



# ALLA SCOPERTA DEL MIO CORPO

Fondazione Regina Margherita  
a.s. 2024/2025

**Destinatari:** bambini di 3 anni

**Durata del progetto:** annuale

**Spazi:** tutti gli spazi della scuola materna

**Tempi:** la giornata scolastica



### **Premessa**

Il progetto “Alla scoperta del mio corpo” è rivolto ai bambini di 3 anni e si propone di favorire la conoscenza del proprio corpo attraverso attività ludico-didattiche che stimolino la consapevolezza corporea e lo sviluppo delle competenze motorie. Attraverso il gioco e l’interazione, i bambini saranno incoraggiati a esplorare, riconoscere e nominare le varie parti del corpo, acquisendo anche una maggiore percezione di sé nello spazio.

## **Obiettivi generali**

- Promuovere la conoscenza del proprio corpo e delle sue parti.
- Stimolare lo sviluppo delle capacità motorie, sia grossolane che fini.
- Favorire la consapevolezza spaziale e corporea.
- Potenziare l'autonomia personale nel prendersi cura del proprio corpo.
- Sviluppare il linguaggio attraverso l'ampliamento del vocabolario relativo al corpo e alle sue funzioni.

## **Obiettivi specifici**

- Riconoscere e nominare le principali parti del corpo (testa, braccia, gambe, mani, piedi, etc.).
- Coordinare i movimenti grossolani (camminare, saltare, correre) e fini (manipolare oggetti).
- Comprendere la relazione tra le varie parti del corpo e il loro movimento.
- Sperimentare diverse posizioni e movimenti nello spazio, migliorando l'equilibrio.
- Incoraggiare l'autonomia nelle attività quotidiane come lavarsi le mani o vestirsi.

## **Metodologia**

Il progetto sarà svolto attraverso una metodologia ludica e partecipativa, che coinvolgerà i bambini in attività pratiche, giochi e racconti. La figura dell'educatore sarà di supporto per guidare i bambini alla scoperta del proprio corpo, attraverso esperienze sensoriali, motorie e linguistiche. Sarà privilegiata l'esplorazione attiva e la sperimentazione diretta, in un ambiente accogliente e sicuro.

## Attività previste

**Movimento e coordinazione:** percorsi motori che stimolino i bambini a usare il corpo in modo completo, migliorando la coordinazione e la consapevolezza dei propri movimenti nello spazio.

**Attività di disegno:** i bambini disegneranno la sagoma del proprio corpo e delle sue parti principali, per associare il linguaggio alla rappresentazione visiva.

**Attività sensoriali:** giochi che stimolino i cinque sensi (come toccare superfici diverse, ascoltare suoni del corpo, annusare oggetti, ecc.) per aumentare la consapevolezza corporea.

**Attività musicali:** filastrocche e canzoni che descrivono le parti del corpo e i movimenti, stimolando il linguaggio e la memoria.

**Igiene personale:** attività pratiche per promuovere l'autonomia e l'importanza della cura personale, come lavarsi le mani e imparare a soffiarsi il naso correttamente.

## **Conclusione**

Alla fine del percorso, i bambini avranno acquisito una maggiore consapevolezza del proprio corpo, delle sue parti e del modo in cui si muove nello spazio. Il progetto contribuirà inoltre a sviluppare le loro abilità motorie, la capacità di prendersi cura di sé e la socializzazione.

