

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

Allegato 10_2017

Denominazione progetto - Indicare Codice e Denominazione del progetto

 <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">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

Obiettivi:	<ul style="list-style-type: none">- Identificare e riconoscere le proprie emozioni- stimolare la percezione corporea- Mostrare comprensione ed empatia per gli altri- formare un'immagine positiva di sé, fondamentale per la formazione dell'autostima.- Gestire emozioni, comportamenti e stress.- Sviluppare relazioni positive, lavorare in modo cooperativo, mediare, gestire i conflitti e chiedere aiuto.
Modalità di attuazione	<p>METODOLOGIA</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>
Risultati attesi	<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.
Destinatari	ALUNNI SCUOLA INFANZIA PRIMAVERA
Beni e servizi	Spazi da utilizzare: AULE DELLE CLASSI
Tempi	Il Progetto si svolgerà nel secondo quadrimestre (approssimativamente nei mesi di maggio-giugno)

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