

TITOLO: ARTIMICA LAB: laboratorio di avvicinamento alla ginnastica artistica e ritmica**SOGGETTO ATTUATORE: GINNASTICA PARADISO****AREA TEMATICA**

- ☐ **LINGUAGGI ESPRESSIVI (arte, letteratura, musica teatro e danza)**
- ☐ **SCIENZA, TECNOLOGIA DIGITALE E MATEMATICA**
- ☐ **BENESSERE, SALUTE ED EDUCAZIONE ALIMENTARE**
- ☐ **COSTITUZIONE, DIRITTI E CITTADINANZA CONSAPEVOLE**
- ☒ **SPORT**
- ☐ **SCOPERTA DELLA CITTA', DEL SUO TERRITORIO E DEL SUO PATRIMONIO**
- ☐ **EDUCAZIONE AMBIENTALE**

DESTINATARI

- ☐ **ASILI NIDO**
- ☒ **SCUOLE DELL'INFANZIA**
- ☒ **1° CICLO SCUOLE PRIMARIE (CLASSI 1° E 2°)**
- ☒ **2° CICLO SCUOLE PRIMARIE (CLASSI 3°, 4° E 5°)**
- ☐ **SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO**
- ☐ **SCUOLE SECONDARIE DI 2° GRADO (Liceo Curie)**

SEDE DI SVOLGIMENTO

palestre scolastiche

PERIODO DI SVOLGIMENTOnovembre - dicembre 2025 ☒
gennaio - giugno 2026 ☒**DURATA E ORARI**

numero complessivo di incontri per classe: 7

durata singolo incontro (espresso in ore): 1

totale complessivo ore: 7

OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI

- Acquisizione di una maggiore consapevolezza corporea
- Sviluppo della concentrazione, della memoria e della coordinazione
- Sviluppo delle capacità coordinative condizionali
- Educazione e sviluppo degli schemi motori di base e/o posturali
- Lavorare sulla collaborazione e sul tema dell'inclusione, applicando i principi del Fair play
- Creare degli spazi per permettere ai bambini di esplorare la loro creatività attraverso la musica e i piccoli attrezzi (palla, cerchio, fune etc.).

AZIONI E MODALITA' DI SVOLGIMENTO

1° INCONTRO

Percorsi motori di avvicinamento alla ginnastica artistica e ritmica

2° INCONTRO

Attività motoria di base: pre-acrobatica e uso dei piccoli attrezzi

3° INCONTRO

Riscaldamento motorio su base musicale con lavori di mobilità articolare e rinforzo muscolare

4° INCONTRO

Strutturare e consolidare gli schemi motori e posturali specifici della ginnastica

5° INCONTRO

Lavori di coppie / gruppi con e senza i piccoli attrezzi

6° INCONTRO

Attività di espressione corporea libera, con l'uso della musica finalizzata alla conoscenza della ritmicità del movimento e della coordinazione

7° INCONTRO

Riepilogo degli incontri precedenti

CONOSCENZA DEL TERRITORIO

L' A.S.D. Ginnastica Paradiso, è presente sul territorio collegnese dal 1999. Nasce come scuola di ginnastica artistica e ritmica, per bimbe e bimbi dai 3 anni in su.

L'intento fondamentale dell'associazione, è quello di promuovere la Ginnastica in tutti i suoi settori, per tutte le età giovanili, attraverso un percorso sportivo importante sia dal punto di vista motorio che pedagogico.

ORIGINALITA', ELEMENTI INNOVATIVI E SENSIBILITA' A TEMATICHE SOCIALI

La Ginnastica raccoglie tutte le forme di attività motoria e sportiva, competitive e non, che hanno come obiettivo principale la preparazione fisica e l'educazione motoria. Ovvero, quell'insieme di pratiche e di attività formative, che porta l'individuo ad un completo ed armonioso sviluppo psicofisico, fornendo al contempo gli strumenti per mantenere questo prezioso patrimonio per l'intero arco dell'esistenza.

La Ginnastica risulta quindi, essere il caposaldo di ogni forma di attività motoria e sportiva, insegnando non solo a prendersi cura del proprio corpo ma a mettere in risalto il rispetto delle regole e della disciplina, fondamentali per vivere nella società odierna.

Inoltre, con le attività che proponiamo di gruppo, si lavora sul rispetto del compagno educando al fair play e al monitorare i propri sentimenti e quelli altrui, al fine di raggiungere obiettivi individuali o comuni.

PERCENTUALE DI REALIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA

Sì, la Ginnastica si può praticare anche all'aperto, compatibilmente con la presenza di giardino interno o zone limitrofe all'istituto che possano prestarsi all'attività.

ACCESSIBILITA'

Le attività sono adatte a persone con disabilità motoria/sensoriale/cognitiva.

Le lezioni verranno svolte tenendo conto della disabilità specifica dell'alunno, prediligendo l'inclusività e selezionando attività legate al gruppo classe.

Si richiede l'assistenza dell'insegnante di sostegno, al fine di garantire un percorso sicuro e idoneo alle esigenze del bambino.

REFERENTE DEL PROGETTO:

CHIARA MAZZA

3407147603

E-MAIL: ginnasticaparadiso@hotmail.it