

# CONOSCO il MIO CORPO



Il progetto nasce dall'esigenza di accompagnare i bambini nel loro cammino evolutivo alla **scoperta del corpo**, offrendo la possibilità di sperimentare, scoprire, evolvere, esprimere le proprie potenzialità e le proprie emozioni, attraverso l'**espressività, il movimento e le stimolazioni sensoriali**.

Il corpo contiene codici cognitivi, affettivi, espressivi e relazionali. La conoscenza del proprio corpo, dunque, offre ai bambini la possibilità di interpretare e "leggere" i propri codici, di conoscere meglio le proprie emozioni e di prendere **consapevolezza di se stessi, anche in relazione agli altri**.

D'altra parte, il nucleo dell'identità ha origine nell'immagine corporea e nella consapevolezza del proprio sé corporeo.

La corporeità e il movimento rappresentano veri e propri strumenti di scoperta e di sviluppo che contribuiscono alla **maturazione globale della personalità**.

Tramite l'esperienza corporea, l'attività motoria riesce a coniugare lo sviluppo del movimento e quello dell'intelligenza, poiché corpo e mente dialogano tra loro e sono indissolubilmente legati.

In un clima di divertimento, collaborazione e accettazione, il progetto rappresenta un'occasione di incontro e condivisione, una possibilità di muoversi e di dialogare con gli altri, rapportandosi con lo spazio e con gli oggetti.

L'anima di tutte le proposte deve essere sempre quella del **gioco**, perché esso è un eccellente strumento educativo e didattico, una forma privilegiata di comunicazione e veicolo di conoscenza e di relazioni.

Le proposte devono essere accessibili a tutti gli alunni e devono presentare difficoltà e gradi d'intensità crescenti.

L'insegnante partecipa alle attività interagendo con i bambini da diversi punti di vista, lasciando che facciano tentativi e proponano soluzioni alternative agli schemi preconfigurati: in questo modo il bambino può sperimentare creativamente esperienze motorie diverse.

Il gioco tra gruppi di bambini può rappresentare un momento di libero sfogo e di sano confronto, ma costituisce anche una condizione importante per l'analisi e la comprensione, da parte dell'insegnante, di comportamenti individuali dei bambini in condizioni diverse.

Attraverso un'**attenta osservazione**, quindi, è possibile **verificare il raggiungimento di obiettivi educativi o motori**, anche con la strutturazione di verifiche che devono essere adeguate alle attività svolte e alle reali possibilità fisiche degli alunni.

## Dalla testa in giù



*Il collo regge la testolina  
testa in alto, testa in giù  
faccio un salto, ancora un altro  
ora provaci anche tu!*

*Braccia in fuori, braccia indietro  
sono stanco, allora mi siedo.  
Braccia in alto, braccia ai fianchi  
i gabbiani sono bianchi!*

*Fletto il busto pian pianino  
ora sembro un becchino,  
muovo il busto lentamente  
sono un bimbo impertinente!*

*Muovo le gambe, poi cammino,  
corro veloce come un trenino  
faccio tre passi e poi saltello  
cade la pioggia, prendo l'ombrello!*

# il Mio viso

Il percorso può iniziare con una filastrocca sulle parti del viso, recitata e mimata dai bambini, e con semplici giochi propedeutici per iniziare a riconoscere e a nominare le parti del corpo. Il percorso prosegue e si amplia con una lettura e con l'attività grafica che aiuterà i bambini a passare dalla sfera ludica a quella cognitiva in modo naturale e divertente

## La filastrocca del viso

L'insegnante legge ai bambini la filastrocca toccandosi le parti del volto. I bambini devono imitarla.

In un secondo momento, l'insegnante si limiterà a leggere il testo e i bambini, da soli, dovranno seguirlo con i movimenti appresi.



## il Mio viso

Tondo è il mio viso come un mappamondo  
*(fare un cerchio attorno al proprio viso con un dito)*  
ho due occhi attenti per guardare il mondo,  
*(toccarsi gli occhi)*  
un naso piccino per sentire gli odori,  
*(toccarsi il naso)*  
due orecchie graziose per suoni e rumori,  
*(toccarsi le orecchie)*  
felice o triste c'è anche la bocca...  
*(toccarsi la bocca)*  
e così amico mio ecco la filastrocca!

*Valeria Forconi*



# il bambino invisibile



C'era una volta un bambino di nome Robi. Robi non era come tutti gli altri, aveva una particolarità: era invisibile! La mamma non faceva altro che chiamarlo, perché non vedeva mai dove fosse e si preoccupava.

Ogni tanto dalla dispensa sparivano i pasticcini, la mamma era sicura che li avesse presi Robi, ma non poteva vederlo!

Che bello! Direte voi. Essere invisibili ha un sacco di vantaggi: puoi fare le marachelle e nessuno ti scopre, puoi giocare a nascondino e nessuno ti trova!

Ma Robi non era contento, perché non riusciva a farsi degli amici. Gli altri bambini si spaventavano perché sentivano la sua voce, ma non lo vedevano.

Un giorno, però, a scuola arrivò una bambina nuova, molto vivace e chiacchierina. Rosalina non aveva paura di niente e andò subito da Robi perché, anzi, era curiosa!

Gli fece un sacco di domande: "Ma tu come mangi se non hai la bocca? Ma tu senti gli odori se non hai il naso? Ma tu mi vedi se non hai gli occhi?"

Robi era contento di parlare con qualcuno e gli rispose:

- Io ho la bocca, il naso e gli occhi... ma sono invisibili!
- Ohhhhh ma è una cosa ben strana! Come ti chiami?
- Mi chiamo Robi.
- Io mi chiamo Rosalina, ma tu puoi chiamarmi Rosi. Robi e Rosi: diventeremo di certo amici!



Infatti i due da quel giorno divennero amici per la pelle, giocavano sempre insieme.

A Rosi piaceva tanto disegnare e dipingere, così un giorno decise di fare un ritratto di Robi. Non era facile: non lo aveva mai visto!

Ma Rosi aveva anche tanta fantasia e così provò a immaginarlo: disegnò su un foglio un viso con una bocca, un naso, due occhietti, le orecchie, i capelli. Era concentrata e non si accorse che stava avvenendo una magia: mano a mano che lei disegnava Robi diventava visibile! Dal nulla iniziarono a vedersi un visino con gli occhi marroni, un naso, una bocca sorridente, dei capelli neri...

Rosi alzò gli occhi e gridò: – Robi, ti vedo, ora ti vedo!

– Come mi vedi?! – esclamò il bambino.

– Sì, sei comparso, ma ti mancano dei pezzi. Dai che ora li disegno!

Rosi si mise al lavoro: disegnò il corpo, con il torace, le spalle, le braccia, le mani, le gambe. Alla fine del disegno Robi era lì in carne ed ossa!

Rosi, felicissima, lo prese per la mano e lo portò davanti allo specchio. Il bambino guardò e si vide per la prima volta.

– Che bello avere un corpo! E che bello avere un'amica! – disse Robi felicissimo e i due bambini si abbracciarono e fecero festa tutto il giorno!

*Valeria Forconi*

## CONVERSAZIONE GUIDATA

- ▶ Chi era Robi?
- ▶ Cosa le piace fare?
- ▶ Che particolarità aveva?
- ▶ Cosa disegna un giorno?
- ▶ Chi è Rosi?
- ▶ Cosa succede?
- ▶ La bambina ha paura di Robi?
- ▶ Come finisce la storia?

## RAPPRESENTAZIONE GRAFICA

Dividiamo dei fogli in due parti con una linea e facciamo disegnare ai bambini Robi.

## il Mio amico

### Materiali

- Fogli bianchi e colori

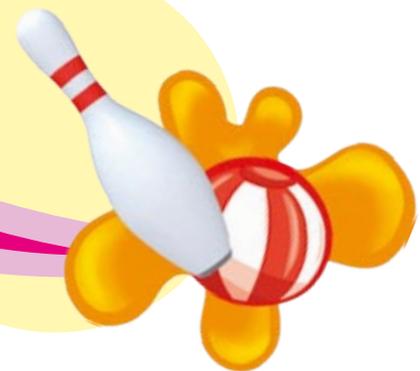


- Dividiamo i bambini a coppie e chiediamo a ciascuno di descrivere il proprio compagno, dapprima con le parole, poi attraverso il disegno e i colori.
- Questa proposta valorizza i rapporti tra i bambini: fare il ritratto di un amico è un'esperienza importante per le relazioni, perché avvicina e aumenta il grado di consapevolezza dei propri sentimenti verso gli altri.
- La tecnica rappresentativa accompagnata dalla verbalizzazione, poi, avvicina fortemente i bambini e scatena momenti di gioco e di riso.

## LO SPECCHIO

### Materiali

- Uno specchio a figura intera



- Facciamo disporre i bambini in cerchio: l'insegnante indica su se stessa alcune parti del corpo e le nomina. I bambini dovranno indicare su loro stessi la stessa parte e pronunciarne il nome.
- Dopo la prima fase, facciamo disporre i bambini a turno davanti allo specchio: essi dovranno toccare su se stessi le parti del corpo e poi nominarle.

# RITRATTI COLLAGE



## Materiali

- Riviste a colori
- Fogli bianchi
- Pennarelli
- Forbici e colla



## Si comincia!



- Cerchiamo tra le riviste delle parti del viso (occhi, nasi, bocche...) da ritagliare.
- Lasciamo i bambini liberi di comporre un ritratto utilizzando a piacere gli elementi ritagliati, incollati su un foglio o su un cartoncino.



# AUTORITRATTO... a metà!

## Materiali

- Fotografie dei bambini in primo piano
- Fogli bianchi
- Forbici e colla
- Colori a pastello



**Si comincia!**

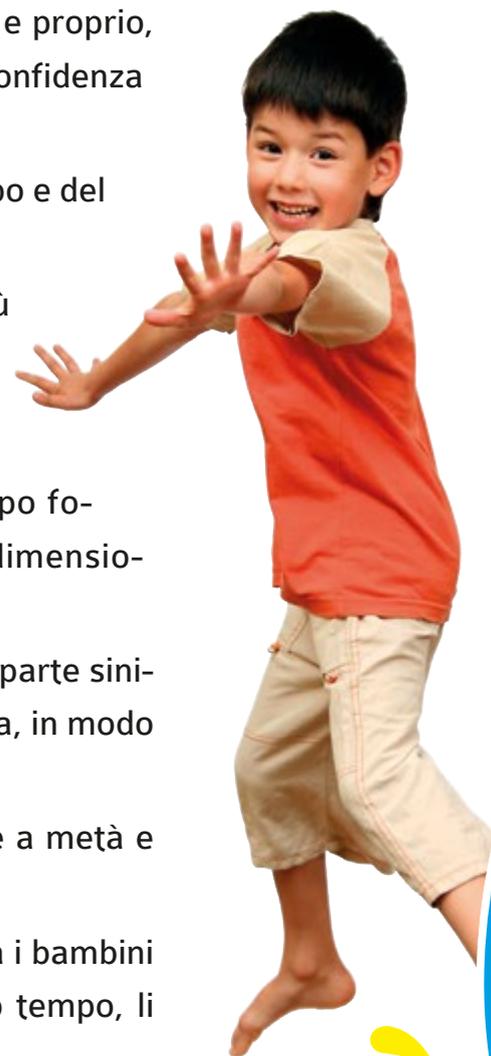


Prima di far cimentare i bambini con l'autoritratto vero e proprio, proponiamo un'attività guidata che li faccia prendere confidenza con lo schema del viso.

Il percorso grafico, legato alla rappresentazione del corpo e del viso documenta l'esigenza dei bambini di rappresentare se stessi.

Dai primi scarabocchi, vedremo svilupparsi disegni mano a mano più precisi dai quali emergerà l'evoluzione della conoscenza dello schema corporeo, sempre più corretta e ricca di particolari.

- Procuriamoci delle fotografie dei bambini in primo piano, tipo fototessera e facciamo di ciascuna una fotocopia ingrandita (dimensione A4).
- Tagliamo le fotocopie a metà, verticalmente, poi prendiamo la parte sinistra dei visi e incolliamola su un foglio bianco, sempre a sinistra, in modo che sulla destra rimanga abbondante spazio libero.
- A questo punto, consegniamo a ciascuno la propria immagine a metà e chiediamo di completare il viso utilizzando i pastelli.
- Avere un riferimento fotografico, anche se incompleto, aiuterà i bambini a strutturare correttamente lo schema del viso e, allo stesso tempo, li aiuterà a percepirne la simmetria.



# L'AUTORITRATTO ARTISTICO



## Materiali

- Immagini di autoritratti
- Fogli e cartoncini bianchi
- Colori di vario tipo
- Carte colorate di vario tipo
- Forbici e colla



## Si comincia!



I bambini, già a 3 anni, si cimentano nel rappresentare se stessi. Il primo autoritratto è un prodotto caratterizzato da una forte casualità, eppure i bambini vi si riconoscono, trasferiscono nel disegno il modo in cui si vedono e spesso non dicono solo "L'ho fatto io", ma "Questo sono io".

I bambini arricchiscono la loro immagine del viso, ne colgono le infinite variazioni, ne osservano i dettagli minuti con il sostegno dell'insegnante che li aiuta a dare significato e prospettiva al percorso.

- Mostriamo ai bambini alcuni autoritratti celebri (qui ne proponiamo alcuni). Scegliamo pittori che abbiano usato per le loro opere tecniche e colori molto differenti, per dimostrare che esistono molti modi per rappresentarsi. L'importante è che in tutte le opere prescelte sia chiaro lo schema del viso, perché i bambini dovranno riprodurlo correttamente.



Raffaello



Van Gogh



Picasso



Frida Kahlo

- Facciamo poi posizionare i bambini davanti allo specchio, ponendo attenzione al viso e alle parti che lo compongono: occhi, naso, orecchie, bocca... chiediamo ai bambini di indicarle e chiediamo loro a cosa servono.

## Esempio:

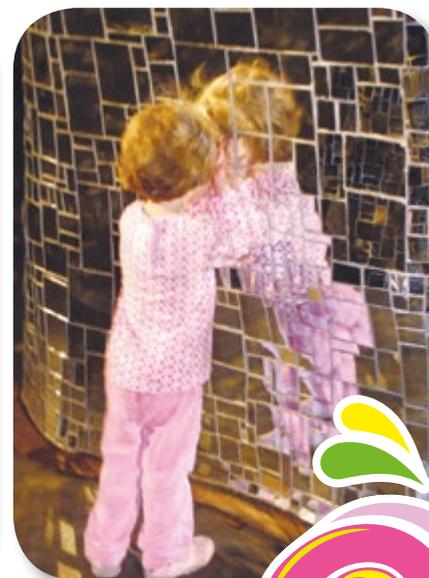
**Insegnante:** - Bambini, indicate la bocca. Sapete a cosa serve la bocca?

### Le risposte dei bambini:

- ▶ La bocca è per mangiare!
- ▶ Anche per chiacchierare, vero maestra?
- ▶ Io faccio la linguaccia!
- ▶ La bocca è per il sorriso!



- Chiediamo ai bambini di realizzare un loro autoritratto su fogli di carta, usando solo la matita o il pennarello nero: questo schizzo iniziale ci servirà per rappresentare correttamente lo schema del viso su cui poi lavoreremo per arrivare a un'espressione completa ed emozionale di sé.
- Ritagliamo tessere da carte di varia consistenza e di vari colori, più ne abbiamo e meglio è. Dividiamo le tessere per colore, mescolando però le tipologie di carte: avremo dunque mucchietti di tessere verdi di diverso tipo, di tessere rosse e così via.
- I bambini dovranno usare le tessere per colorare un cartoncino bianco che useranno come sfondo su cui incollare il proprio autoritratto ritagliato e, se vogliono, potranno aggiungere particolari con i colori: gli autoritratti prenderanno così colore e vita, esprimendo qualcosa del mondo interiore degli "artisti in erba"!





**N.B.**

Possiamo proporre questa attività anche come lavoro sullo schema corporeo globale, sostituendo l'autoritratto del viso con un disegno di sé a figura intera.



## Naso, bocca e ancor di più

CD1 **traccia 6**

*Rit. Naso, bocca e ancor di più,  
occhi neri, occhi blu  
Bom bom bom bom bom  
bom bom bom bom bom  
bom bom bom.*

*Due orecchie pur piccine  
son graziose le manine  
con il gusto si può fare  
ogni cosa assaporare.  
Gli occhi luminosi  
scoprono sempre ogni cosa  
e un nasino all'insù  
cerca odori sempre più!*

*Rit.  
Due orecchie sempre in giro  
per sentire ogni rumore,  
con il gusto si può dire  
se è dolce oppure no!*

*Con le piccole manine  
come due farfalline  
per conoscere e salutare  
e per accarezzare!*

*Rit.*



## Lo schema corporeo



Dopo un primo approccio  
giocoso e dopo aver imparato a  
conoscere meglio il viso, proponiamo  
ai bambini alcune attività per conoscere meglio anche  
il resto del corpo, per renderli maggiormente consapevoli di sé e  
per insegnare loro "come sono fatti".

## Le Mani

I bambini, pur avendo gli schemi globali generici del corpo, hanno bisogno di essere guidati per rappresentare gli schemi segmentari, riguardanti le singole parti (lateralità, arti inferiori e superiori...). Questa conquista mentale e cognitiva importantissima può avvenire mediante esperienze da

fare con le mani che, più di qualsiasi altra parte del corpo, influenzano lo sviluppo dell'autonomia e delle competenze. Le mani, infatti, permettono di afferrare gli oggetti, di riconoscerli e di "appropriarsene".



**La manipolazione favorisce:**

- l'interiorizzazione di schemi motori;
- l'acquisizione di abilità motorie via via più precise;
- l'esplorazione;
- la relazione interpersonale.

- Iniziamo insegnando una semplice filastrocca sulle mani e le sue dita, accompagnata dalla gestualità: i bambini mimano le azioni e muovono le parti del corpo nominate.



## i Dieci FRATELLINI

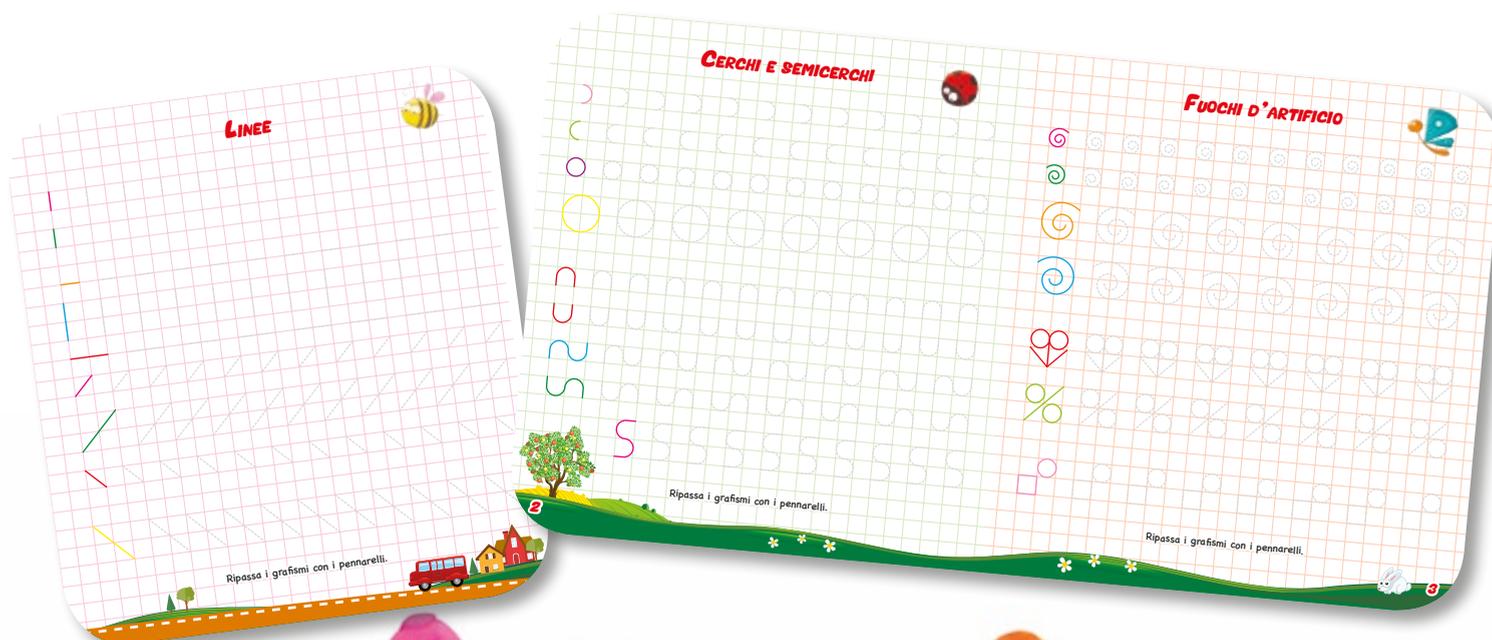
Il **pollice** viaggia con l'autostop,  
l'**indice** spesso dice di no,  
poi viene il **medio** che pensa chissà?  
Se l'**anulare** l'anello ce l'ha?  
Ultimo **mignolo** che è piccolino,  
sta dappertutto è un po' birichino,  
poi tutti insieme suonano il piano,  
fanno ciao ciao e si danno la mano.

*Filastrocca popolare*

- Dopo la filastrocca animata, proponiamo ai bambini di fare delle stampe delle proprie mani dipingendo ogni dito con un colore diverso, così da poterli poi distinguere.
- Dopo aver appoggiato la mano colorata sulla carta. Chiediamo ai bambini di sollevare le dita una a una, nominandole.



- Proponiamo attività di manipolazione (con la pasta modellabile o con la pasta di sale), utilizzando anche alcuni utensili e formine: li aiuterà a sviluppare la motricità fine e a prendere consapevolezza delle potenzialità delle loro mani!
- Proponiamo alcune schede dei quaderni operativi con percorsi da tracciare e linee tratteggiate da ripassare: saranno utili a sviluppare la coordinazione oculo-manuale, importantissima per la crescita, per sviluppare le capacità grafiche e pittoriche e per apprendere in seguito la letto-scrittura.



## Lo Schema Corporeo

*“Il termine schema corporeo definisce una rappresentazione cognitiva della posizione e dell'estensione del corpo nello spazio e dell'organizzazione gerarchica dei singoli segmenti corporei, finalizzata principalmente all'organizzazione dell'azione nello spazio”. (Wikipedia)*

Proponiamo ai bambini alcune attività per iniziare a correggere, ad ampliare e a perfezionare la loro conoscenza dello schema corporeo.

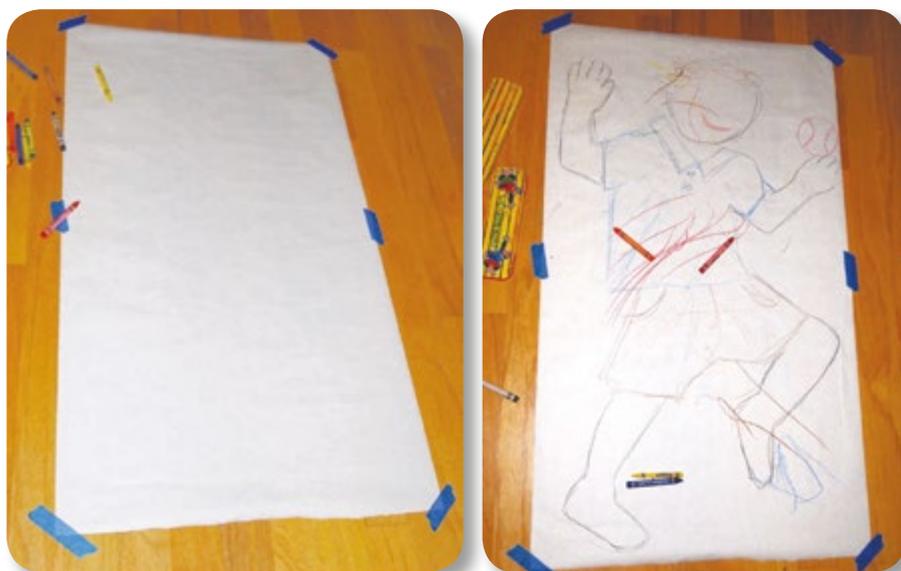


## La sagoma del corpo

### Materiali

- Carta da pacchi
- Pennarello nero
- Colori a piacere

- Facciamo adagiare i bambini, uno alla volta, su un foglio di carta da pacchi bianco steso a terra come un lenzuolo. Facciamo tenere al bambino steso le braccia e le gambe leggermente aperte.
- Possiamo anche dividere i bambini a coppie e mentre uno si sdraia il compagno traccia con il pennarello la sua sagoma.



- Una volta disegnata la sagoma, possiamo chiedere a ciascun bambino di completare la propria con i colori.

## La sagoma... artistica!



### Materiali

- Immagini dei quadri di Keith Haring
- Macchina fotografica digitale
- Carta da pacchi bianca
- Tempere e pennelli
- Pennarelli
- Carte di vario tipo
- Forbici e colla

## ● Il lavoro di gruppo

### 1° fase

I quadri di **Keith Haring** sono pieni di sagome coloratissime in movimento: sembra di vedere tanti omini colorati che saltano, ballano, comunicano... l'impatto di questi quadri, grazie anche ai colori vivaci, talvolta fluo, è fortissimo ed essi colpiscono particolarmente i bambini.

Mostriamo ai piccoli delle immagini dei quadri di questo artista e di commentarle.

## 2° fase

Chiediamo ora ai bambini di tentare di riprodurre i movimenti delle figure: possiamo dividere i bambini in piccoli gruppi o farli provare individualmente a sperimentare il movimento che preferiscono.

L'insegnante può documentare questa fase motoria con la macchina fotografica, così da avere una galleria di immagini dei bambini in movimento.

Possiamo creare un cartellone con i quadri di riferimento e le fotografie dei bambini che riproducono i movimenti.

## 3° fase

- Realizziamo tante sagome del corpo dei bambini, ma questa volta facciamo stendere i bambini sui fogli mimando un movimento a piacere, poi ognuno completerà la propria sagoma colorandola e attaccando su di essa pezzetti di carta o altri materiali.
- Copriamo una parete con un altro foglio grande di carta da pacchi bianca e attacchiamoci tutte le sagome dando dinamicità all'insieme, poi completiamo il grande "graffito" così realizzato aggiungendo con le tempere dei particolari ispirandoci ai quadri di Keith Haring: possiamo dipingere lo sfondo con un colore acceso e contornare le sagome di nero, perché spicchino, poi disegnare le "onde" del movimento dei corpi.



## ● Il lavoro individuale

### Materiali

- Fogli bianchi
- Tempere e pennelli



### 1° proposta

- Mostriamo ai bambini il modello della sagoma del corpo e chiediamo di copiarlo al centro di un foglio, poi facciamo colorare la sagoma di un colore e lo sfondo di un colore contrastante.
- Per facilitare il lavoro, possiamo consegnare direttamente le fotocopie del modello in fondo al libro.

### 2° proposta

- Chiediamo nuovamente ai bambini di riprodurre la sagoma del corpo, ma questa volta in movimento, e di colorarla con un colore primario a scelta, poi contorniamola più volte, utilizzando prima gli altri due colori primari e infine il nero.
- Anche in questo caso, per facilitare il lavoro, possiamo consegnare direttamente la fotocopia della sagoma del corpo.



# Keith Haring

**Keith Haring** è stato un pittore e writer statunitense. È stato uno degli esponenti più singolari del graffitismo di frontiera, emergendo dalla scena artistica newyorkese durante il boom del mercato dell'arte degli anni ottanta insieme ad artisti come Jean-Michel Basquiat e Richard Hambleton: i suoi lavori hanno rappresentato la cultura di strada della New York di quel decennio.

*"Mi è sempre più chiaro che l'arte non è un'attività elitaria riservata all'apprezzamento di pochi. L'arte è per tutti, e questo è il fine a cui voglio lavorare".*



## Il puzzle del corpo



### Materiali

- Riviste o fotografie dei bambini
- Forbici e colla
- Cartoncini o fogli A4

Prendiamo dalle riviste delle sagome di persone, oppure fotocopiamo in formato A4 delle fotografie dei bambini a figura intera, poi dividiamo le immagini in più pezzi che i bambini dovranno riordinare su un cartoncino. Possiamo utilizzare anche le pagine apposite dei quaderni operativi.



## Le marionette



- Prendiamo le fotografie dei bambini e chiediamo ad ognuno di ritagliare la propria e di incollarla su un cartoncino rigido, poi facciamo ritagliare nuovamente lungo il contorno in modo da eliminare il cartoncino in eccesso.
- Dividiamo le figure in più parti: la testa, il busto, le gambe e le braccia.

Ogni bambino dovrà ricomporre la propria figura unendo le varie parti con i ferma-campioni: avremo così delle simpatiche marionette che potremo muovere e animare!

### Materiali

- Fotografie dei bambini in movimento (o riviste)
- Forbici e colla
- Cartoncini
- Ferma-campioni



Se non abbiamo modo di procurarci fotografie dei bambini, possiamo sostituirle con immagini prese dalle riviste. Il risultato è comunque efficace, ma avere, alla fine del lavoro, la propria marionetta personalizzata è per i piccoli molto più divertente e può offrire innumerevoli spunti operativi, anche per drammatizzazioni!

## Tutti in posa!



L'insegnante propone una posizione che i bambini dovranno imitare, rimanendo fermi per qualche secondo come in posa per una foto. L'insegnante fingerà di fare lo scatto (magari utilizzando una macchina fotografica, per rendere il gioco più realistico e coinvolgere maggiormente i bambini).

In un secondo momento potranno essere i bambini stessi, a turno, a proporre delle posizioni.



# FILASTROCCA animata



I bambini, durante la lettura, devono toccare le parti del corpo nominate e, alla fine, devono provare a disegnarsi su un foglio bianco.



## IL MIO CORPO

Il mio corpo è una poesia,  
ogni parte un posto ha,  
ce ne sono proprio tante,  
stanne tutte in armonia!  
C'è la testa sopra tutto  
e il collo la sorregge,  
poi sotto ci sta il petto  
che il cuore ben protegge.  
Sotto il petto c'è il torace  
che io chiamo "il mio pancino",  
è grande e assai capace  
ce ne ha uno ogni bambino!  
Due gambe coi piedini,  
per correre e saltare,  
braccia e mani coi ditini,  
per stringere e afferrare.  
E adesso che ho capito  
il mio corpo com'è fatto  
disegno assai spedito  
e mi faccio un bel ritratto!

*Valeria Forconi*

# COME SIAMO FATTI... DENTRO?



Dopo aver analizzato con i bambini alcune parti del corpo e aver visto “**com'è fatto**”, cerchiamo di capire meglio “**come funziona**” e “**che cosa c'è dentro**”.

Le proposte devono essere ludiche, devono suscitare nei bambini la curiosità di saperne di più e devono stimolare domande. Lo scopo non è quello di fornire ai bambini conoscenze specifiche di anatomia, ma piuttosto quello di aiutarli a capire che il corpo è una macchina perfetta, con milioni di funzioni differenti che ci permettono di respirare, di muoverci, di pensare...



## Vuoto o pieno?

### Materiali

- Carta da pacchi
- Tempere e pennelli
- Pinzatrice
- Quotidiani e cotone idrofilo
- Forbici e colla

- Riprendiamo le sagome realizzate precedentemente (pag. 112) e chiediamo ai bambini:
  - *Il corpo umano è così piatto e schiacciato?*
- I bambini, osservandosi, diranno sicuramente di no. Proviamo allora a “riempirlo” un po’! Prendiamo due sagoma di carta identiche (possiamo usare due sagome realizzate precedentemente o disegnarne due nuove), dipingiamole con la tempera rosa, poi, una volta asciutte, l’insegnante può chiedere:
  - *Cosa c'è dentro il corpo?*
- Avviamo così una conversazione cercando di estrapolare le conoscenze pregresse dei bambini sul corpo umano, sugli organi e sulle loro funzioni.

Spieghiamo poi che nella testa c'è un organo importante dal quale partono tutti i comandi; che nel busto ci sono altri organi che ci permettono di respirare e ci fanno digerire e assimilare il cibo che mangiamo; che nel corpo scorre il sangue che porta l'ossigeno al cervello e lo fa funzionare bene; etc.

- Mentre chiacchieriamo, facciamo combaciare le due sagome, lasciando la parte rosa all'esterno, e uniamole applicando punti di pinzatrice lungo i contorni, lasciando un foro in alto.
- I bambini dovranno inserire nel foro fogli di giornale e cotone idrofilo, per imbottire la sagoma. Una volta che sarà stata riempita chiudiamo l'apertura in alto con altri punti di pinzatrice.
- Una volta terminata la sagoma "piena", lasciamola da parte, bene in vista: mano a mano che ci addentreremo nella conoscenza del corpo, con le attività che seguono, andremo a completarla con le parti disegnate dai bambini: cuore, polmoni, etc.



## Piccola spiegazione scientifica



Per proseguire il nostro viaggio all'interno del corpo umano, leggiamo ai bambini una spiegazione scientifica semplificata, ponendo poi delle domande sulla comprensione.

*"Il nostro corpo è sorretto dal sistema scheletrico: lo scheletro. Il sistema scheletrico è formato da ossa che ci tengono dritti e proteggono tutti gli organi più importanti. Il cranio racchiude il cervello come un casco. La gabbia toracica, formata da ossa chiamate costole, protegge il cuore e i polmoni.*

*Possiamo piegare le braccia, le gambe, ruotare la testa grazie ad articolazioni e a muscoli che collaborano tra loro. Le articolazioni congiungono le ossa e si piegano e ruotano.*

*I muscoli, che sono attaccati alle ossa, si possono contrarre e distendere ed è grazie ad essi che possiamo muoverci, camminare, saltare...*

*Ci sono anche muscoli che hanno compiti molto importanti e per questo si chiamano anche organi vitali. Il cuore, lo stomaco, l'intestino... sono organi vitali!"*

### Domande di verifica

- ▶ Cos'è lo scheletro?
- ▶ Cosa protegge il cranio?
- ▶ Cosa protegge la gabbia toracica?
- ▶ A cosa servono i muscoli?
- ▶ Come sono chiamati il cuore, i polmoni, l'intestino?





## Lo scheletro

Per iniziare a conoscere meglio il corpo umano, anche all'interno, l'insegnante può mostrare ai piccoli delle vecchie radiografie: i bambini saranno impressionati; alcuni riconosceranno le ossa e l'insegnante spiegherà che all'interno del corpo c'è lo scheletro, ossia tante ossa che sono come la struttura portante del corpo, attorno alla quale ci sono i muscoli. Le radiografie sono le foto delle nostre ossa!

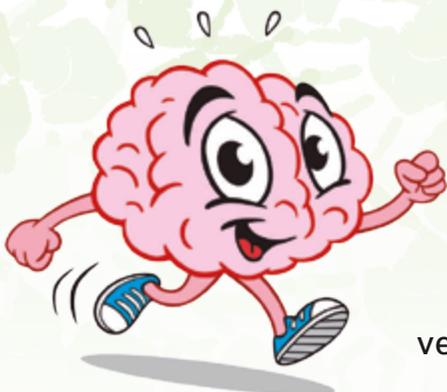
- Tracciamo sui cartoncini neri, con una matita, la sagoma stilizzata di uno scheletro, come da immagine, poi consegniamola ai bambini.
- Facciamo disegnare a ciascuno la "faccia" di uno scheletro su un foglietto bianco di 4x4 cm, poi facciamola ritagliare e incollare sullo schema dello scheletro.
- Completiamo il lavoro incollando sulle tracce della matita le "ossa", ossia dei cotton fioc, interi o spezzati a metà.

### Materiali

- Vecchie radiografie
- Cartoncino nero
- Fogli bianchi
- Cotton fioc
- Pennarello nero
- Forbici e colla



# Il Cervello



Il cervello è l'organo più complesso del nostro corpo, è il "comandante", lui dà gli ordini e tutti eseguono! Per capire giocosamente come funziona, facciamo interpretare ai bambini, a turno, il cervello. I compagni dovranno stare perfettamente immobili, potranno muoversi solo al comando del "cervello" che darà loro indicazioni: – *camminate; correte; saltate; etc.*

Ora mostriamo ai bambini delle immagini e facciamo disegnare il cervello.

## Materiali

- Uno stetoscopio
- Fogli bianchi
- Pennarelli
- Un libro illustrato sul corpo umano



# Il Cuore

Abbiamo letto che la gabbia toracica protegge organi molto importanti, tra cui il cuore. Ma dov'è il cuore?



- Dividiamo i bambini a coppie che "giocheranno" una alla volta. I bambini di ciascuna coppia, a turno, prenderanno lo stetoscopio e, dopo che l'insegnante avrà insegnato loro come usarlo, proveranno a cercare il cuore seguendo il rumore!
- Quando i bambini avranno individuato il cuore nella parte sinistra del petto (l'insegnante può aiutarli con indicazioni del tipo "acqua, fuochino, fuoco!"), spieghiamo che esso è come una pompa che spinge il sangue nelle vene e nelle arterie, facendo circolare l'ossigeno!
- Apriamo e chiudiamo a pugno una mano, per mostrare ai bambini come funziona questo organo, poi chiediamo loro di disegnarlo, osservando delle illustrazioni.



## I Polmoni



- Facciamo stendere metà dei bambini a terra, sui tappetini, chiedendo loro di rilassarsi e di respirare profondamente.
- I loro compagni li osserveranno e l'insegnante focalizzerà l'attenzione sul petto che si alza e si abbassa: come mai succede questo?
- Cambiamo i ruoli, facendo stendere i bambini che hanno osservato e viceversa.
- Cosa fa gonfiare il petto? Cosa entra dentro? L'aria! Perché i polmoni sono come palloncini che fanno entrare aria, trattengono l'ossigeno e soffiano fuori l'anidride carbonica!
- Ora facciamo provare i bambini a gonfiare e sgonfiare dei palloncini, per capire come sono fatti e come funzionano i polmoni!
- Come abbiamo fatto per il cuore, chiediamo ai piccoli di disegnarlo osservando delle illustrazioni.



# il viaggio DEL SANGUE

## L'Apparato Circolatorio

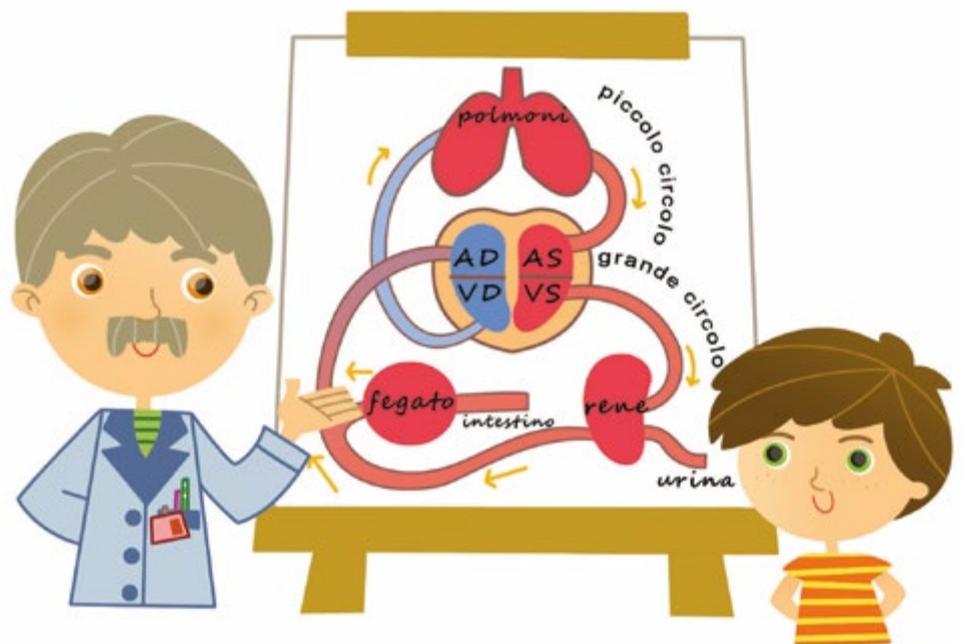
Il nostro corpo è costituito da tante piccole cellule, che sono come i mattoni di una casa. Le cellule, a differenza dei mattoni, devono essere nutrite e ossigenate: ecco a cosa serve il sangue!

Abbiamo visto che il cuore è come una pompa e questa pompa spinge il sangue in vere e proprie "stradine" all'interno del corpo (vene e arterie).



### Il cuore è diviso in due parti:

- il **cuore sinistro** che pompa il sangue con l'ossigeno e le sostanze nutritive in tutte le cellule;
- il **cuore destro** che riceve il sangue che torna ormai povero di ossigeno, ma ricco di anidride carbonica, e lo spinge nei polmoni.



I polmoni sostituiscono le molecole di anidride carbonica con ossigeno nuovo, poi il sangue torna alla parte sinistra del cuore che lo spinge di nuovo in circolo e il viaggio continua!

Il sangue è composto dal **plasma**, ossia da un liquido simile all'acqua, ma un po' più denso, da **globuli rossi**, che portano l'ossigeno nell'organismo, da **globuli bianchi**, che combattono virus e batteri, e da **piastrine**, che come pezzettini di scotch si attaccano alle ferite per impedire che il sangue esca!

# il viaggio DEL cibo

## L'Apparato Digerente

Proseguiamo la scoperta del corpo umano con l'intestino e l'**apparato digerente**.

Per aiutare i bambini ad acquisire le prime conoscenze, sollecitiamoli con alcune domande:

- ▶ Dove finisce il cibo, quando entra nella bocca?
- ▶ Dove passa?

Invitiamo i bambini a mettere le mani sulla pancia e a toccarla spingendo un po'. Proviamo ad ascoltare anche con lo stetoscopio, per capire meglio:

- ▶ Che cosa si sente?
- ▶ Ci sono le ossa nella pancia?
- ▶ Che cosa c'è dentro secondo voi?

I bambini faranno varie ipotesi. Facciamo loro scoprire con le illustrazioni della pagina a fianco che il cibo nel nostro corpo fa un piccolo viaggio che inizia dalla **bocca**, attraversa un tubo chiamato **esofago**, entra nello **stomaco**, che è una specie di sacchetto, passa nell'**intestino** e poi esce da un buchetto sotto forma di pupù.

Spieghiamo meglio...



## Cosa succede quando mangio?



Il cibo che mangio compie un lungo viaggio attraverso tutti gli organi del mio apparato digerente, una specie di tubo lunghissimo che inizia dalla mia bocca e arriva fino al mio ano.

Durante questo viaggio il cibo si trasforma in energia per il mio corpo: questo processo si chiama **digestione!**

1 – quando mangio, i denti triturano il cibo e la saliva lo ammorbidisce così posso inghiottirlo meglio!

2 – Il cibo che ho mangiato scende nell'esofago e arriva nello stomaco, una specie di sacchetto che contiene il cibo e lo trasforma in una poltiglia.

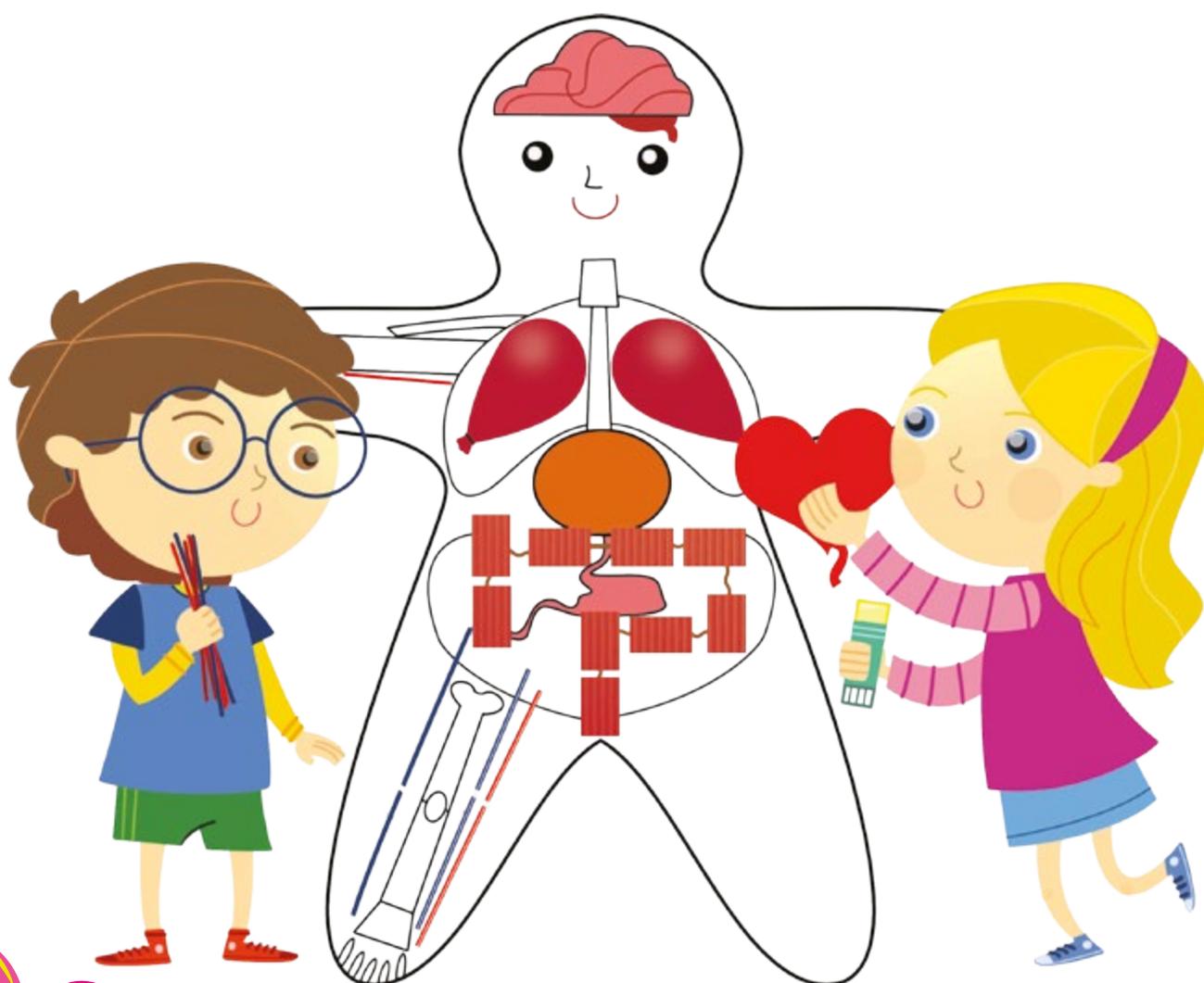
3 – Il viaggio prosegue nell'intestino, un tubo lunghissimo che assieme ad altri organi (pancreas e fegato) trasforma il cibo in energia che viene trasportata nel corpo dal sangue!

4 – E quello che avanza? È la pupù ed esce dall'ano!



# COMPLETIAMO LA SAGOMA

- Riprendiamo la nostra sagoma riempita con carta e cotone (pag. 119) e completiamola attaccando gli organi che abbiamo disegnato (cervello, cuore, polmoni). Aiutiamoci con delle immagini del corpo umano, da mostrare ai bambini.
- Cerchiamo di riprodurre anche l'apparato circolatorio e quello digerente, utilizzando materiali di recupero: ad esempio vene e arterie possono essere cannuce rosse e blu; lo stomaco può essere un palloncino; l'intestino tanti rotoli di cartone infilati in un filo di spago e poi posizionati.



# il gioco DEL DOTTORE



- Dividiamo i bambini a coppie e facciamoli giocare a turno al dottore, usando lo stetoscopio. Ora che conoscono meglio come funziona il corpo umano potranno divertirsi a fare "diagnosi" e a prescrivere cure!
- Per rendere il gioco più realistico, possiamo far utilizzare anche lo stetoscopio!