

IL MIO CORPO, LA MIA STORIA: un viaggio creativo tra sensi e movimento

SCUOLA MATERNA "SAN MATTEO" - NICHELINO



UN VIAGGIO CREATIVO TRA SENSI E MOVIMENTO

PROGETTO DI LABORATORIO CREATIVO - ANNO SCOLASTICO 2024-2025
PER BAMBINE E BAMBINI - SCUOLA MATERNA SAN MATTEO

ATTIVITÀ: Espressione Corporea • Area Sensoriale • Gioco Movimento • Espressione Creativa

Laboratorio creativo sul corpo umano

Il mio corpo: una scoperta dalla testa ai piedi

Destinatori e durata

Il laboratorio è rivolto ai bambini di 5 anni.
È costituito da dieci incontri di un'ora,
seguiti da un incontro conclusivo
di un'ora con i genitori.



Finalità del percorso

Il percorso aiuta i bambini a riconoscere
e nominare le principali parti del corpo,
rappresentare la figura umana, esplorare i cinque sensi
e sviluppare coordinazione e motricità fine.
Offre anche occasioni per riconoscere le emozioni,
acquisire semplici abitudini di cura e valorizzare
le caratteristiche di ciascuno.

Struttura di ogni incontro

- Breve momento iniziale in cerchio
- Attività creativa
- Gioco corporeo
- Condivisione finale



1 Come sono fatto

Obiettivo

Riconoscere e nominare le principali parti del corpo.

Attività creativa

La sagoma a grandezza naturale. Su un grande foglio, l'insegnante traccia il contorno di un bambino disponibile; in alternativa prepara una sagoma. Il gruppo la completa e nomina testa, tronco, braccia, mani, gambe e piedi.

Materiali

Carta da pacco, pennarelli grossi, pastelli a cera, ritagli di carta.

Gioco ed esplorazione

Tocca il naso, alza le braccia...



2 Il mio viso racconta

Obiettivo Individuare le parti del viso e osservarne la posizione.

Attività creativa Autoritratto allo specchio. I bambini osservano il proprio viso e realizzano un ritratto con occhi, naso, bocca, orecchie e capelli.

Materiali Specchi infrangibili, cartoncini, lana, carte di colori diversi, colla stick.

Gioco ed esplorazione Imitare lentamente le espressioni di un compagno.



3

Mani che scoprono e creano

Obiettivo Conoscere mani e dita; sperimentare gesti e sensazioni tattili.

Attività creativa Il giardino delle impronte. Le impronte delle mani diventano fiori, alberi o animali. Si esplorano poi superfici morbide, lisce e ruvide, descrivendo le sensazioni.

Materiali Colori a dita lavabili, fogli grandi, spugne, feltro, cartone ondulato.

Gioco ed esplorazione Aprire, chiudere e muovere le dita seguendo una filastrocca.



4

Piedi e gambe in viaggio

Obiettivo Riconoscere piedi e gambe e sperimentare equilibrio e movimento.

Attività creativa Le strade dei piedi. Si disegnano i contorni dei piedi su cartoncino, si decorano e si dispongono a terra per creare un percorso.

Materiali Cartoncini, pastelli, nastro adesivo adatto al pavimento.

Gioco ed esplorazione Seguire le impronte con passi lunghi, corti e laterali, adattando il percorso alle possibilità di ciascuno.



5

Il corpo si piega e si muove

Obiettivo Individuare alcune articolazioni e osservare come permettono il movimento.

Attività creativa Il personaggio snodato. I bambini assemblano parti del corpo in cartoncino; l'adulto applica i fermacampioni per rendere mobili braccia e gambe.

Materiali Sagome di cartoncino, pennarelli, fermacampioni.

Gioco ed esplorazione Assumere le posizioni del personaggio, osservando gomiti e ginocchia.



6

Cinque sensi per esplorare

Obiettivo Collegare i cinque sensi alle parti del corpo coinvolte.

Attività creativa Il fiore dei sensi. Ogni bambino realizza un fiore con cinque petali: vista, udito, olfatto, gusto e tatto, rappresentati con disegni e materiali.

Materiali Carte colorate, immagini, piccoli contenitori sonori, tessuti, erbe aromatiche.

Gioco ed esplorazione Brevi esperienze sensoriali; per il gusto si possono usare immagini di alimenti familiari. Si chiarisce che il tatto riguarda la pelle di tutto il corpo.



7 Il cuore batte e il corpo respira

Obiettivo Accorgersi del battito cardiaco e dei movimenti della respirazione.

Attività creativa Il cortellone del corpo vivo. Dopo aver appoggiato una mano sul petto e osservato il respiro, i bambini collocano un cuore e due polmoni di carta su una sagoma.

Materiali Carta rossa e rosa, carta velina, colla, sagoma grande.

Gioco ed esplorazione Confrontare le sensazioni prima e dopo una breve attività motoria, senza gare.



8 Le emozioni abitano nel corpo

Obiettivo Riconoscere alcune emozioni e le loro espressioni corporee.

Attività creativa Le facce delle emozioni. Ogni bambino crea volti che esprimono gioia, tristezza, rabbia e paura, modificando la forma di occhi, sopracciglia e bocca.

Materiali Piatti di carta, cartoncini, lana, pastelli, colla.

Gioco ed esplorazione Rappresentare un'emozione con una postura e raccontare, se si desidera, quando la si prova.



10 Mi conosco e mi prendo cura di me

Obiettivo Rielaborare le conoscenze e riconoscere gesti quotidiani di cura.

Attività creativa Questo sono io! Ogni bambino realizza una figura umana con materiali a scelta e aggiunge disegni di azioni che fanno stare bene: lavarsi, riposare, bere, mangiare e muoversi.

Materiali Cartoncini, stoffe, lana, carte di recupero pulite, colori e colla.

Gioco ed esplorazione Condivisione: "Una cosa che ho scoperto sul mio corpo".

