

SCHEDA DIDATTICO-MUSICALE INTEGRATA

"Io e Lumi: I miei piedi" - Corporeità, Radicamento, Equilibrio e Consapevolezza Sensorio-Musicale

Destinatari: Scuola dell'Infanzia e Primaria

Ambito: Corporeità, Musica, Inclusione e CAA

Metodologia: Esperienziale / Multisensoriale

1. QUADRO TEORICO ED EPISTEMOLOGICO DI RIFERIMENTO

L'esperienza motorio-musicale dedicata ai piedi accompagna il bambino nella scoperta della propria base corporea: contatto con il suolo, equilibrio, stabilità, direzione e ritmo. I piedi sono le radici che collegano il corpo allo spazio e permettono di percepire il terreno, sostenere il movimento e costruire fiducia nell'azione. Ogni passo diventa un'esperienza sensoriale e musicale in cui il corpo ascolta, risponde e si orienta.

1. Embodied Cognition (Mente Incarnata) Fondamento: il contatto dei piedi con il suolo contribuisce alla costruzione della conoscenza corporea e spaziale. Camminare significa integrare percezione, intenzione, equilibrio e direzione. Ricaduta Didattica: esplorare superfici, fermarsi, ripartire e modificare il passo aiuta il bambino a percepire la base d'appoggio e a trasformare il movimento in esperienza significativa.	2. Neuroscienze Cognitive e dello Sviluppo Fondamento: informazioni tattili e propriocettive provenienti dai piedi cooperano con sistemi posturali, vestibolari e visivi nel controllo dell'equilibrio e della locomozione. Ricaduta Didattica: esperienze graduali di appoggio, pressione, passo e ritmo sostengono consapevolezza corporea, coordinazione, orientamento e integrazione multisensoriale.
3. Pedagogia Clinica Fondamento: i piedi rappresentano radicamento, stabilità e fiducia. Sentire il suolo significa riconoscere una base sicura da cui partire per muoversi verso il mondo e verso l'altro. Ricaduta Didattica: Lumi propone esperienze di contatto e movimento rispettose dei tempi individuali: superfici diverse, pausa, ascolto del corpo e semplici attività di rilassamento plantare.	4. Musicopedagogia Attiva Fondamento: i piedi sono tamburi naturali: producono pulsazione, vibrazione e accenti attraverso il contatto con il pavimento. Ricaduta Didattica: battere i piedi, camminare sulla pulsazione, fermarsi nelle pause e creare una piccola danza permette di vivere il ritmo con tutto il corpo e collegare ascolto e movimento.

2. PARAMETRI MUSICALI & OBIETTIVI FORMATIVI

Metro e Andamento • Metro: 4/4 • Tempo: moderato • Ritmo: dolce e regolare, da cammino • Contrasti: passo / pausa / salto • Carattere: rassicurante, giocoso, radicato	Tonalità e Strumentario • Tonalità suggerita: Do Maggiore • Tamburo morbido e piccole percussioni • Suono naturale dei piedi sul pavimento • Tappeti e superfici tattili • Voce di Lumi e pause musicali	Obiettivi Chiave • Consapevolezza dei piedi • Percezione della base d'appoggio • Equilibrio e stabilità • Discriminazione tattile • Ritmo e vibrazione • Direzione, fiducia e autonomia
--	--	---

3. TESTO DELLA CANZONE E MEDIAZIONE CORPOREO-MOTORIA

Verso della Canzone	Azione Senso-Motoria (Embodied)	Mediazione Pedagogico-Clinica
"Cammino piano, cammino qui, i miei piedini parlano sì."	Camminare lentamente seguendo una pulsazione regolare; in alternativa, da seduti, alternare l'appoggio dei piedi sul pavimento.	Presenza e base d'appoggio: riconoscere i piedi come parte del corpo che sostiene e permette il movimento.
"Toccan la terra, senton l'amore, nasce dal basso un dolce rumore."	Fermarsi e percepire il contatto con il suolo; premere delicatamente prima un piede e poi l'altro, ascoltando il suono prodotto.	Radicamento e percezione: collegare pressione, contatto, vibrazione e sicurezza corporea.

“Salto leggero, torno giù, Lumi mi guarda e dice: Vai tu!”	Eseguire, se possibile, un piccolo salto e ritrovare l'appoggio stabile; in alternativa sollevare e riappoggiare i talloni.	Equilibrio e fiducia: sperimentare distacco e ritorno al suolo senza trasformare il salto in una richiesta prestazionale.
“Ogni passetto è un canto d'estate, i miei piedi danzan... e son beate!”	Creare una breve sequenza di passi liberi: passo, passo, pausa; concludere con un piccolo movimento scelto dal bambino.	Espressione e autonomia: lasciare che il bambino trasformi ritmo e movimento in una breve esperienza personale e piacevole.

4. INDICAZIONI METODOLOGICHE PER IL SETTING E L'INCLUSIONE

Guida per il Docente e il Conduttore:

- Gradualità sensoriale: presentare una superficie alla volta (tappeto morbido, stoffa, erba artificiale, sabbia contenuta). Il bambino può prima osservare o toccare il materiale con la mano; non è necessario togliere scarpe o calze.
- Inclusione e personalizzazione: per alunni autistici o con difficoltà comunicative, motorie o sensoriali utilizzare CAA/ARASAAC, una consegna alla volta e una sequenza visiva prevedibile. In presenza di ipersensibilità plantare evitare l'esposizione forzata: l'attività può essere svolta con scarpe, da seduti o attraverso l'osservazione di Lumi.
- Sicurezza e regolazione: proporre superfici stabili e non scivolose. Le attività con occhi chiusi, equilibrio o pallina sotto il piede vanno svolte solo quando adeguate al bambino e con sostegno dell'adulto se necessario.
- Sequenza visiva suggerita: PIEDI → TOCCA → SENTI → CAMMINA → STOP → BATTI → SALTA.

5. ATTIVITÀ MUSICO-PEDAGOGICHE E SENSORIALI

Sentieri dei piedi Esplorare due superfici ben distinguibili, con scarpe o senza secondo la tolleranza. Fermarsi dopo ciascuna e scegliere quella preferita. Obiettivo: percezione tattile, scelta e consapevolezza plantare.	Tamburi naturali Battere alternativamente i piedi seguendo un ritmo semplice: piano, forte, STOP. L'attività può essere svolta anche da seduti. Obiettivo: pulsazione, vibrazione, coordinazione e causa-effetto.	Il piede disegna Da seduti, tracciare lentamente un piccolo cerchio sul pavimento con la punta del piede oppure far rotolare una pallina morbida sotto la pianta. Obiettivo: controllo motorio, propriocezione e rilassamento.
--	--	---

6. VOCE DI LUMI

“Guarda i miei piedi! Li senti come parlano piano? Quando cammino, la terra risponde. Quando salto, l'aria ride. Ogni passo è musica, e io danzo con il mondo!”

A CURA DELLA DOTT.SSA ANGELA RUOTOLO
DOCENTE · PEDAGOGISTA CLINICO · PSICOLOGO CLINICO
PROGETTO EDUCATIVO “IO E LUMI” · TUTTI I DIRITTI RISERVATI