



Presidenza del Consiglio dei Ministri
DIPARTIMENTO PER LE POLITICHE GIOVANI E IL SERVIZIO CIVILE UNIVERSALE

azion
provinc **e** giovani

Formazione e sviluppo delle capacità motorie

Dagli schemi motori alle capacità coordinative

Novara 7 novembre 2020

SPORT & OLTRE



La formazione e lo sviluppo degli schemi motori di base

FISSARE GLI OBIETTIVI

- Educativi
 - Didattici
-
- Compensare la mancanza di movimento
 - Sviluppare gli schemi motori di base
 - Sviluppare le capacità motorie di base
 - Favorire la socializzazione e il rispetto delle regole e degli altri
 - Porre i bambini di fronte a problemi da risolvere



PRINCIPI FONDAMENTALI

❑ POLIVALENZA

❑ MULTILATERALITÀ



POLIVALENZA

È riferita agli aspetti METODOLOGICI dell'insegnamento

Obiettivi:

- Favorire lo sviluppo dell'area motoria e di tutte le sue funzioni
- Sviluppare gli schemi motori e posturali di base
- Acquisire abilità motorie
- Integrare l'area motoria con le altre aree della personalità (affettiva, cognitiva, sociale)



MULTILATERALITÀ

È riferita agli aspetti DIDATTICI dell'insegnamento

Obiettivi:

- Combinare le capacità motorie con le abilità motorie di base (insieme degli schemi motori e posturali)
- Multilaterali i mezzi (giochi, esercizi, circuiti, percorsi) e i contenuti (cosa far fare.



UNITÀ BASE DEL MOVIMENTO

Evoluzione della motricità del bambino

Schemi posturali (statici o statico-dinamici)

Sono TRIDIMENSIONALI e riguardano determinati segmenti corporei

Schemi motori di base

Sono QUADRIDIMENSIONALI

- Arricchimento
- Maturazione
- Ritmo



FASI

- ❑ **Apprendimento-controllo-adattamento e trasformazione della postura e del movimento**
 - ❑ **Abilità motorie**
 - ❑ **Schemi motori di base + capacità motorie**

- Lo sviluppo degli schemi motori di base favorisce lo sviluppo degli schemi posturali e l'apprendimento delle capacità coordinative e condizionali.

- Variare il lavoro a livello spazio-temporale, qualitativo, quantitativo, tattico e di situazione.



MODALITÀ DI REALIZZAZIONE

- Percezione di stimoli proprio ed esterocezionali
- Integrazione, elaborazione, interpretazione degli stimoli
 - Nascita della motivazione
- Programmazione della sequenza dei movimenti
 - Esecuzione della risposta (variabili)



SVILUPPO

- ❑ Il movimento si sviluppa in un rapporto continuo con l'ambiente
- ❑ Gli schemi motori maturano per stadi e ogni stadio include il precedente
- ❑ Importante l'integrazione tra gli schemi motori e le altre aree della personalità (Piaget)



CONDIZIONI NECESSARIE ALLO SVILUPPO DEGLI SCHEMI MOTORI E ALL'ESECUZIONE DEL MOVIMENTO

- ❑ Condizioni del bambino: aspetti organici, muscoli, ossa, articolazioni
- ❑ Influenza della struttura di tutto il corpo sullo sviluppo degli schemi motori



SVILUPPO DEL BAMBINO

LIVELLO FISIOLÓGICO

- Sistema nervoso immaturo
- Scheletro non ancora ossificato
- Influenza degli ormoni della crescita sullo sviluppo dell'organismo
- Notevole potenziale di riserva degli organi della circolazione



RELAZIONE CONTINUA E COSTANTE TRA L'EDUCAZIONE MOTORIA E IL PROCESSO EDUCATIVO (apprendimenti scolastici tra i 5 e 7 anni)

LETTURA

- Organizzazione spazio-temporale (alto, basso, dx, sx), a 6 anni distingue dx e sx
- Riconoscere un insieme e un elemento singolo (che farà poi parte dell'insieme)
- Spazio collegato al tempo, ordinare le sequenze visive secondo rapporti stabili (alto, basso, dx, sx) con movimenti oculo-motori, visivi e acustici ordinati con un prima e un poi
- Dare un'impostazione ritmica cadenzata
- Rispettare le pause

Una buona maturazione e percezione spazio-temporale deve fondarsi innanzitutto sul proprio corpo.

Attraverso il movimento il bambino si mette in relazione con il mondo esterno



RELAZIONE CONTINUA E COSTANTE TRA L'EDUCAZIONE MOTORIA E IL PROCESSO EDUCATIVO (apprendimenti scolastici tra i 5 e 7 anni)

SCRITTURA

A livello generale: buona coordinazione oculo-manuale e organizzazione spazio temporale.

A livello della mano: indipendenza della mano dal braccio, delle dita

- Valutare prensione e pressione
- Saper seguire una direzione (da sx a dx)
- Mantenere costante pressione e ritmo

Difficoltà nei movimenti di iscrizione e di progressione (più corretta a partire dagli 8 anni circa)



IL MOVIMENTO

❑ MOVIMENTO RIFLESSO

risposta stereotipata ad uno stimolo adeguato (es.: riflesso rotuleo e plantare)

❑ MOVIMENTO AUTOMATICO

viene eseguito non necessariamente in maniera cosciente e senza una scelta precisa tra le varie possibilità di movimenti

❑ MOVIMENTO VOLONTARIO

viene eseguito in maniera cosciente per uno scopo preciso. Vi è una scelta precisa tra le varie possibilità di movimenti (può modificarsi a seconda delle mutazioni esterne)



COMPONENTI DEL MOVIMENTO VOLONTARIO

FUNZIONI

- Conservare e sviluppare l'organismo
- Dare più informazioni al sistema nervoso centrale
- Aumentare il potenziale dell'individuo



COMPONENTI DEL MOVIMENTO VOLONTARIO

STRUTTURA

Unità base del movimento chiamati schemi motori e schemi posturali

- Schemi motori di base: camminare, correre, saltare, rotolare, strisciare, arrampicarsi, lanciare, afferrare, calciare.....
- Schemi posturali: piegare, flettere, addurre, abduire, ruotare, slanciare.....



COMPONENTI DEL MOVIMENTO VOLONTARIO

MODALITÀ DI REALIZZAZIONE

- Percezione di stimoli proprio ed esterocezionali
- Integrazione, elaborazione, interpretazione degli stimoli
- Nascita della motivazione
- Programmazione della sequenza dei movimenti
- Esecuzione della risposta (variabili)



COMPONENTI DEL MOVIMENTO VOLONTARIO

SVILUPPO

- Il movimento si sviluppa in un rapporto continuo con l'ambiente
- Gli schemi motori maturano per stadi e ogni stadio include il precedente
- Importante l'integrazione tra gli schemi motori e le altre aree della personalità (Piaget)



COMPONENTI DEL MOVIMENTO VOLONTARIO

CONDIZIONI

Necessarie allo sviluppo degli schemi motori e all'esecuzione del movimento

- Condizioni del bambino: aspetti organici, muscoli, ossa, articolazioni
- Influenza della struttura di tutto il corpo sullo sviluppo degli schemi motori



Al centro della formazione sportiva e motoria in tutta la prima età scolare:

- Ampliamento del patrimonio dei movimenti (relativamente facili, ma eseguiti in modo corretto fin da subito così da poter essere una buona base di partenza)

- **Coordinazione motoria**

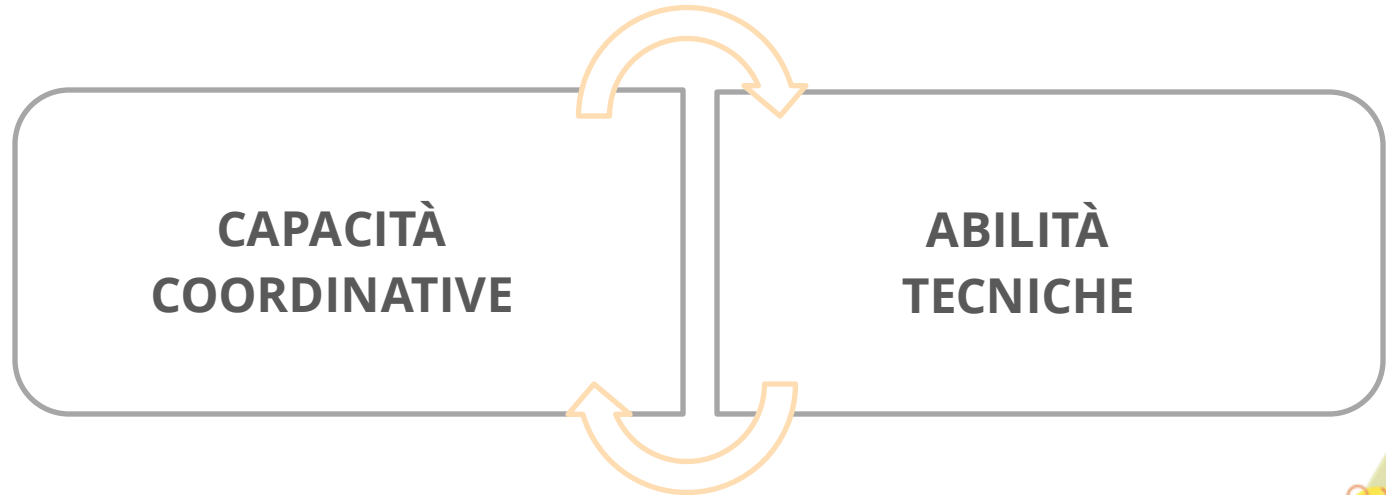


La sfida da porsi in età evolutiva è:

- Creare una base motoria
- Creare i presupposti della formazione sportiva a lungo termine



Presupposto di apprendimento



Le capacità coordinative hanno nello sport un ruolo importante perché:

- elevano il rendimento del gesto rendendolo più economico
 - consentono un'esecuzione più efficace e fine
- rivestono un ruolo tattico in quanto consentono l'anticipazione motoria e l'adeguazione immediata a situazioni mutevoli



Le capacità coordinative si fondano:

- sulle informazioni provenienti dall'esterno e dall'interno e sulla conseguente elaborazione al fine di attuare un controllo motorio dei gesti e una risposta dei movimenti in generale

Questo controllo e risposta sono l'espressione dell'attività percettiva degli organi di senso della percezione:

1. Analizzatore ottico
2. Analizzatore tattile
3. Analizzatore acustico
4. Analizzatore dell'equilibrio
5. Analizzatore cinestesico



1. ANALIZZATORE VISIVO consente:

la discriminazione visiva, la memoria visiva, la strutturazione del campo visivo campo visivo, l'apprendimento del modello da apprendere

- ✓ Gioco dell'ordine e del disordine
- ✓ Le cassette
- ✓ Il cerchio d'oro
- ✓ Strega comanda colore...!
- ✓ I sassi del fiume
- ✓ Bandiera genovese
- ✓ Gli insiemi



2. ANALIZZATORE TATTILE percepisce:

le informazioni legate all'epidermide

- ✓ scopri il sacco
- ✓ Il vampiro
- ✓ Il cane e l'osso
- ✓ Gli animali
- ✓ Lo scultore
- ✓ Le navi nella nebbia



3. ANALIZZATORE ACUSTICO consente:

di ricevere i segnali sonori (es. discriminare il modo in cui è stata colpita la palla, discriminare la musica, i messaggi verbali o convenzionali come i segnali di partenze nelle gare)

- ✓ Senti chi batte
- ✓ Le navi nella nebbia
- ✓ La pioggia
- ✓ Le partenze e i cambi di comandi



4. ANALIZZATORE dell'EQUILIBRIO consente:

**di mantenere il proprio corpo oppure oggetti ad esso collegati,
in una posizione controllata e stabile**

- ✓ La sosta sui pianeti
- ✓ Andature i equilibrio demandato
- ✓ Camminare sopra a superfici instabili



5. ANALIZZATORE CINESTESICO consente:

la percezione del proprio corpo nello spazio, nella tensione muscolare per mezzo dei propriocettori che sono collocati nei tendini, muscoli, legamenti e articolazioni.

Contribuisce allo sviluppo e all'esatta rappresentazione degli schemi ideomotori.

Ed è un fattore importante per la formazione e il mantenimento della memoria di movimento.

- ✓ sono un uccello, un orso, una formica
- ✓ camminare immaginando di avere scarpe grandi, un piede zoppo..
- ✓ Il risveglio del corpo
- ✓ La scatola



Nella fase di correzione dell'errore occorre (Robazza 2014):

- vedere il compito come una catena cinetica
- individuare i gesti che non sono perfettamente automatizzati
 - valutare la percezione dell'atleta degli stessi
 - puntare a prenderne consapevolezza
- aiutare a prendere il controllo di questi punti deboli



Importante intensificare la percezione soggettiva e la descrizione che l'atleta fa dello stesso. Poi l'atleta ne identifica i punti chiave, tre dell'azione e corregge solo quelli.

La tendenza degli atleti in situazione di difficoltà è quella di tendere a correggere tutto, non correggere niente o correggere random



**SE DA BAMBINI DIAMO I PRESUPPOSTI PER
CONOSCERE IL PROPRIO CORPO AVREMO
ATLETI ATTREZZATI**



SPORT & OLTRE



Ringraziamenti

Contatti



Piemonte



PROVINCIA
DI ASTI



Provincia
di Biella



PROVINCIA
DI NOVARA



PROVINCIA DI
VERCELLI

