

C

orpo in movimento



Premessa

Il corpo e il movimento sono tra i canali comunicativi e conoscitivi più importanti a questa età, dove azioni, gesti ed esplorazioni motorie diventano indispensabili per il processo di costruzione e di sviluppo della persona nella sua globalità. In una quotidianità sempre più sedentaria, i bambini/e faticano a sentire il proprio corpo come strumento di conoscenza, di libertà, di piacevolezza. Giardini, parchi o altri luoghi naturali suggeriscono andature e movenze che mettono in campo tutte le capacità d'esperienza che il nostro corpo possiede: offrono occasioni per osservare i compagni, prendere coraggio, mettersi alla prova, superarsi, tirarsi indietro, riprovare, prendere delle decisioni, inventare variazioni, crescere nell'autostima e nella fiducia in se stessi stimolando in questo modo non solo l'agilità fisica ma anche quella mentale.

Indice



3

movimenti in golenata

cervello

7

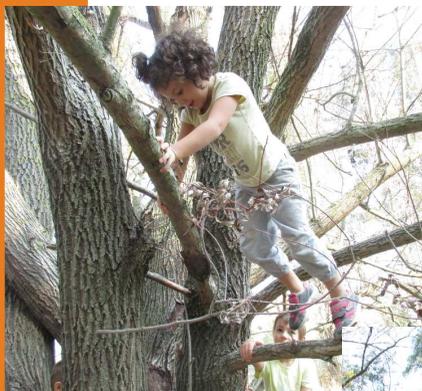




Movimenti

L'incontro con la natura parla di benessere in ogni sua declinazione. Un benessere in primo luogo fisico, che ridesta i corpi altrimenti seduti destinati a non conoscere cosa significhi correre, misurarsi nell'arrampicarsi su un albero, inciampare, sbucciarsi le ginocchia, cadere e rialzarsi, quindi trovare la strategia giusta per riprovare.

da "Apprendimenti in natura tra corpo e mente"
Monica Guerra



MOVIMENTI

l'arrampicata

Gli alberi hanno dei rami **secchi** e **non secchi**, in quelli secchi non possiamo **arrampicarci**. *Rita*

Dobbiamo andare sugli alberi un pò **cicciotti** e le **mani** devono tenere **stretto il ramo**. *Gaia*



Le **gambe sono piegate**, prima una gamba e poi l'altra. *Rita*

Sugli alberi ci **dondoliamo**. *Gaia*

Con le gambe a **penzolini**. *Andrea Isabel*

Le gambe **sono nel vuoto**, sotto non hanno niente. *Anna*



ARRAMPICATA



Mariachiara



Michele



Marvin



Andrea Isabel



Federico



Pasquale



Alessio