



**ASD Stramovimentiamoci**

# Chi siamo

La **Stramovimentiamoci ASD** è nata nel **2016** con l'idea di fondere in una realtà **strutturata**, esperienze e competenze acquisite nel quinquennio precedente negli **asili** e nelle **scuole d'infanzia** locali, e contribuire alla diffusione della disciplina della **Psicomotricità** che nel corso degli anni, a partire dalla Francia, si è **sviluppata** nel resto dell'Europa.

L'**Associazione** è presieduta da Anna Ranati, laureata in Scienze Motorie in Roma «Foro Italico» e specializzata in Psicomotricità con corso triennale post lauream; ad oggi si avvale di **20 professionisti interni** formati in ambito accademico motorio e psicomotorio, e collabora e propone l'attività di psicomotricità dell'età evolutiva in **oltre 40 strutture** tra asili e scuole dell'infanzia di Roma e Provincia.



# La psicomotricità

La **psicomotricità** è una disciplina che ha l'intento di comprendere ciò che il **bambino** esprime del suo **mondo interno** attraverso il **movimento**, poiché questi aspetti sono strettamente collegati alle sue **emozioni**, **relazioni** ed agli **affetti**.

La psicomotricità ha l'obiettivo di **intervenire** sulla sfera emotiva del bambino attraverso il **gioco**, l'attività **motoria** e l'**espressività corporea**, in modo che esso possa imparare ed accrescere modalità utili per uno sviluppo della **personalità armonica** e completa, ed **acquisire** ulteriori strumenti per relazionarsi con gli altri e con il mondo che lo circonda.

Il **gioco**, oltre alla sua rilevante funzione **ricreativa**, è fondamentale anche in un'ottica **educativa** e **sociale** in quanto permette di **sperimentare** la realtà e renderla comprensibile, esprimere e modellare le proprie **emozioni**, riconoscersi come **individuo** e farsi riconoscere dalla collettività, promuovendo l'integrazione di regole e limiti in un **ambiente favorevole**.





# Cosa migliora?

A partire dal canale motorio, mezzo principale del quale il bambino si serve, si vanno a stimolare gli ambiti **cognitivi, motori, emotivi, relazionali e linguistici**, permettendogli di **acquisire numerose ed importanti competenze:**



# Schemi motori di base



Rappresentano le unità costitutive di tutti i movimenti e compaiono spontaneamente durante lo sviluppo psicomotorio

1

Sono le forme di coordinazione più semplici: strisciare, rotolare, camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, spingere, tirare, fare capovolte; rappresentano la base su cui costruire movimenti sempre più complessi che daranno origine a tutte le altre abilità motorie.

2

Imparare a utilizzare in modo efficace questi elementi significa, dal punto di vista psicomotorio, aver stimolato in modo adeguato gli apparati nervosi centrali e periferici deputati all'analisi, alla sintesi ed all'elaborazione dei dati percettivi.

3

Si manifestano secondo una precisa sequenza: componente genetica, maturazione biologica, stimolazione ambientale. La sequenza è generale, il ritmo di sviluppo individuale, ognuno include il precedente. Si formano e si consolidano in forma spontanea sotto forma di gioco.



# Percezione sensoriale



È il processo attraverso il quale il cervello seleziona, organizza ed interpreta le sensazioni trasformandole in emozioni

1

Usando il materiale sensoriale, il bambino impara a selezionare, mettere in relazione, discriminare, appaiare, classificare le caratteristiche, individuare serie coerenti, ma anche intuire concetti come interdipendenza o relatività.

2

Le attività di sviluppo sensoriali servono per stimolare emozioni positive, l'intelligenza emotiva, per migliorare il rapporto con il mondo e sono quindi un potente strumento per calmare e rasserenare il bambino, accrescendo le capacità cognitive, comunicative ed emotive.

3

L'educazione sensoriale promuove la fiducia e la sicurezza del bambino, che cresce imparando che il mondo è alla sua portata, in quanto sin da subito ha potuto esplorarlo in libertà.





# Coordinazione oculo-manuale

È la capacità di coordinare correttamente il movimento degli arti superiori in rapporto agli stimoli visivi ricevuti



1

Comincia a svilupparsi fin dai primi mesi del bambino, quando egli inizia a seguire con gli occhi oggetti in movimento e cerca di afferrarli. Questa abilità può migliorare man mano che il bambino cresce diventando sempre più raffinata.

2

È basilare per lo sviluppo dell'alfabetizzazione poiché è utilizzata in molteplici attività quotidiane come scrivere, disegnare, digitare al computer e manipolare oggetti. Tale competenza può essere esercitata relativamente alle qualità della velocità e della precisione.

3

Aumentando il tempo dedicato ad una attività che stimola la coordinazione occhio-mano, si ottiene un aumento dei tempi di attenzione e concentrazione dei bambini.



# Coordinazione oculo-podolica

È la capacità di coordinare correttamente il movimento degli arti inferiori in rapporto agli stimoli visivi ricevuti



1

Sono attività che richiedono un controllo visivo continuo ed un altrettanto continuo adattamento della motricità dell'arto allo spazio statico o in movimento, pertanto il loro esercizio incentiva l'attenzione e la concentrazione del bambino.

2

È importante esercitare tutti i gesti che i piedi possono compiere in modo controllato e preciso come camminare in varie forme (sulle punte, lateralmente, all'indietro), calciare, spingere, trattenere, calpestare ed intercettare traiettorie.

3

Aiuta i bambini più timorosi a vincere la paura della palla ed in generale prepara a tutte le attività sportive che si svolgono mediante essa ed implicano l'uso dei piedi (calcio, rugby e football).



# Controllo posturale



È la capacità di mantenere o modificare la posizione del tronco e del collo in base ai diversi stimoli dell'ambiente circostante

1

La postura è una abilità che il corpo mantiene a livello subconscio; qualora fosse compromessa, l'apprendimento del bambino non sarà più automatico poiché egli concentrerà tutte le risorse per il suo controllo e ciò gli impedirà di focalizzarsi su compiti più complessi.

2

È strettamente collegata all'equilibrio ed alla coordinazione; la sua mancanza determina irrequietezza, agitazione e rende faticoso l'apprendimento in quanto determina la mancanza di attenzione che si traduce spesso in difficoltà nella scrittura e nel calcolo.

3

Una corretta postura previene la maggior parte dei disturbi scheletrici e muscolari ed è fondamentale per permettere una manipolazione efficiente e precisa.

# Equilibrio



È la capacità motoria che permette di mantenere e di recuperare il proprio stato in seguito a qualsiasi movimento

1

L'equilibrio può essere statico, dinamico, di rotazione ed in volo; tutte e quattro le tipologie evolvono in stretto legame con lo sviluppo del sistema nervoso. L'equilibrio è una delle capacità coordinative speciali che ha un ruolo fondamentale sin dai primi anni di vita del bambino.

2

Esercitare l'equilibrio consente al bambino di avere maggior controllo del proprio corpo, migliorando stabilità, coordinazione e facilità di movimento, determinando anche la qualità di questo.

3

Migliorare l'equilibrio significa avere un buon controllo posturale; questo significa incrementare l'efficacia del movimento migliorando i gesti della vita quotidiana poiché una condizione di disequilibrio viene percepita dal bambino come pericolo.

# Motricità fine

È il controllo motorio attuato con precisione sui piccoli movimenti delle mani e dei piedi



1

Consente di apprendere le attività di cura della propria persona come lavarsi i denti, usare le posate, allacciarsi le scarpe, tenere in mano una penna, slacciarsi un bottone e molteplici altre attività, sia semplici che complesse, con cui il bambino ogni giorno si confronta.

2

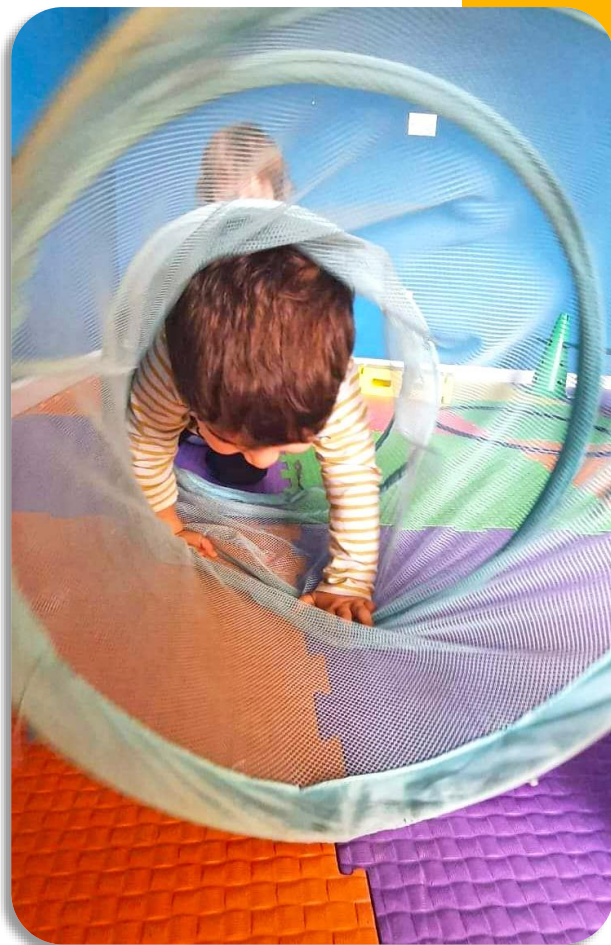
Attraverso queste proposte ludiche i movimenti del bambino diventano più sicuri ed accurati; riuscire in questi compiti implica anche un accrescimento dell'autostima e dell'autonomia dei bambini.

3

Aumenta la concentrazione, aiuta la coordinazione mano-occhio, incrementa la creatività e la curiosità, migliora la capacità di risoluzione dei problemi attraverso la ricerca di alternative e la comprensione dei concetti di causa-effetto ed azione-reazione.







# Concetti topologici

Comprendono l'insieme di relazioni utili alla capacità di orientamento, che intercorrono tra il bambino e l'ambiente circostante



1

I concetti topologici sono le nozioni che riguardano lo spazio che ci circonda: davanti-dietro, vicino-lontano, in alto-in basso, dentro-fuori, aperto-chiuso, alto basso, sinistra-destra, prima-dopo.

2

L'orientamento spaziale implica la consapevolezza della posizione che il bambino occupa nello spazio e la variazione di questa nel tempo in riferimento alle posizioni occupate dagli altri, agli oggetti che lo circondano nonché alle loro variazioni.

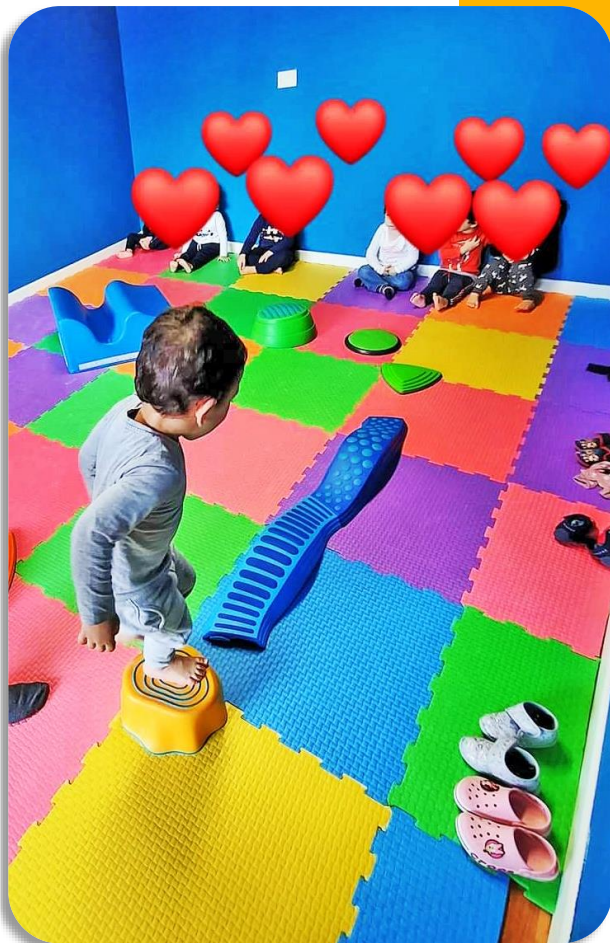
3

I riferimenti spaziali sono necessari anche per la prelettura/prescrittura, ovvero il collocare le lettere nella giusta posizione e leggerle secondo la direzionalità che è propria del nostro codice linguistico.



# Regole e limiti

Sono norme di comportamento che definiscono il modo in cui comportarsi in determinate circostanze e determinati contesti



1

La presenza di poche, semplici e comprensibili regole offre ai bambini sicurezza e contenimento, creando quella cornice in cui possono muoversi liberamente e sperimentare in maniera sicura.

2

Offrendo delle regole esterne, i bambini iniziano quel progresso di autoregolazione necessario per uno sviluppo sano ed armonioso; avere dei limiti aiuta i bambini ad allenare la negoziazione e la capacità di attendere, di rinunciare e di mediare.

3

Rispettare le regole aiuta i bambini a comprendere che oltre a sé stessi, c'è una realtà che esiste e deve essere considerata; fuori da noi, infatti, ci sono gli altri con le loro emozioni e le loro esigenze di cui occorre tenere conto e che occorre rispettare.



# Comportamenti prosociali



È la tendenza a mettere in atto comportamenti positivi e benefici su altre persone; sono la condivisione, la cooperazione e l'aiuto reciproco

1

La condivisione è importante perché un bambino capace di condividere sarà un adulto generoso; inoltre la condivisione con fa apprendere ai bambini l'importanza di dare agli altri e di ricevere dagli altri nei momenti del bisogno, infondendo in loro il concetto di aiuto reciproco.

2

La cooperazione è un concetto chiave per la futura vita da adulti; gli adulti devono cooperare sia sul lavoro che nelle loro relazioni interpersonali, e questa abilità si apprende particolarmente da bambini.

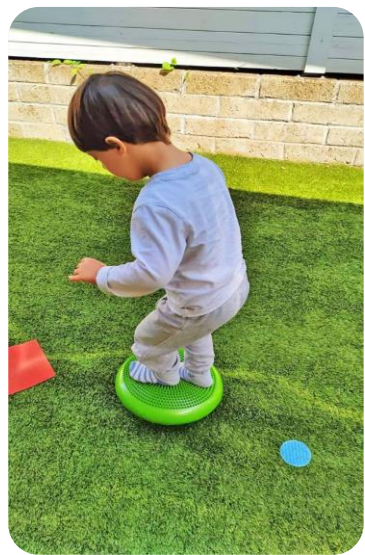
3

L'aiuto reciproco è la capacità di far star bene un'altra persona; ciò accresce l'autostima del bambino che ha aiutato l'altro in difficoltà, permettendogli di sperimentare il suo senso di realizzazione e di costruire l'impalcatura del suo corretto sistema valoriale.





Il corso è rivolto a tutte le sezioni della Struttura;  
i bambini vengono suddivisi per sezioni ed in base alla loro età (piccoli, medi e grandi)





# Materiale psicomotorio



Per la scelta del materiale psicomotorio è importante valutare la qualità, l'effettiva funzionalità e la tipologia affinché si riesca a garantire la copertura di ciascuna area sulla quale si vuol intervenire in rapporto al numero di bambini ed alla loro fascia d'età, sia per varietà che per quantità.


Utilizziamo materiale di aziende **leader di settore** italiane ed europee, **ideato** e **realizzato** specificatamente per l'attività psicomotoria, **atossico** e **sicuro** sotto ogni punto di vista.

Tenendo conto delle specifiche **esigenze** di ciascun bambino, **selezioniamo** il materiale sulla base degli **obiettivi** che ci prefiggiamo in **ciascuna** lezione secondo il nostro **programma**.

**Disinfettiamo** il materiale psicomotorio dopo ciascun **utilizzo** con specifici prodotti atossici, **controllandone** spesso l'integrità e **sostituendolo** qualora presentasse segni pregiudizievoli.



# Programmazione annuale

Calendario esemplificativo		
1° mese	2° mese	3° mese
Sperimentazione e conoscenza reciproca	Schemi motori di base	Equilibrio
4° mese	5° mese	6° mese
Controllo posturale	Coord. oculo manuale e podalico	Percezione sensoriale e motricità fine
7° mese	8° mese	
Concetti topologici	Comportamenti prosociali	

La programmazione comincia necessariamente con la sperimentazione e la conoscenza reciproca: nel primo mese di laboratorio i bambini vengono lasciati liberi di sperimentare il materiale psicomotorio, sempre sotto la supervisione del professionista, loro figura di riferimento, ma senza imposizioni o indicazioni di merito.

Questo permette al bambino di familiarizzare con la nuova situazione per far sì che al termine delle quattro lezioni si senta già sicuro e possa confrontarsi serenamente con le tappe successive, ma permette anche al professionista di condurre la sua osservazione, di esaminare le dinamiche di gruppo e di valutare i caratteri dei bambini, i loro punti di forza e le loro fragilità, per gettare così le basi di una programmazione ottimale ed il più possibile personalizzata ed attenta alle esigenze di tutti.

Ad esclusione del primo mese, la programmazione annuale mantiene una certa flessibilità; il professionista valuta di volta in volta se mantenere puntualmente il programma, passare all'ambito successivo o sceglierne momentaneamente, fra quelli calendarizzati, uno più confacente allo stato emotivo attuale del gruppo, per poi tornare successivamente all'ambito sospeso e proseguire nel progetto.





**Grazie**

# Contatti

---



**ASD Stramovimentiamoci**



Dott.ssa Anna Ranati



+39 327 2313 733



annaranati@libero.it



ASD Stramovimentiamoci



Via Raffaello Liberti 159 Roma