



CITTA' DI
COLLEGNO



TITOLO: MOVIMENTIAMO LA SCUOLA – MOVIMENTO E BENESSERE

SOGGETTO ATTUATORE: SPAZIOMNIBUS S.C.S.D.

AREA TEMATICA

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

DESTINATARI

- ☐ ASILI NIDO
- ☒ **SCUOLE DELL'INFANZIA STATALI E PARITARIE**
- ☒ **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 e giardini/cortili scolastici

PERIODO DI SVOLGIMENTO: novembre - dicembre 2025 ☒
gennaio - giugno 2026 ☒

DURATA E ORARI:

numero di incontri per classe: 10

durata singolo incontro (espresso in ore): 1 ora

totale complessive ore: 10

OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI

Il progetto prevede tre percorsi, il primo per le scuole dell'infanzia, il secondo per le classi I, II e III della scuola primaria e il terzo per le classi IV e V della scuola primaria.

I risultati che ci si prefigge di raggiungere sono:

- incoraggiare i bambini a svolgere attività fisica facilitando il processo di crescita dal punto di vista logico, motorio e relazionale;
- promuovere l'acquisizione di stili di vita corretti e salutarì contrastando l'obesità infantile e le cattive abitudini alimentari;
- promuovere i valori educativi dello sport quali lo spirito di gruppo e l'inclusione sociale;
- favorire lo sviluppo della concentrazione, della memoria e della coordinazione;
- sensibilizzare i giovani ad uno stile di vita attivo, sostenibile e a contatto con la natura, attraverso percorsi eco-didattici che coniughino lo sport e l'ambiente naturale.

AZIONI E MODALITA' DI SVOLGIMENTO

1° INCONTRO

Il corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo

Corpo, Gioco e Movimento - i tre elementi che sottintendono l'essenza dello sport come pratica umana - saranno i concetti fondamentali sui quali verteranno le lezioni.

2° INCONTRO

Schemi motori e posturali

Organizzare condotte motorie sempre più complesse, coordinando vari schemi di movimento in simultaneità e successione.

3° INCONTRO

Le capacità condizionali

Sviluppare la resistenza, la destrezza, la mobilità, la forza, adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio.

4° INCONTRO

Schiena, postura e movimenti corretti

Si guiderà gli alunni ad assumere comportamenti idonei a garantire al proprio corpo un corretto sviluppo psicofisico.

5° INCONTRO

Salute e benessere, prevenzione e sicurezza

Utilizzare in modo corretto e sicuro per sé e per i compagni spazi e attrezzature.

6° INCONTRO

Equilibrio statico-dinamico del proprio corpo

Riconoscere che la variazione dei segmenti corporei crea situazioni diverse di equilibrio.

7° INCONTRO

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

Utilizzare e collegare in forma originale e creativa un'ampia gamma di codici espressivi.

8° INCONTRO: I sensi e le modalità di percezione sensoriale

9° INCONTRO: Osservazione di sé e degli altri

10° INCONTRO: Il gioco, lo sport, le regole e il fair play

CONOSCENZA DEL TERRITORIO

Oggi lo sport è diventato un fenomeno sociale ed economico di primaria importanza, risultando in assoluto lo strumento migliore per educare, formare, favorire l'integrazione e la solidarietà, in grado di guardare con attenzione i più giovani e rivolgersi all'età matura. Dal 2005 ad oggi SPAZIOMNIBUS ha voluto promuovere un progetto ambizioso, proponendosi di migliorare la qualità della vita delle persone e della comunità attraverso i valori intrinseci dello sport e del movimento. Di seguito le attività svolte nel territorio negli ultimi anni: PRE & POST SCUOLA, CENTRI ESTIVI, SPORT A SCUOLA – EDUCAZIONE MOTORIA, SPORT E ALIMENTAZIONE – PROGETTO MENSA SCOLASTICA, APPRENDIMENTO E SPORT (Coaching Pedagogico) – TUTORAGGIO ALLO STUDIO, IN PALESTRA CON BEE-BOT – ROBOTICA E MOVIMENTO, SCUOLE APERTE “SI-CURA-MENTE OLTRE LA SCUOLA”, SCUOLE RI-APERTE.

ORIGINALITA', ELEMENTI INNOVATIVI E SENSIBILITA' A TEMATICHE SOCIALI

Il progetto colloca al centro del processo educativo il bambino in quanto essere corporeo che apprende giocando e compiendo azioni motorie. L'idea dell'esercizio fine a sé stesso, dell'addestramento, dell'ordine e della disciplina viene rimpiazzata dall'apprendimento critico delle conoscenze, dall'allenamento di abilità sportive specifiche. Questo punto di vista permette di valorizzare il corpo, in quanto vissuto personale del soggetto, che impara attraverso il movimento e sviluppa – nel contesto sportivo – le proprie risorse e capacità. Le lezioni sono orientate al potenziamento del benessere psico-fisico degli alunni e all'acquisizione di conoscenze e competenze per la salute e la crescita armonica del proprio corpo. Non solo educazione motoria, ma anche educazione ad un corretto stile di vita per l'intero percorso di studi perché il movimento è apprendimento. Si precisa che le attività seguiranno percorsi differenti in base all'età dei bambini. Inoltre, per le classi quarte e quinte della scuola primaria, sarà attivato un percorso parallelo – in collaborazione con la FID - che prevedrà l'alternarsi di sport e discipline: dalla Sport della Mente alla cura dell'ambiente.

PERCENTUALE DI REALIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' ALL'ARIA APERTA

- Le stimolazioni senso-motorie in ambiente naturale stimolano l'apprendimento nel bambino, migliorano il lavoro tra pari, la collaborazione, riducendo i comportamenti antisociali e devianti. (Fjørtoft, 2001; Malone & Tranter, 2003; Moore, 1996; Pyle, 2002).
- Da una meta-analisi di dieci studi è emerso che la pratica di attività all'aria aperta, per un minimo di 5 minuti, migliora sia l'umore che l'autostima; dalla ricerca risulta inoltre che l'effetto dello sport all'aria aperta è maggiore nei più giovani. (Mejia, 2010).

In virtù di ciò il progetto “MOVIMENTIAMO LA SCUOLA - MODULO R&S - Sport e Benessere” presupporrà il 10% di attività all'aria aperta.

ACCESSIBILITA'

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

Il progetto garantirà l'integrazione di tutti i bambini che sono in situazione di handicap o che presentano, comunque, disagi e difficoltà di adattamento e di apprendimento. L'integrazione nel gruppo di tali bambini sarà supportata dal valore che si attribuisce alla diversità, considerata fonte di interazioni così unica e preziosa da costituire - a sua volta - una significativa e rilevante occasione di maturazione per tutti.

REFERENTE DEL PROGETTO

SABRINA SORCE

011 78 000 31

EMAIL: s.sorce@spaziomnibus.it