

PIANO TRIENNALE DELL'OFFERTA FORMATIVA PROGETTO FORMATIVO	ISTITUTO COMPRENSIVO di via ACERBI
--------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------

ANNO SCOLASTICO: 2017/2018

TITOLO: Yoga e meditazione in classe

RESPONSABILE: Tufano

AREA DI RIFERIMENTO:

- | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Lingue
<input type="checkbox"/> Matematica/Scienze/Tecnologia
<input type="checkbox"/> Territorio e ambiente
<input type="checkbox"/> Musica e immagine
costituzione | <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Inclusione
<input type="checkbox"/> Cittadinanza e |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

DESTINATARI: Scuola Primaria Ada Negri, classe V B

OBIETTIVI FORMATIVI DA RAGGIUNGERE : Rafforzare il senso di appartenenza al gruppo. Acquisire consapevolezza delle funzioni fisiologiche e dei loro cambiamenti in relazione all'esercizio fisico. Migliorare la capacità di ascoltare, favorendo l'apprendimento.

COMPETENZE DA MIGLIORARE : Capacità di attenzione e di apprendimento.

METODOLOGIE UTILIZZATE : spiegazione dell'esperto e dimostrazione di semplici esercizi di respirazione e/o di movimenti. Ascolto di suoni.

DESCRIZIONE : breve e semplice meditazione guidata. Ascoltare dei suoni ed eseguire una semplice danza che rilassa la mente.