



Ministero dell'Istruzione e del Merito  
**ISTITUTO COMPRENSIVO ROVERBELLA**

Via Trento e Trieste, 2 - 46048 Roverbella (MN) Tel. 0376694157  
C.M. MNIC818005 Cod. univoco UFSR5X Cod. Fisc. 93034770201  
PEO: mnic818005@istruzione.it www.icroverbella.edu.it PEC: mnic818005@pec.istruzione.it

**SCHEDA PROGETTO**

**A.S.2023/24**

**Scuola dell'infanzia di Malavicina**

**Progetto di:** classe / plesso / ordine di scuola / istituto (Sottolineare una delle voci indicate)

**1) Denominazione progetto**

*Indicare la denominazione del progetto*

YOGA E GIOCA

**2) Responsabile del progetto**

Camilla Pirozzi

**3) Classe / i coinvolta / e**

Alunni dell'ultimo anno

**4) Obiettivi**

*Descrivere gli obiettivi misurabili che si intendono perseguire, i destinatari a cui si rivolge, le finalità e le metodologie utilizzate. Illustrare eventuali rapporti con le altre istituzioni*

Obiettivi:

favorire lo sviluppo cognitivo ed emotivo e migliorare le capacità di scambio e di comunicazione attraverso la conoscenza del proprio corpo, l'ascolto di sé e delle proprie emozioni.

- migliorare il rispetto per sé e per gli altri, l'agire con calma e dolcezza superando gli atteggiamenti di competitività e aggressività, favorendo spirito di collaborazione ed interazione con gli altri.
- sviluppare la percezione dello spazio attraverso esercizi e giochi di gruppo o di coppia finalizzati a verificare ed eventualmente a migliorare la capacità di coordinamento dei movimenti uniti ad una corretta respirazione.

:Destinatari: I bambini dell'ultimo anno dell'Infanzia

Finalità:

- Prendere consapevolezza del proprio corpo e del proprio respiro
- Stimolare il benessere psicofisico
- Favorire il processo di socializzazione
- Potenziare l'autostima e la conoscenza del sé
- Capacità di rilassarsi, di concentrarsi meglio, di respirare correttamente

Metodologie:

Esercizi semplici e divertenti di respirazione e coordinamento dei movimenti che aiutano a consolidare la consapevolezza del corpo e della sua relazione con lo spazio, con l'ambiente e con gli altri.

Acquisizione di posture e posizioni dette Asana.

Momenti di silenzio e rilassamento.:

**5) Durata**

*Descrivere l'arco temporale in cui si attua il progetto, illustrare le fasi operative*

DA GENNAIO AD APRILE PER UN TOTALE DI 10 LEZIONI

Ad ogni incontro ci sarà una fase iniziale di conoscenza e saluto, a cui seguirà una fase operativa sul tema del giorno. L'incontro termina con il rilassamento e il saluto finale

**6) Risorse umane e finanziarie**

*Indicare i docenti coinvolti, le eventuali collaborazioni esterne, i finanziamenti previsti (PDS/FIS/COSTO ZERO)*

Progetto:  FIS       PDS      x COSTO ZERO

Numero docenti coinvolti 4.....

Numero ore per docente.....

Nominativi docenti (se non si è a conoscenza del nominativo, comunicarlo improrogabilmente entro il mese di settembre o alla nomina del personale supplente)

.....