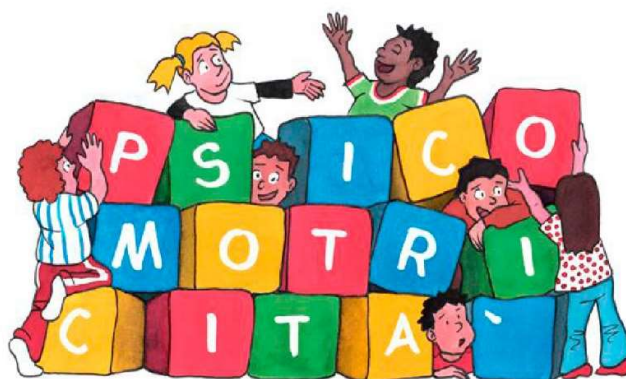


Scuola Secondaria di Primo Grado F.Lippi

Progetto Psicomotricità – A.S 2025/26

<< Muoversi per crescere: percorsi psicomotori per il benessere e l'inclusione >>

La psicomotricità è un percorso educativo che pone al centro il corpo e il movimento come strumenti fondamentali per conoscere sé stessi e il mondo circostante. Attraverso l'attività motoria, ogni studente sviluppa consapevolezza del proprio corpo, controllo dei gesti, autonomia e capacità di relazionarsi con lo spazio e con gli altri.



Le esperienze psicomotorie favoriscono equilibrio, coordinazione e gestione dell'energia, oltre alla capacità di collaborare, rispettare le regole e riconoscere le proprie emozioni. Il progetto si propone di offrire agli studenti un'occasione di crescita globale, in cui corpo, mente ed emozioni trovino armonia e integrazione, promuovendo benessere, autostima e consapevolezza personale.

Il progetto è rivolto agli alunni individuati delle classi prime, seconde e terze della scuola secondaria di primo grado.

Le attività si svolgeranno durante l'anno scolastico 2025/26, con cadenza regolare integrata nell'orario scolastico:

- Lunedì: 2° modulo
- Mercoledì: 3° modulo

Ogni incontro avrà una durata di circa un'ora e sarà condotto dal docente di Educazione Fisica, con la collaborazione degli insegnanti di sostegno. Il percorso si articolerà in moduli progressivi, calibrati sull'età e sul livello di sviluppo psicofisico degli studenti, e si svolgerà prevalentemente nella palestra d'istituto.

Le attività utilizzeranno strumenti semplici come cerchi, coni, palloni, materassini, corde e ostacoli.

Il progetto si basa su un approccio ludico, esperienziale e cooperativo, in cui il movimento diventa strumento di apprendimento, espressione delle emozioni e sviluppo delle competenze relazionali. Gli studenti parteciperanno a percorsi motori che favoriscono coordinazione, equilibrio, collaborazione e consapevolezza corporea.

Il progetto offre agli studenti l'opportunità di crescere in armonia tra corpo, mente ed emozioni. Attraverso il movimento, il gioco e la collaborazione, ogni alunno sviluppa consapevolezza di sé, fiducia, equilibrio e capacità di relazionarsi con gli altri. Muoversi diventa così non solo un'attività fisica, ma un'esperienza educativa completa, che promuove benessere, autostima e competenze sociali.

“Giocare è la prima forma di creatività e libertà del bambino.”

– Jean Piaget

Giacomo Trapanese

Docente di Educazione Fisica