

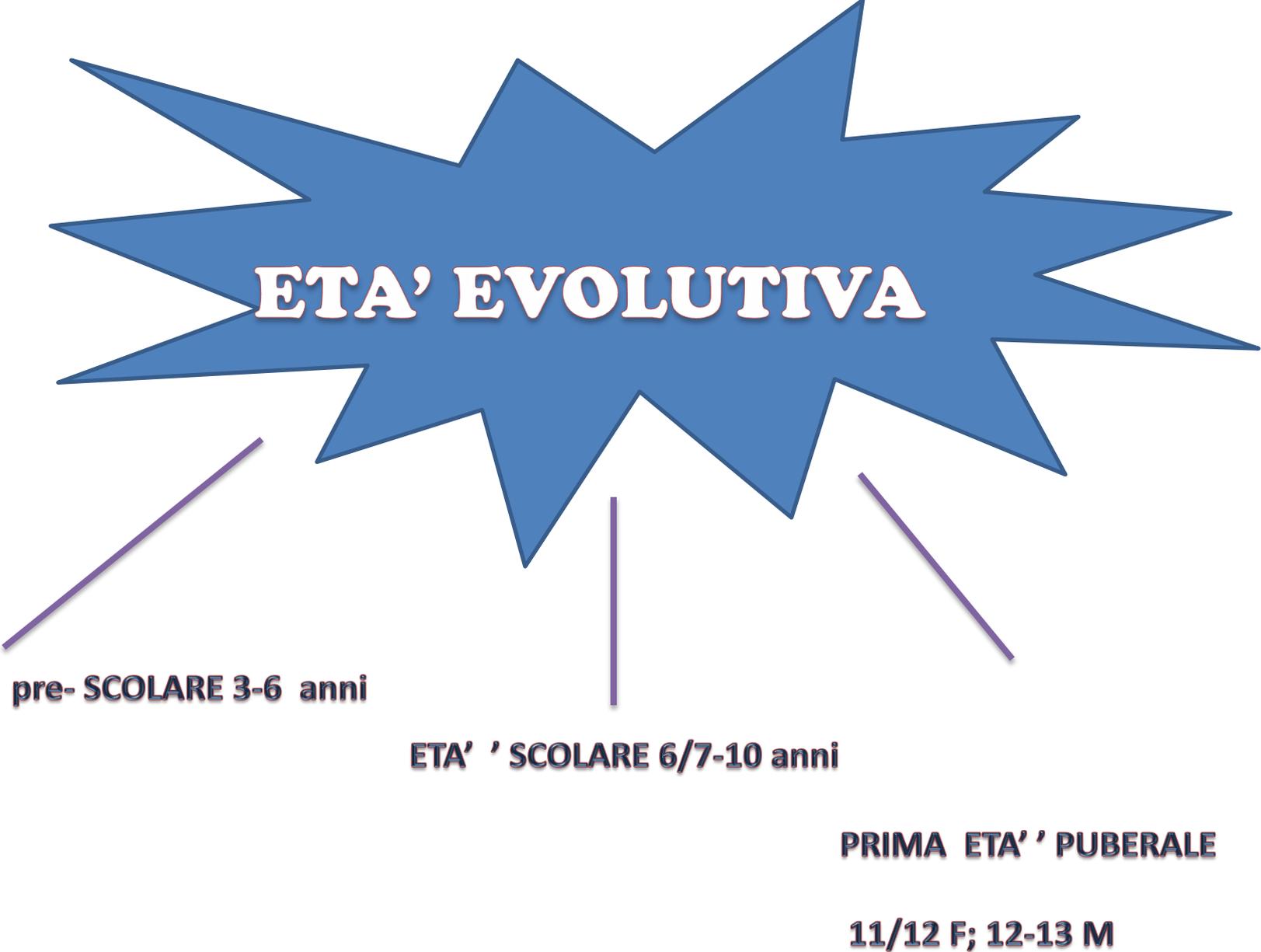


**Prof. ssa Valentina Biino**

**a.a 2015-2016**

**Attività motoria  
in età evolutiva**

# ETA' EVOLUTIVA



ETA' pre-SCOLARE 3-6 anni

ETA' 'SCOLARE 6/7-10 anni

PRIMA ETA' ' PUBERALE

11/12 F; 12-13 M

**Lo sviluppo motorio è in rapporto con varie aree dell'individuo :**





**Le linee stanno ad indicare quanto queste aree si influenzino vicendevolmente. Lo sviluppo della motricità per esempio mette il bambino in condizioni di esplorare l'ambiente circostante.**

**Ed è anche vero l'inverso; se un'area è danneggiata o poco sviluppata, condiziona anche le altre . G. Petter**

**Quando pensiamo all'attività motoria  
dobbiamo considerare tutti gli aspetti della  
persona:**

**Fisico**



**Motorio**



**Cognitivo**



**Affettivo**



**Sociale**



# **OBIETTIVI generali :**

**favorire l'acquisizione e il consolidamento degli schemi motori di base attraverso un'attività che miri all'**

**efficienza fisica**

**coordinazione motoria**

# **OBIETTIVI inter-disciplinari :**

**stimolare l'intelligenza corporeo-cinestesica** che “consente di usare i movimenti del proprio corpo in modi differenziati per fini espressivi e produttivi”.  
( C. Pesce 2015)

# **OBIETTIVI trans-disciplinari :**

**atti a conseguire il dominio delle**

**funzioni cognitive**

**e**

**abilità di vita**

# **Efficienza fisica**

**a tutte le attività ludiche, esercizi o giochi strutturati è possibile introdurre varianti, evoluzioni, complicazioni. In fase di preparazione tecnica o tattica l'alternativa ai giochi di movimento potrà consistere:**

**nell'incremento del tempo di gioco**

**nelle variazioni dello spazio di gioco**

**nell'aumento del carico che offre il gioco**

# **Efficienza fisica**

**si può ottenere facendo di un gioco un mezzo  
per ottenere un lavoro condizionale**

***salto, scavalco e passo sotto***

***da dieci a zero: il più veloce della giornata***

***uomo di ghiaccio- la giungla***

***salto della funicella e dell'elastico***

***il semaforo: la fantasia dello chef***

***il gioco dell'anfora***

# **Efficienza fisica nella prima età scolare**

**svolgere attività al chiuso e all'aperto, per  
almeno 60 minuti al giorno**

**attivare l'uso dei grandi gruppi muscolari  
attraverso la pratica delle abilità grosso-  
motorie**

**creare assonanza tra l'attività fisica e lo sport  
prescelto ( principio della specificità  
dell'insegnamento)**

# **Abilità grosso-motorie e fino-motorie**

**Sono le abilità che richiedono l'uso di tutto il corpo o di movimenti multi-articolari, abilità usate per spostare il corpo da un posto all'altro ( locomozione), o per muovere e prendere oggetti. Si distinguono in:**

- 1. Locomozione**
- 2. Controllo degli oggetti**

- 1. Mobilità**
- 2. Equilibrio**
- 3. Manualità**

- ✓ **Abilità grosso-motorie**
- ✓ **Abilità senso -percettive**
- ✓ **Organizzazione dello schema corporeo (schemi motori di base)**
- ✓ **Strutturazione dei concetti topologici**
- ✓ **Coordinazione oculo-manuale e oculo- podalica**

# **ETA' PRESCOLARE**

**Periodo che v` dai 3 ai 6 anni.**

**Caratterizzato da un continuo impulso a muoversi e giocare.**

# Il bambino in età prescolare 3-5 anni

Motricità	Processi cognitivi	Processi affettivi e sociali
<p>Controlla la deambulazione e la corsa</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-salta</li><li>-si arrampica</li><li>-balla</li><li>-scivola senza perdere l'equilibrio</li><li>-fa capriole</li><li>-esegue movimenti quasi di lancio</li><li>-sa allontanare o avvicinare una palla con i piedi</li><li>-presenta una forma di dominanza</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ha scarsa capacità di concentrazione</li><li>-È caratterizzato da un pensiero intuitivo, concreto, legato alle esperienze personali</li><li>--elevata plasticità della corteccia cerebrale-</li><li>--prevalenza di processi cerebrali di eccitazione rispetto a quelli di inibizione</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Desidera muoversi e giocare</li><li>- e' curioso</li><li>--inventa giochi storie e fantastica</li><li>-- ogni limitazione del gioco ha influenze negative sui suoi apprendimenti</li></ul>

# Il bambino in età prescolare 5-6 anni

Motricità	Processi cognitivi	Processi affettivi e sociali
<p>Esegue le attività locomotorie e non locomotorie . Presenta un buon impulso a muoversi e una soddisfacente vivacità motoria</p>	<p>-Ha capacità di concentrazione, ma è capace di deconcentrarsi spontaneamente.</p> <p>-Si trova nella fase del pensiero delle operazioni formali ( irreversibilità). sincretismo ed egocentrismo spaziale</p>	<p>- Desidera muoversi e giocare - e' curioso --inventa giochi e storie fantastiche</p> <p>-- ogni limitazione del gioco ha influenze negative sui suoi apprendimenti</p> <p>- ad una buona maestria motoria corrisponde un buon riscontro sociale</p>

# **ETA' SCOLARE**

**Periodo che va dai 6 ai 10 anni.  
Caratterizzato da elevato impulso a  
muoversi e giocare.**

**Per allenare in questa età  
l'efficienza fisica occorre  
lavorare sugli**

**SCHEMI MOTORI DI BASE**

# **SCHEMI MOTORI DI BASE o ABILITA' MOTORIE FONDAMENTALI**

**Sono le forme di coordinazione di base su cui si  
costruiscono le abilità motorie**

**Si dividono in**

**ABILITA' LOCOMOTORIE**

**NON LOCOMOTORIE**

## **ABILITA' LOCOMOTORIE**

- ✓ **Camminare -correre -saltare**

## **ABILITA' NON LOCOMOTORIE**

- ✓ **Flettersi-ruotare-bilanciarsi-  
manipolare-lanciare-  
intercettare**

# **ABILITA' LOCOMOTORIE**

- ✓ **Camminare –correre –saltare**
  - **Passo saltellato**
  - **Saltelli sullo stesso piede**
    - **Salti in alto e in lungo**
    - **Gioco della «campana»**
    - **Gioco dell'elastico**
  - **Combinazione motoria: rincorsa e salto, salto e corsa**
    - **La scatoletta magica**

# **ABILITA' LOCOMOTORIE**

- ✓ **Camminare –correre –saltare**
  - **Saltelli sul posto...via!**
  - **Corsa avanti, indietro, laterale, in curva, a slalom, in salita e in discesa...**
    - **Galoppi**

# **ABILITA' NON LOCOMOTORIE**

- **colpire una palla**
- **Far rimbalzare una palla da fermo**
- **Contro un muro- filastrocche, “conte”**
- **Ricevere una palla da un compagno**
- **Manualità con i piccoli attrezzi: il gioco delle sagome**

**L'intelligenza rappresentativa  
permette l'intuizione già a 4-7  
anni**

**L'uso delle rappresentazioni amplia molto la  
possibilità di azione nel bambino; egli non è  
più costretto a provare e riprovare  
concretamente a risolvere un problema, ma  
può trovare la soluzione a livello  
puramente mentale, con un atto di  
*invenzione***

# **Pensiero simbolico:**

**Permette al bambino di utilizzare anche le rappresentazioni per risolvere i suoi problemi egli è in grado di**

- **Imitare ciò che ha fatto una persona adulta alcune ore prima ( imitazione differita)**
- **Giocare “facendo finta” che gli oggetti siano diversi da ciò che sono in realtà**
- **Combinare tra loro simboli per riuscire a comunicare ( linguaggio verbale)**
- **Tener presente anche gli spostamenti invisibili dell’oggetto**

***“Ogni forma di conoscenza  
presuppone un sistema di  
principi di conservazione” J.  
Piaget. Fino a 6/7 anni il pensiero è  
limitato a riconoscere due rapporti tra gli  
elementi contemporaneamente e non un  
terzo. Egli distingue due diversi tipi di  
operazioni: spazio temporali e operazioni  
logiche (seriazione..).***

**Eccone alcuni esempi**

# **Pensiero reversibile**

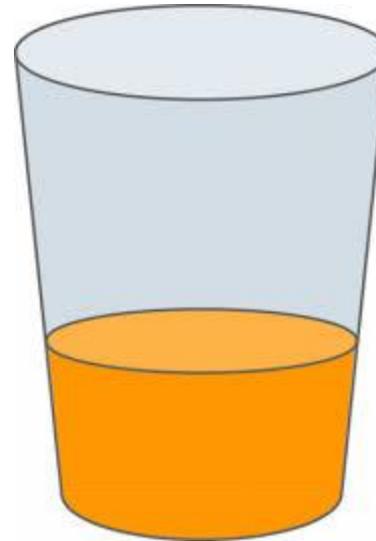
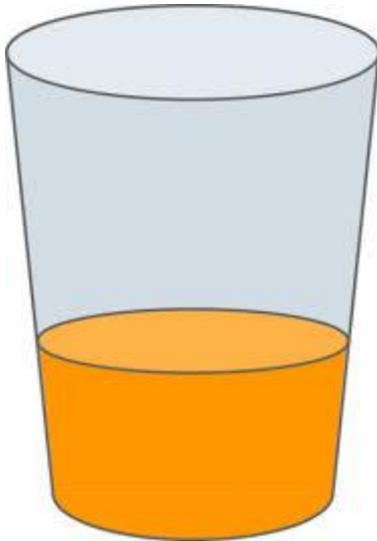
---

---

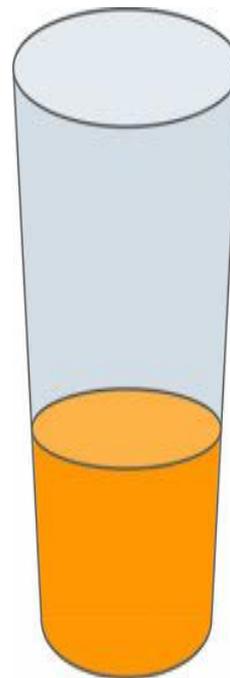
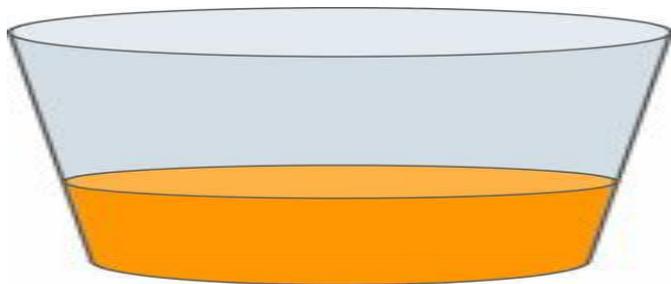
## **Pensiero operatorio**

**l'azione mentale che ha il carattere della reversibilità  
È da Piaget indicata con il termine di operazione**

***A bambini di età compresa tra 4 e 8 anni  
vengono presentati due bicchieri uguali  
contenenti la stessa quantità di acqua.***



***Una volta che il soggetto è d'accordo  
che nei bicchieri c'è la stessa  
quantità d'acqua, si effettuava un travaso in  
un terzo bicchiere molto più  
largo o molto più stretto***



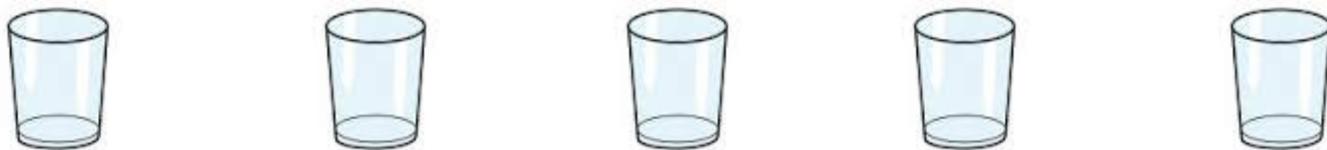
***La maggior parte dei bambini di età inferiore a 5-6 anni non riconosce la conservazione della quantità del liquido travasato. ( c'è più acqua nel bicchiere più largo). La risposta cambia a 7/8 anni.***

***Perché per i bambini piccoli è difficile riconoscere questa uguaglianza e conservazione della quantità?***

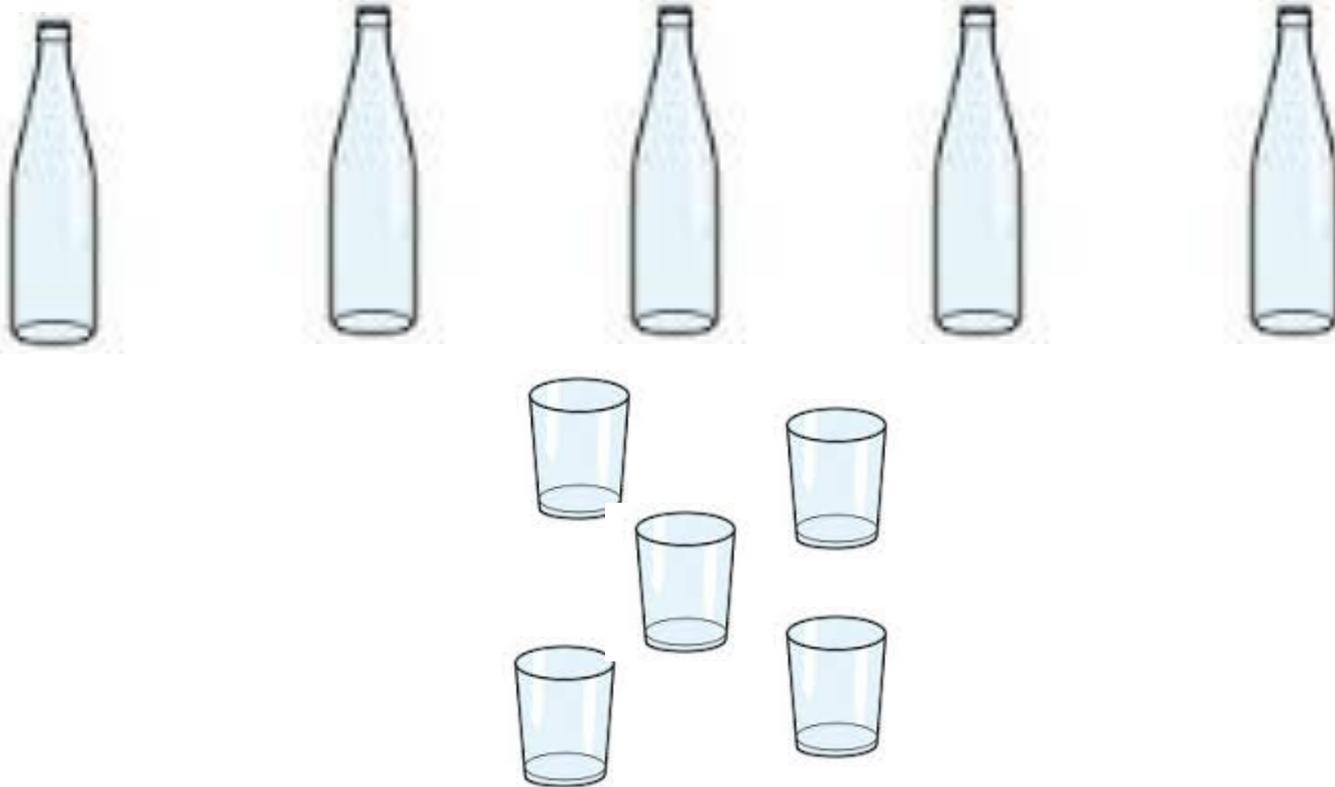
***Il limite è costituito dalla difficoltà di collegare tra loro due rapporti per ricavarne un terzo non percepito direttamente***

***Oppure***

***Poniamo su un tavolo 10 bottiglie e vicino a queste un bicchiere per ogni bottiglia.***



***Anche in questo caso, alla domanda se i bicchieri e le bottiglie sono ancora in numero uguale, oppure se sono di più le bottiglie o i bicchieri, molti bambini di età inferiore a 5/6 anni Non riconoscono più l'uguaglianza .***



**Il bambino piccolo non riesce a tener presente due diversi rapporti ad es. Un'asta la “più lunga” o la “meno corta”. Queste espressioni sebbene siano logicamente equivalenti, sono psicologicamente diverse in quanto presuppongono un terzo concetto, quello della negazione**

***Solo il pensiero operatorio reversibile può permettere la coesistenza di due situazioni che si escludono a vicenda.***



***Si presentano 10 automobiline, 8 rosse e 2 verdi e si chiede ai bambini se sono di più le automobiline rosse o le automobiline. “ quelle rosse!”***

**Il bambino piccolo ( inferiore a 6 anni) comprende solo un rapporto “a due” non “un rapporto a tre”. Solo più avanti riuscirà a concepire un punto di vista generico che gli permetterà di vedere la complessità di certe nozioni quali:**

**La lunghezza**

**La distanza**

**La misura**

**Il peso**

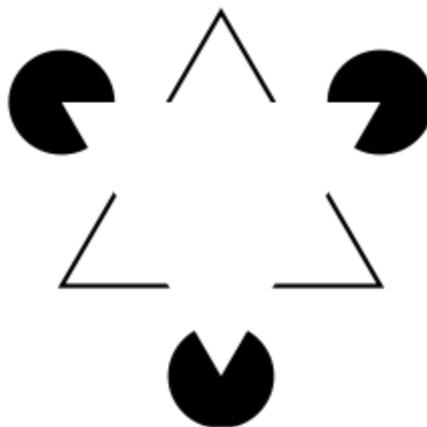
**La durata temporale**

**La causa**

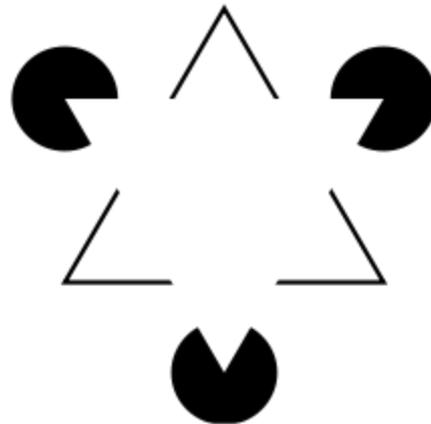
**Il caso**

**Nozioni che l'adulto utilizza in modo automatico**

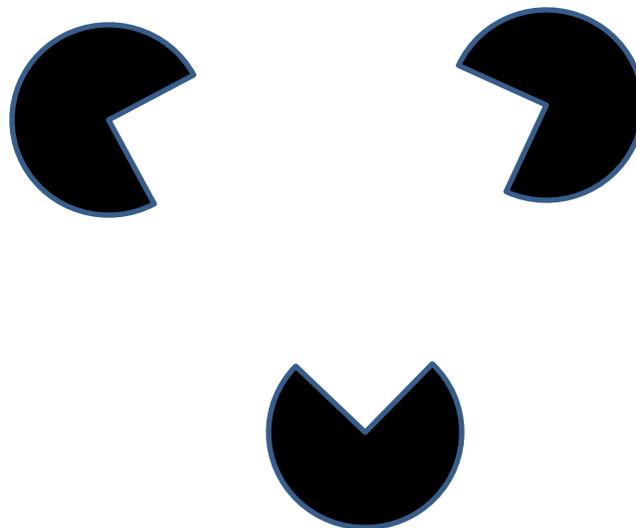
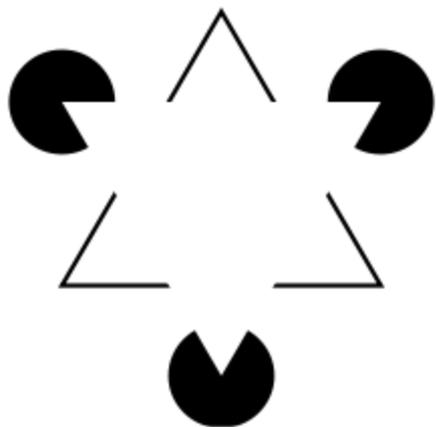
**Anche la percezione dei bambini fino a 10 anni è diversa da quella degli adulti. Il triangolo di Kanizsa ne è un esempio intramontabile. L'adulto grazie alla strutturazione del campo percettivo “preferisce” vedere una forma regolare, il triangolo, piuttosto che tre forme irregolari. È portato inoltre a unificare mentalmente i pezzi delle figure mancanti.**



**I bambini no. Anche se i settori circolari si trovano lontani o molto vicini, i bambini non sono mai indotti alla percezione di un triangolo ( pur conoscendone l'identità), in quanto non hanno la strutturazione del campo percettivo come quello dell'adulto.**



**Inoltre i bambini si concentrano più sui singoli elementi piuttosto che sull'insieme, vedendo le figure nere non come figure geometriche bensì come oggetti empirici; tre falci di luna, carrozzelle, tre bocche, tre becchi aperti**



**Questo è un esempio di mancanza di strutturazione del campo percettivo e di espressione del sincretismo infantile ovvero di un modo di percepire gli oggetti e le situazioni solo nel loro insieme con difficoltà a scomporre la struttura in diversi elementi e a notare solo quelli che hanno le qualità più vistose**



**Perché a noi interessa sapere quali caratteristiche percettive distinguono un bambino di 6 anni da uno di 10?**

**Quali contesti di apprendimento possiamo creare quando sappiamo, o meno, quale sia il livello percettivo e cognitivo del bambino che abbiamo davanti?**



**All'inizio è “Bambini giochiamo qui”  
uno spazio aperto, senza linee né simboli**



# **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**

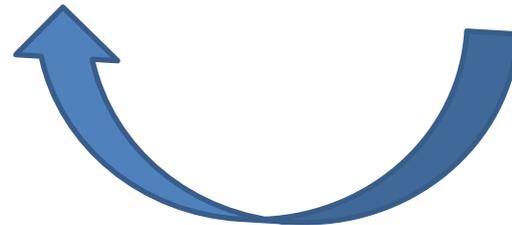
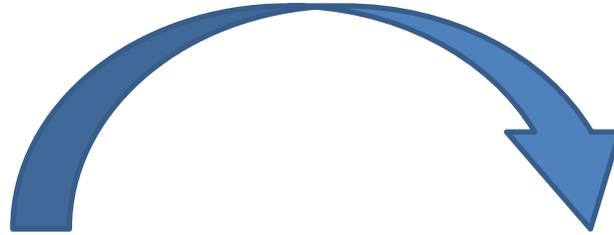
# **LA SFIDA DA PORSI IN ETA' EVOLUTIVA è:**

- CREARE UNA BASE MOTORIA**
  - CREARE I PRESUPPOSTI  
DELLA FORMAZIONE SPORTIVA  
A LUNGO TERMINE (Madella,  
2008)**

# Presupposto di apprendimento

**Capacità coordinative**

**abilità  
tecniche**



# **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:**

- **analizzatore ottico**
- **Analizzatore acustico**
- **Analizzatore dell'equilibrio**
- **Analizzatore cinestesico**
- **Analizzatore tattile**

# **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**

**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**

# **ANALIZZATORE TATTILE percepisce la informazioni legate all'epidermide**

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

# **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**

**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 (C. 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**

