

Servizio



Asilo Infantile Veratti
Via Como 9 - 21100 Varese
A.S. 2026/2027

Titolo

PROGETTO DI PSICOMOTRICITA' RELAZIONALE

"Un viaggio insieme... alla scoperta delle emozioni"



Premessa	Per l'Anno Scolastico in corso, la Programmazione Annuale della Scuola dell'Infanzia "Veratti" prevede un percorso dedicato all'esplorazione delle emozioni, con l'obiettivo di accompagnare i bambini nella scoperta e nella consapevolezza del proprio mondo interiore. Ogni emozione sarà associata a un colore, per renderla più facilmente riconoscibile e vicina all'esperienza dei bambini. Attraverso attività grafiche, pittoriche e conversazioni guidate, si stimolerà sia la rappresentazione simbolica che l'espressione verbale, sempre più ricca e personale. In linea con questi obiettivi, le insegnanti e la psicomotricista Alessandra Maldari ha ideato un Progetto di Psicomotricità pensato in particolare per il gruppo delle "Farfalle" (età 5 anni), che si trovano a vivere l'ultimo anno della Scuola dell'Infanzia. Il progetto affronterà il tema delle emozioni attraverso una chiave corporea e relazionale, valorizzando il corpo come mezzo per sentire, riconoscere e comunicare ciò che si prova. Il percorso è pensato per accompagnare i bambini in questa fase di crescita importante e delicata, segnata dal passaggio alla Scuola Primaria. Un momento di grande trasformazione, in cui spesso si intrecciano sentimenti diversi e contrastanti: la gioia di diventare grandi, la curiosità verso il nuovo, ma anche la tristezza per ciò che si lascia, la paura dell'ignoto, o la rabbia per i cambiamenti che sfuggono al proprio controllo. Tutte queste emozioni, a volte difficili da nominare e condividere, trovano nel corpo in movimento uno spazio sicuro per essere vissute, riconosciute ed espresse, in un clima accogliente e di ascolto reciproco.
Descrizione Progetto/Finalità	Il progetto psicomotorio di quest'anno si pone come obiettivo fondamentale quello di accompagnare il gruppo delle "Farfalle" (bambini di 5 anni) in un percorso di scoperta, esplorazione e consapevolezza delle emozioni, integrando in modo sinergico la programmazione didattica annuale con un itinerario esperienziale a carattere psicomotorio. Il corpo sarà il mezzo privilegiato per vivere le emozioni in modo tangibile, attraverso attività che coinvolgeranno il movimento, la percezione corporea e la relazione con gli altri, in un contesto accogliente e rispettoso dei tempi individuali. A questo si affiancheranno momenti di rielaborazione grafico-espressiva e condivisione verbale, per aiutare i bambini a dare un nome a ciò

	che sentono e a comunicare il proprio vissuto in modo sempre più consapevole. Gli incontri psicomotori si svilupperanno in parallelo con il percorso didattico di sezione, seguendo l'evoluzione dei temi affrontati in classe. Il lavoro sarà strutturato attorno a quattro macro aree emotive, corrispondenti alle emozioni primarie individuate nella programmazione: • Felicità • Rabbia • Paura • Tristezza Per ciascuna emozione, verranno proposte attività corporee specifiche, mirate a stimolare la percezione, la modulazione e l'espressione emotiva attraverso il gioco psicomotorio. A queste si affiancheranno attività di rielaborazione grafica e verbale, per sostenere il processo di simbolizzazione e favorire la narrazione del proprio mondo interno. Il percorso si propone dunque come un viaggio emotivo e corporeo, che mira a sostenere lo sviluppo dell'identità, dell'autonomia e della competenza emotiva, in un momento di grande trasformazione come l'ultimo anno della scuola dell'infanzia.
--	---

Obiettivi	Il Progetto Psicomotorio si inserisce all'interno della cornice educativa delineata dalle Indicazioni Nazionali per il Curricolo della Scuola dell'Infanzia (MIUR, 2012), che riconoscono il corpo e il movimento come elementi fondamentali per lo sviluppo globale del bambino. In particolare, all'interno del campo di esperienza “Il corpo e il movimento”, si promuove l'importanza del fare, dell'agire e del sentire, come modalità primarie di conoscenza del mondo, di sé e dell'altro. Attraverso l'attività psicomotoria, si intende accompagnare i bambini in un percorso di crescita che favorisca lo sviluppo dell'identità, dell'autonomia, della competenza e della cittadinanza, contribuendo al consolidamento delle competenze di base sul piano motorio, affettivo-relazionale e socio-emotivo. In linea con tali finalità educative, il progetto persegue i seguenti obiettivi generali: • Favorire la percezione e la consapevolezza del sé corporeo, nella relazione con sé stessi, con l'altro e con
------------------	--

	l'ambiente, promuovendo una progressiva integrazione tra vissuto corporeo, affettivo e cognitivo. • Sostenere il piacere senso-motorio, attraverso proposte che stimolino l'esplorazione, la curiosità e il benessere, valorizzando il corpo come strumento di gioco, scoperta e relazione. • Incoraggiare l'orientamento spazio-temporale, facilitando nei bambini la capacità di situarsi nel tempo, nello spazio e nel movimento, all'interno di contesti significativi e condivisi. • Facilitare l'autonomia personale e la capacità di adattamento all'ambiente scolastico, rafforzando la sicurezza di sé e la gestione autonoma delle proprie azioni e scelte. • Incentivare l'espressione e la comunicazione delle emozioni, attraverso canali verbali e non verbali, promuovendo la consapevolezza del proprio vissuto e il riconoscimento di quello altrui. • Stimolare il rispecchiamento e l'interazione all'interno del gruppo dei pari, favorendo il senso di appartenenza, la cooperazione e lo sviluppo delle competenze sociali.
Obiettivi specifici per i bambini di 5 anni (Farfalle)	Il progetto si propone di raggiungere i seguenti obiettivi, in coerenza con la programmazione annuale e con le caratteristiche evolutive dei bambini di 5 anni: • Favorire la consapevolezza corporea delle emozioni, offrendo ai bambini occasioni per sentire, riconoscere e vivere le emozioni attraverso il movimento e l'esperienza fisica. • Accogliere, ascoltare e legittimare l'espressione emotiva, valorizzando ogni forma di comunicazione (verbale, corporea, simbolica) come espressione autentica del vissuto personale. • Stimolare l'espressione di emozioni, vissuti e sensazioni mediante il gioco, sia libero che strutturato, e attraverso le attività specificamente proposte nel percorso psicomotorio. • Lavorare sulla modulazione tonica, promuovendo esperienze di dialogo corporeo, ascolto tonico e rilassamento, per favorire la regolazione e la percezione del proprio stato interno. • Sostenere lo sviluppo della comunicazione in tutte le sue forme, verbali e non verbali, per migliorare la capacità di esprimere sé stessi e comprendere l'altro. • Favorire la presa di coscienza dei contrasti, sia a livello emotivo che relazionale, aiutando i bambini a riconoscere e accettare la presenza di emozioni diverse o ambivalenti. • Promuovere il senso di appartenenza al gruppo, attraverso attività che rinforzino la coesione, la collaborazione e il riconoscimento reciproco all'interno del contesto classe.

Attività	Le sedute psicomotorie saranno strutturate secondo una sequenza ritualizzata, che accompagna il bambino a orientarsi nel tempo dell'esperienza, a sentirsi sicuro nel contesto e a dare significato al proprio vissuto corporeo. Ogni incontro sarà articolato in tre momenti fondamentali, coerenti con l'approccio psicomotorio: 1. Fase iniziale – Accoglienza e messa in gioco del sé Questa fase ha lo scopo di favorire l'ingresso nel setting psicomotorio in modo graduale e rassicurante. Attraverso piccoli rituali d'apertura, scambi corporei e verbali (giro del saluto, canzoncine, brevi consegne condivise), si crea un clima di accoglienza e fiducia. È il momento in cui si facilita la verbalizzazione spontanea del vissuto emotivo, la condivisione delle regole di gruppo e si attiva l'attenzione tonica e relazionale dei bambini. 2. Fase centrale – Esplorazione, gioco e simbolizzazione In questa fase si propongono attività psicomotorie mirate agli obiettivi specifici del progetto, in relazione alle emozioni esplorate nel percorso. Attraverso il gioco motorio (libero e strutturato), il bambino ha la possibilità di: • esprimere il proprio vissuto emotivo in modo corporeo e simbolico; • sperimentare ruoli, relazioni e regole; • sviluppare consapevolezza del tono muscolare e del proprio schema corporeo; • acquisire strumenti per la regolazione affettiva e l'interazione con l'altro. Le proposte potranno includere: percorsi motori, giochi con materiali destrutturati, giochi di ruolo, giochi cooperativi e situazioni di rilassamento o contrazione muscolare, in relazione alle emozioni trattate (es. giochi di tensione e rilascio per la rabbia, giochi di protezione e contenimento per la paura, ecc.). 3. Fase finale – Ritorno alla calma e condivisione La fase conclusiva è un momento di rientro e decentramento, fondamentale per accompagnare i bambini verso una chiusura dell'attività e una rielaborazione simbolica dell'esperienza vissuta. Attraverso momenti di rilassamento, verbalizzazioni individuali o collettive, piccoli rituali di saluto e restituzione, si favorisce il passaggio da una dimensione prevalentemente corporea a una riflessione più consapevole e narrativa. Questa fase contribuisce inoltre a stabilizzare l'esperienza, integrandola nel vissuto emotivo e relazionale del bambino.

Tempi/ Spazi	Il progetto psicomotorio avrà inizio a partire da novembre 2025, in parallelo con l'avvio della programmazione didattica annuale. Il numero complessivo degli incontri è da considerarsi indicativo e potrà essere rimodulato in base all'andamento del progetto e alle esigenze che emergeranno nel corso dell'anno scolastico. Gli incontri saranno condotti dalla psicomotricista, Alessandra Maldari, il martedì mattina e pomeriggio. Spazio Le attività si svolgeranno all'interno della sala del gioco destrutturato, uno spazio ampio, sicuro e flessibile, predisposto per favorire il movimento libero, l'esplorazione corporea e l'interazione con materiali non strutturati. L'ambiente sarà organizzato per stimolare la creatività, la cooperazione e il rispetto dei tempi e degli spazi condivisi, elementi fondamentali per un apprendimento significativo e per la costruzione di relazioni positive. Tempo Il progetto prevede un percorso di circa 10–12 incontri di gruppo, della durata di 45 minuti ciascuno. La frequenza e il numero complessivo delle sedute potranno subire variazioni in funzione dell'andamento del progetto e delle dinamiche educative che emergeranno nel corso dell'anno. Descrizione del gruppo I gruppi saranno composti da 8–9 bambini di 5 anni, appartenenti alla medesima sezione. Questa modalità organizzativa consente di garantire una maggiore attenzione individuale all'interno del piccolo gruppo, favorendo la partecipazione attiva, un clima relazionale sereno e la costruzione di un forte senso di appartenenza.
Verifica	Monitoraggio e valutazione del progetto Il percorso prevede una valutazione articolata in più momenti, al fine di monitorare l'andamento del progetto e

	raccogliere elementi utili per una riflessione condivisa sullo sviluppo dei bambini e sull'efficacia delle proposte. • Una prima osservazione iniziale sarà condotta attraverso la rilevazione dei comportamenti, delle manifestazioni verbali spontanee e del livello di coinvolgimento dei bambini durante le attività. Questo momento permetterà di tracciare un quadro di partenza rispetto alla conoscenza e all'espressione delle emozioni. • È prevista una verifica intermedia, indicativamente nel mese di Gennaio, per valutare l'evoluzione del percorso, individuare eventuali criticità e, se necessario, apportare aggiustamenti in itinere. • La verifica conclusiva si baserà sull'analisi degli esiti emersi dalle esperienze svolte e sulla documentazione raccolta (produzioni grafiche, osservazioni narrative, fotografie, ecc.), al fine di riflettere sul percorso emotivo e relazionale compiuto dal gruppo. • Infine, sarà redatta una relazione finale a cura delle due psicomotriciste referenti del progetto, come restituzione complessiva del lavoro svolto e punto di partenza per eventuali sviluppi futuri.
Metodologia/ Materiali/	• Materiali psicomotori: cerchi, teli, corde, palloni, cuscini, tunnel, coni, ostacoli, cubi in gommapiuma; • Materiali naturali e sensoriali: sabbia, stoffe, oggetti con diverse texture, materiali destrutturati; • Oggetti simbolici: burattini, pupazzi, maschere, elementi legati al tema delle emozioni; • Supporti grafico-pittorici: colori, fogli grandi, cartelloni, materiali per collage e costruzioni; • Musica e suoni per attività ritmiche, di rilassamento e narrazione sonora.
Destinatari	Tutti i bambini della fascia d'età di 5 anni della Scuola dell'Infanzia "Veratti".
Insegnanti coinvolti	Il personale della scuola. L'Insegnante e Psicomotricista Alessandra Maldari.

Alessandra Maldari