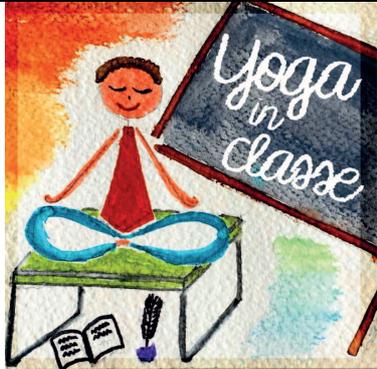


PIANO OFFERTA FORMATIVA a. s. 2017/2018  
SINTESI PROGETTO/ATTIVITA'

Allegato 10\_2017

Denominazione progetto - Indicare Codice e Denominazione del progetto

 <p>PROGETTO YOGA E RELAX</p>
---

Coerenza con il POF

Porre l'alunno al centro dell'azione educativa;  
Accrescere del benessere di tutti i bambini ;  
Rafforzare i rapporti interpersonali tra pari;  
creare lo spirito di gruppo

Responsabile progetto

Docenti scuola infanzia e/o esperto esterno

<b>Obiettivi:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificare e riconoscere le proprie emozioni</li><li>- stimolare la percezione corporea</li><li>- Mostrare comprensione ed empatia per gli altri</li><li>- formare un'immagine positiva di sé, fondamentale per la formazione dell'autostima.</li><li>- Gestire emozioni, comportamenti e stress.</li><li>- Sviluppare relazioni positive, lavorare in modo cooperativo, mediare, gestire i conflitti e chiedere aiuto.</li></ul>
<b>Modalità di attuazione</b>	<p><b>METODOLOGIA</b></p> <p>Le sedute, con sottofondo di musica relax, si svolgono generalmente nel tempo scuola dedicato al rilassamento, con particolare attenzione al respiro e ai punti di contatto del corpo con il tappeto, quindi seguono, sempre in forma ludica, esercizi individuali, in coppia e in gruppo, soprattutto imitativi (animali, elementi della natura, ...), giochi di fantasia interpretativi e giochi che coinvolgano i cinque sensi. Gli ultimi minuti saranno utilizzati per un ulteriore breve momento di rilassamento, al quale seguirà il "saluto yoga" ed un'eventuale verbalizzazione del vissuto.</p>
<b>Risultati attesi</b>	<p>Sviluppo delle competenze emotive, sociali, di autocontrollo degli alunni</p> <p>Sbloccare le emozioni, liberare energie</p>

	positive, migliorare e favorire il relax, ridurre l'impulsività e migliorare la capacità di ascolto e di concentrazione. - Migliorare, attraverso le tecniche di concentrazione, le capacità di attenzione e di apprendimento.
<b>Destinatari</b>	ALUNNI SCUOLA INFANZIA PRIMAVERA
<b>Beni e servizi</b>	<b>Spazi da utilizzare:</b> AULE DELLE CLASSI
<b>Tempi</b>	Il Progetto si svolgerà nel secondo quadrimestre (approssimativamente nei mesi di maggio-giugno)

<b>Risorse</b>	<b>Interne</b>
	<b>Docenti</b>
	INSEGNANTI DELLA CLASSE IN ORARIO DI SERVIZIO
	INSEGNANTI DELLA CLASSE IN ORARIO DI PROGRAMMAZIONE
	<b>Esterne:</b> Personale dell'Istituto con abilitazione ANCHE, SE i finanziamenti lo consentono, coadiuvati da esperti
<b>Verifica e valutazione</b>	Verranno monitorati in itinere: partecipazione, coinvolgimento, interesse degli alunni partecipanti nonché validità delle proposte e del percorso.