PROGETTO ATTIVITA' MOTORIA

E

CORRETTI STILI DI VITA

Il progetto

Il CSEN, Centro Sportivo Educativo Nazionale - Comitato Provinciale di Parma, attraverso l'attività motoria e una campagna informativa sugli stili di vita attivi ha l'obiettivo di coinvolgere e orientare i bambini alle corrette abitudini, favorire il benessere, la salute e a combattere sedentarietà e l'obesità infantile.
Lo scopo prioritario del progetto è quindi quello di offrire suggerimenti e possibilità, atte a modificare stili di vita sedentari, che coinvolgano tutti i bambini, di ogni etnia e diversamente abili.
Il progetto "SPORTINGIOCO" affianca docenti, genitori e alunni con figure professionali competenti in educazione motoria e mette a disposizione formazione e strumenti per arricchire le conoscenze e le abitudini a corretti ed attivi stili di vita dei bambini e delle famiglie. Inoltre favorisce l'integrazione del gruppo classe, il senso di condivisione, cooperazione e rispetto delle regole. Tali obiettivi educativi

sono importanti per tutte le classi e in particolar modo per gli alunni che frequenteranno la classe prima.

Analisi del contesto

- nell'anno scolastico 2016-2017 è stato effettuato un primo progetto educativo "SPORTINGIOCO" di 220 ore totali di educazione fisica nelle 11 classi della scuola primaria di Lesignano de' Bagni.
- all'interno della festa scolastica di fine anno sono stati inseriti tre semplici giochi di abilità motoria dove i bambini hanno potuto divertirsi utilizzando quanto appreso.
- una prima indagine congiunta con le insegnanti di riferimento ha evidenziato nei bambini carenze coordinative e una rilevante mancanza di motricità e connessioni dinamiche.
- è emersa la necessità da parte delle insegnanti di essere affiancate fin dall'inizio dell'anno scolastico 2017-2018 dal progetto "SPORTINGIOCO".
- si è manifestata la volontà da parte di alcune insegnanti di aumentare il numero di ore di educazione motoria nelle classi prime per dare loro la possibilità di sperimentare molteplici esperienze motorie nella prima fase sensibile.

Obiettivi e finalità generali

- Orientare il bambino alla pratica del movimento sin dalla prima elementare attraverso il divertimento e il gioco.
- Coinvolgere la famiglia evidenziando i benefici del movimento nel processo di crescita del bambino.

- Inserire figure qualificate in possesso delle conoscenze e delle competenze adeguate che diano un corretto avviamento all'attività motoria.

Obiettivi specifici

1) La mobilità articolare e la conoscenza degli schemi posturali di base.
2) La coordinazione ed il senso del ritmo.
3) Motricità e connessioni dinamiche: gli schemi motori di base.
4) Il gioco e le regole: rispetto e condivisione.

- nel raggiungimento di questi obiettivi è necessario che la figura specializzata conosca i bisogni e le necessità dei bambini, sappia coinvolgere e integrare le molteplici personalità presenti nel gruppo.

- illustrare come l'attività fisica vada a prevenire problematiche posturali, metaboliche, sociali e che la famiglia diventi portatrice sana di questo valore.

Soggetti responsabili della realizzazione del progetto "SPORTINGIOCO": Marco Dall'Anese.

Destinatari: 2 classi prime, 2 classi seconde, 2 classi terze, 2 classi quarte, 2 classi quinte delle Scuole Primarie di Lesignano de' Bagni (PR). 10 classi totali.

Risorse umane: 1 laureato magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate dell'Università degli Studi di Parma.

Risorse finanziarie: Il progetto è di durata annuale e viene presentato alle istituzioni scolastiche del comune di Lesignano de' Bagni (PR) secondo la tabella contributi dei progetti educativi del Centro Sportivo Educativo Nazionale (CSEN). Al termine del progetto i promotori discuteranno con le istituzioni la possibilità di dare una successione didattica negli anni successivi.

Risorse strutturali: è presente una palestra con le adeguate attrezzature a pochi metri dall'istituto.

Tempi

Durata: Ottobre 2019 – Giugno 2020.

Metodologia

Il GIOCO è il veicolo ideale attraverso cui i bambini crescono, sperimentando uno stile di vita sano indispensabile per il loro sviluppo individuale, sociale, educativo e formativo.

Il GIOCO come strumento per lo sviluppo della motricità che permette di interagire con ci che circonda, stabilendo orientamenti spazio-temporali, affinando la percezione del movimento e dell'ambiente in modo da poter essere raffigurato mentalmente.

Il GIOCO pensato come un continuum tra Paidia e Ludus. Paidia è divertimento, gioia anarchia, gioco libero, improvvisato, spontaneo. Ludus è divertimento con voglia di

imparare, gioco regolato, che richiede uno sforzo o una particolare abilità.

Il GIOCO per la crescita della persona, della personalità e per la conoscenza degli schemi motori di base, diventa fondamento strutturale per l'acquisizione dei gesti tecnici sportivi specifici.

Il GIOCO sviluppa aree importanti del cervello, nei bambini crea: una propria realtà, apprendimento delle regole, assunzione di ruoli, integrazione sociale, capacità di confrontarsi e di comunicare.

Il GIOCO permette di interagire con avversari e compagni, per cui si creano continue "situazioni".

Il GIOCO proposto per dar modo ai bambini di provare, sperimentare, creare e sbagliare.

Il GIOCO costituito dalla variazione dell'impegno degli analizzatori visivi, uditivi, vestibolari, tattili e cinestetici.

Progetto di rafforzamento "COGNITIVO - MOTORIO" nelle classi prime.

"..solo quando abbino
un apprendimento motorio ad un apprendimento cognitivo
conseguo
un apprendimento significativo.."

Horst Wein

Grazie a diverse esperienze lavorative svolte in Finlandia ho potuto sperimentare attivamente tale concetto, che rappresenta il cuore pulsante dell'intero sistema educativo finlandese.
Gli insegnati di tutte le discipline attuano una didattica incentrata sul connubio perfetto tra aspetti formativi specifici dei vari insegnamenti e strategie motorie e postulai.
Ci fa sì che l'esperienza motoria vada ad inserirsi stabilmente all'interno delle classi e dunque si possano manifestare concretamente momenti di apprendimento cognitivo-motorio.
Come ben sappiamo durante i primi anni dell'infanzia è di fondamentale importanza l'attività motoria poiché viene plasmata la postura dell'individuo dove vengono apprese le basi della motricità. Per tale motivo il programma didattico applica lo sport in classe già dal primo anno della scuola elementare.
Più movimento specifico viene svolto in questa fase sensibile, più correzioni posturali possono essere fatte; ci porterà ad educare al movimento e a combattere la sedentarietà.
Ovviamente è un processo a lunga durata che in Finlandia ha avuto e ha tuttora i suoi risultati anche grazie alla propensione della cultura globale finlandese alla pratica sportiva, al movimento e allo sport.

Programma "SPORTINGIOCO" Classi Prime

Obiettivi di apprendimento

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

- Mobilità articolare da seduti e la conoscenza degli schemi posturali di base

Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva

- Utilizzare in forma originale e creativa modalità espressive e corporee

Motricità e progressioni dinamiche.

- Elaborare ed eseguire semplici sequenze di movimenti composti da schemi motori di base, deambulazioni, cambi di fronte e direzione, rotolamenti e alternanza dei ritmi. Il gioco e le regole sportive.
- Partecipare attivamente alle varie forme di gioco, comprendere il valore delle regole e l'importanza di rispettarle

Programma "COGNITIVO-MOTORIO" abbinato al programma "SPORTINGIOCO" ed ai programmi di Lingua Italiana e Matematica delle Classi Prime.

Nel progetto "COGNITIVO-MOTORIO" voglio rispondere all'esigenza di rimodellare una scuola a misura di bambino, riadattando la metodologia e gli strumenti utilizzati, alle esigenze di movimento dei bambini.

Una delle difficoltà principali che affrontano molti bambini all'inizio del percorso scolastico è la percezione personale del proprio corpo all'interno di uno spazio ristretto come quello dell'aula. Per accompagnarli in questo percorso di consapevolezza corporale è necessario fornire loro gli adeguati schemi motori di base, sfruttando non solo l'ambiente della palestra, ma rimodificando il setting educativo all'interno dell'aula, come avviene all'interno delle scuole finlandesi.
Creando così un apprendimento curricolare improntato su basi motorie, consentiremmo un cambiamento positivo degli alunni che svilupperebbero le competenze e le conoscenze necessarie per affrontare una società dinamica e in continuo mutamento.

L’approccio all’educazione fisica che si intende attuare vede l’individuo come centro del sistema; in un’accezione che esula il tecnicismo ostentato utile al mero raggiungimento di obiettivi sportivi, per enfatizzare un’educazione al movimento e del movimento, prerogativa per il conseguimento di uno sviluppo all’autonomia del bambino in una dimensione di sport che si adatti alla persona e non viceversa.
Creare quindi i presupposti per una crescita psicomotoria adeguata alle fasi evolutive del bambino, fornendo i mezzi necessari ad estendere conoscenze, competenze e ampliando un bagaglio motorio-sensoriale inizialmente povero, per permettere ai bambini di elaborare risposte adeguate agli stimoli esterni.

Costi

Tabella Contributo “SPORTINGIOCO” per classe.

Ore attività motoria	Quota Progetto	Contributo CSEN	Contributo a carico della Scuola o del Comune
15 ore	270 €	70 €	200 €
20 ore	360 €	80 €	280 €
25 ore	450 €	90 €	360 €

Conclusioni

Convinto e desideroso di tramutare l’ora di educazione motoria in uno straordinario veicolo di trasmissione di saperi e competenze inter-intradisciplinari.

Non è poi così difficile immaginare dei bambini impegnati in attività che, oltre a fare bene al proprio fisico, possano al tempo stesso sviluppare apprendimenti e conoscenze in aree molto distanti dagli ambiti curricolari della disciplina. La mia speranza nasce dalla personale riflessione che vede la necessità di trovare una risposta a quelle che sono le nuove necessità di apprendimento intellettive motorie dell'uomo moderno e soprattutto di prevenire quelle dilaganti forme di disagio giovanile verso le quali non è più possibile rimanere indifferenti.