

**INIZIATIVE di AMPLIAMENTO CURRICOLARE**

[ X ] INFANZIA

[ ] PRIMARIA

[ ] SECONDARIA

**Titolo Attività**

Yoga

**Descrizione sintetica con eventuale indicazione dell'area tematica di riferimento**

Approccio ludico, simbolico ed espressivo nel rispetto delle esigenze motorie del bambino

Giochi di coesione del gruppo, giochi di esplorazione dello spazio esterno a sé e interno (consapevolezza del respiro), storytelling su base storie inventate, giochi di espressione corporea e rappresentazione di storie con lo yoga (teatro dello yoga)

**Obiettivi formativi e Competenze attese**

Lo yoga ha lo scopo di potenziare nelle persone che lo praticano l'autostima, la conoscenza del sé, la capacità di rilassarsi e contemporaneamente di concentrarsi meglio, di respirare correttamente mirando ad uno sviluppo armonico tra corpo, mente e coscienza, lo sviluppo di un'immagine di sé positiva.

L'obiettivo principale di un corso di yoga per bambini è quello di riuscire a connettere la parte fisica, il corpo, con quella mentale ed elevare il tutto ad un unico livello, oltre che la maggiore capacità di fermarsi, di concentrarsi e di ascoltare il proprio corpo.

**Destinatari**

Gruppo classe [ x ]    Classi aperte verticali [ ]    Classi aperte Parallele [ ]    Altro [ ]

**RISORSE MATERIALI NECESSARI**LaboratoriBibliotecheStrutture sportive

Collegamento ad Internet	[ ]	Classica	[ ]	Calcetto	[ ]
Disegno	[ ]	Informatizzata	[ ]	Campo basket- pallavolo all'aperto	[ ]
Informatica	[ ]	risorsa esterna	[ ]	Palestra	[ ]
Musica	[ ]			..... (risorsa esterna)	[ ]
Scienze	[ ]	<u>Aule</u>			
Robotica	[ ]	Magna	[ ]		
Atelier Creativo	[ ]	Aula generica	[ ]		
..... (risorsa esterna)	[ ]	..... (risorsa esterna)	[ ]		

**Risorse professionali**

[ ] Interno

[ x ] esterno

[ ] altro

**Eventuale approfondimento**

SEZIONE FARFALLE gruppo 5 anni : 45 -50 minuti per un percorso di 10 lezioni per 1 gruppo da novembre