**METODO E TECNICA:** Esplorazione e osservazione diretta

**MATERIALI:** Una scatola con dentro due blocchi logici, un quadrato e un tondo, una bottiglietta di profumo, un limone, una caramella, un cioccolatino, sale e zucchero

### FASI DELL'ATTIVITÀ

- L'insegnante mette la scatola sulla cattedra.

*Oggi bambini faremo un gioco divertente, la scoperta delle sensazioni. Vediamo come si fa. Ricordate che abbiamo scoperto che il nostro corpo è fatto di tante parti? Vediamo chi mi sa dire quali.*

- I bambini indicano le varie parti del corpo nominandole.

*Bene e adesso dovremo scoprire a cosa servono tutte queste parti del corpo.*



*Questa è una scatola piena di...? Chi mi sa dire cosa c'è dentro? (Si lascia ai bambini il tempo di rispondere.) Come possiamo scoprire cosa c'è dentro? (Si sollecitano i bambini a trovare soluzioni.) Il modo più semplice per scoprire cosa c'è, è quello di farvi guardare direttamente nella scatola.*

- I bambini si mettono in fila per vedere dentro la scatola.

*Attenzione: quali parti del corpo avete usato per riconoscere gli oggetti? (Si lasciano riflettere i bambini.) Certamente, avete utilizzato gli occhi. Allora gli occhi ci fanno vedere le cose, il mondo. Quando si usano gli occhi per scoprire e guardare le cose si dice che si usa la vista, il senso della vista.*



Bene, ma se io voglio farvi capire cosa sto toccando nella scatola senza farvelo vedere come posso fare? (Si lasciano riflettere i bambini.) State attenti, adesso vi descrivo l'oggetto che sto toccando. Come si chiama questo oggetto? Bravi! Quale parte del corpo avete usato per capire l'oggetto che sto toccando? (Si lasciano riflettere i bambini.)

Le orecchie. Avete così ascoltato con le orecchie le mie parole e avete capito di quale oggetto si tratta. Eccolo, infatti è proprio...

Quando si usano le orecchie per scoprire il mondo si dice che usiamo l'udito, il senso dell'udito.



Finora abbiamo utilizzato due parti del corpo per scoprire il contenuto della scatola. Adesso utilizzeremo una terza parte del corpo. Nella scatola c'è una piccola bottiglia, eccola. Ma se vi chiedo che cos'è il liquido al suo interno, come possiamo fare per scoprirlo? (Si lasciano riflettere i bambini.) Possiamo usare il naso per odorare e quindi capire di che liquido si tratta. Proviamo. (Si chiama un bambino.) Quando si usa il naso si dice che si usa l'olfatto, il senso dell'olfatto.

Provate a pensare quante volte al giorno usate l'olfatto: per sentire il profumino del pranzo, il profumo di un fiore, il cattivo odore dello smog e del fumo, ecc. (Si fanno elencare altri esempi ai bambini.)



Adesso, per scoprire gli oggetti che sono nella scatola, utilizzeremo un'altra parte del corpo: le mani. In che modo si può scoprire un oggetto con le mani? (Si lasciano riflettere i bambini e poi si chiama uno di loro.) Marco adesso mette le mani nella scatola e trova qualcosa di rotondo. (Marco esegue.) Cosa hai usato per trovare l'oggetto? (Si lasciano riflettere i bambini.) Le mani sono capaci di sentire. Quando si scoprono le cose con le mani si dice che si usa il tatto, il senso del tatto.

Provate a pensare quante volte usate il tatto: per cercare un giocattolo in fondo a una scatola, una caramella nella tasca, la gomma nella cartella.



Possiamo scoprire le cose usando anche la bocca. Voi avete visto i bambini più piccoli che si mettono tutto in bocca. Ebbene lo fanno proprio per conoscere e scoprire le cose. I bambini più grandi usano la bocca per sentire i sapori. Quando si usa la bocca per scoprire il sapore si dice che si usa il senso del gusto. Facciamo una prova.

Viene Mara. Ecco dovrai scoprire qual è il sale e qual è lo zucchero. (Si può chiamare un altro bambino e gli si fa assaggiare il limone o una caramella.) Provate a immaginare quante volte usate il gusto per scoprire e assaporare i cibi. (Si lasciano elencare varie situazioni ai bambini.)





Ma il nostro corpo è speciale perché è capace di sentire anche altre sensazioni. In inverno cosa sentite con il corpo? (Si lasciano riflettere i bambini.) E in estate? (Si lasciano riflettere i bambini.) Tutte le parti del corpo sono capaci di sentire il caldo e il freddo. Facciamo una prova.

- L'insegnante potrà usare un oggetto caldo o freddo, lo farà provare sulla pelle in punti diversi del corpo.

*Pensate quante volte il vostro corpo vi avverte della temperatura delle cose: quando vi lavate, l'acqua calda e fredda; quando si mangia, come scotta; quando fate il bagno al mare, com'è fredda l'acqua.*

- Si lasciano elencare ai bambini le loro esperienze.

*Tutto il corpo, anche la lingua e la bocca, è capace di sentire se un cibo è caldo o freddo, cioè è in grado di sentire la temperatura.*



*Sapete che il corpo in questo modo ci salva molte volte la vita e ci evita spesso di finire in ospedale? Quante volte ci potremmo scottare o addirittura bruciare se il corpo non avvertisse il calore? Pensate a quante volte vi avvicinate a un fornello o al fuoco. Ma il corpo ci aiuta anche in un altro modo: ci fa sentire il dolore. Tutto il corpo è in grado di sentire il dolore, anche il più piccolo. Quante volte dite alla mamma: «Ho mal di pancia!» oppure «Mi fa male la scarpa!» oppure «Mi fa male la testa!». È grazie al dolore che la mamma o il medico vi possono far guarire.*

- Ogni bambino potrà elencare quali dolori ha provato e cosa è stato fatto per farli scomparire.



L'insegnante potrà introdurre il discorso sui pericoli utilizzando le schede dell'unità 6, avviando inoltre il bambino al concetto di educazione igienico-sanitaria: imparare a prevenire ed evitare tutte quelle cause ed eventi che possono procurare danno e dolore al proprio corpo e agli altri, per creare condizioni che facilitino il mantenimento e la protezione della salute.

## Le funzioni delle parti del corpo umano – Gioco del cartellone

**METODO E TECNICA:** Osservazione ed esperienza diretta

**MATERIALI:** Scheda 5, cartoncino bristol, giornali e riviste illustrate, forbici e colla



## GLI ORSI MANGIA STREGHE



1

Una strega di buon ora, a cavallo di una scopa, cominciò a cercare qualcuno a cui fare un gran dispetto. Gira, gira, gira, arrivò sopra un boschetto.



2

«Guarda, guarda! Un gruppo di bambini. Quasi quasi li trasformo in pulcini!» Ma la strega poi ci ripensò e in animali della foresta li trasformò. Preparò la bacchetta magica e le parole speciali e...



3

«Guardatemi cari bambini e vi trasformo in coccodrillini». I bambini non ebbero il tempo di dire neppure «Bè» che cominciarono a trasformarsi.



4

«Mamma mia sono diventato un coccodrillo» disse un bambino. «Anche io» disse l'altro.

(continua)

## Costruire un paesaggio

**METODO E TECNICA:** Percorsi guidati

**MATERIALI:** Fogli da pacco bianchi, velcro adesivo o scotch, immagini da ritagliare della scheda 14, giornali e riviste illustrati

### FASI DELL'ATTIVITÀ

L'insegnante creerà su un foglio da pacco — sarebbe ideale se questa parte di preparazione al lavoro fosse svolta con i bambini — un paesaggio ricco di elementi in relazione spaziale tra loro secondo gli indicatori topologici (dentro-fuori, vicino-lontano, sotto-sopra, davanti-dietro, alto-basso). Si potranno dunque utilizzare le figure presenti nella scheda 14, da fotocopiare e far ritagliare ai bambini, oppure si potranno utilizzare riviste e giornali per creare paesaggi e situazioni sempre nuove, seguendo anche le richieste e i desideri degli alunni.



