

MODULO 7: EDUCAZIONE MOTORIA

Titolo: *La psicomotricità dell'inclusione.*

Ore: 30 (15 attività laboratoriali da 2 ore ciascuna).

Descrizione:

Il progetto si propone di contribuire a combattere la dispersione scolastica e contenere il disagio sociale operando sulle dimensioni psichiche, fisiche e relazionale, vissute nella dimensione psicomotoria con l'attività motoria di gruppo.

Obiettivi: competenze

Il corso si propone di contribuire a sviluppare:

- La percezione di sé e il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive;
- Lo sport, le regole e il *fair play*;
- Salute, benessere, sicurezza e prevenzione.

Obiettivi: abilità

Ci si propone di potenziare le seguenti abilità:

- Percepire il proprio sé corporeo;
- Allenare e potenziare le capacità esecutive del gesto motorio, sia sul piano qualitativo sia su quello quantitativo;
- Padroneggiare gli schemi motori per la coordinazione dei movimenti e l'esercizio della pratica motoria e sportiva;
- Osservare le regole nel gioco e nella pratica sportiva;
- Tenere comportamenti di lealtà e correttezza;
- Osservare comportamenti di rispetto dell'igiene e dell'integrità della salute fisica e mentale nell'esercizio dell'attività motoria e sportiva;
- Valutare punti di forza e di debolezza, potenzialità e limiti del proprio corpo nell'esercizio della pratica motoria e sportiva.

Metodi e tempi:

Il corso, di 30 ore, si articolerà in **15 incontri settimanali di 2 ore ciascuno**.

Ogni singolo incontro si articolerà nelle seguenti fasi:

- Riscaldamento e attivazione motoria generale e segmentaria (20 minuti circa);
- Approfondimento tecnico dei principali fondamentali individuali del gioco sportivo (50 minuti circa);
- Momento di gioco in cui si metteranno in pratica le tecniche individuali, i fondamentali di squadra elementari, le regole del gioco unite al *fair play*, al rispetto dell'altro, al tentativo di elaborare strategie di cooperazione e collaborazione (50 minuti circa).

Studenti: 25 studenti IIS "Cremona".

Figure professionali: 1 esperto - 1 tutor.

Periodo: Gennaio 2018 - Maggio 2018.

Sede: IIS "Cremona" - Viale Marche, 71/73 Milano.