

PERCORSI MOTORI E PSICO-GIOCO NELLE SCUOLE ELEMENTARI E MEDIE



Attraverso il **gioco** il bambino conosce **se stesso, la realtà esterna e si relaziona con il mondo**, stabilendo **rapporti affettivi e sociali**. L'interesse per il gioco è stato sempre presente lungo i secoli, ne ribadiscono l'importanza già Platone, Aristotele e Tommaso D'Aquino nel Medioevo.

Una recente ricerca di J Goldstein (2012), psicologo e ricercatore associato presso l'università di Utrecht (Olanda), afferma che il gioco è **"la lente** attraverso cui i bambini sperimentano il loro mondo e il mondo degli altri" e mostra come il gioco favorisce lo **sviluppo e la crescita del cervello**, stabilendo nuove connessioni nervose che rendono i giocatori più intelligenti. Uno studio rileva che due ore al giorno di gioco, con degli oggetti, produce cambiamenti nel peso del cervello (Panksepp, 2003, Rosenzweig, 1976). Anche per noi il gioco è un momento determinante nella crescita dei bambini e, proprio per questo, abbiamo scelto di utilizzarlo per l'apprendimento di competenze importanti per il loro futuro, attraverso il movimento e lo sport, per una crescita armonica.

I benefici dello sport e del movimento, infatti, non si manifestano solamente nella **maturazione fisica** del bambino, ma anche e soprattutto nella sua **evoluzione psicologica**. **La pratica sportiva e del movimento** offre, infatti, una risposta ad alcuni bisogni psicologici fondamentali legati al gioco, al movimento, all'agonismo, fondamentali nell'organizzazione psicosomatica della personalità.

"...l'uomo è pienamente tale solo quando gioca", Schiller



AUTOCONSAPEVOLEZZA

TRA LE TEMATICHE:

- autoconsapevolezza
- concentrazione
- reazione all'errore

1 sessione di follow up



CONCENTRAZIONE

OBIETTIVI GENERALI

- Promuovere lo sviluppo delle **abilità motorie e creative** di ciascun bambino/ragazzo.
 - Aumentare la **consapevolezza corporea**
 - Favorire lo sviluppo individuale verso la **socializzazione** (rispetto delle regole, rispetto del turno, capacità di collaborare con il gruppo dei pari, etc.)
 - Favorire il passaggio dal movimento fisico al pensiero.
- Sviluppare la **creatività e l'espressività** di ogni bambino, attraverso il disegno e le rappresentazioni



REAZIONE ALL'ERRORE

METODOLOGIA

Tra i vari metodi:

Utilizzo del **movimento, giochi musicali e ritmici, esperienze distensive, utilizzo del disegno.**

Un **questionario** prima e dopo il percorso ai giovani, per verificare cambiamenti generati, evidenziare risorse e valutare l'efficacia

Un **questionario per i genitori** sulle aspettative e uno sulla valutazione finale, per avvalerci anche della preziosa collaborazione dei genitori

I genitori saranno coinvolti attivamente, al fine anche di migliorare sempre più il rapporto con i propri figli

MATERIALI E TEMPI

Il percorso prevede l'utilizzo di una palestra.

Tappetini, cinesini, Fit ball, lavagna, fogli e pennarelli.

2 incontri settimanali per la durata di un'ora per modulo. Ogni modulo sarà sviluppato a distanza di **15 giorni**.

Una seduta di **follow up** a distanza di un mese

REFERENTI

Elisa Faretta psicologa-psicoterapeuta, supervisore. Responsabile Centro Studi P.I.E.C., S.I.M.P. e Area Formazione

Tiziana Agazzi psicologa-psicoterapeuta, supervisore. Esperta in psicologia dello sport, coaching sportivo e manageriale, socia P.I.E.C., S.I.M.P

Stefania Cribioli Psicologa dello Sport. Formatore in ambito aziendale e sportivo. Consulente per l'orientamento scolastico. Socia S.I.M.P