

mini

**basket
volley
calcio
rugby**

tennis

GIOCO

insegnante

SPORT

**IL GIOCO E L'EDUCAZIONE
MOTORIA
COME ATTIVITA' DIDATTICA
(gioco a scuola)**

**IL GIOCO - SPORT
COME ATTIVITA' DI
AVVIAMENTO
(extra scuola)**

ELEMENTI CARATTERIZZANTI IL GIOCO - SPORT:

- ✓ **REGOLE CODIFICATE**
- ✓ **ATTREZZI**
- ✓ **SPAZI**
- ✓ **AZIONI DI GIOCO**

ELEMENTI CARATTERIZZANTI IL GIOCO A SCUOLA:

- ✓ **PROGRESSIONE DEI GIOCHI**
- ✓ **CLASSIFICAZIONE DEI GIOCHI**
- ✓ **ETA'**
- ✓ **SPAZI E TEMPO**

Tabella di sviluppo del bambino Weineck, 2013

FASE DI SVILUPPO	ETA' CRONOLOGICA
neonato	0-1
Prima infanzia	1-3
Età prescolare	3-6
Prima età scolare	6-10
Seconda età scolare	10- 12/13
I-II pubertà	11-14/15.....14-18/19
Età adulta	Dopo 17-18/19

**Il bambino all'età di 6 anni ha raggiunto il
90-95% delle dimensioni del cervello degli
adulti,**

ma

**la crescita del resto del corpo non è
arrivata nemmeno alla metà di quella
dell'adulto**

**“IL BAMBINO NON E’ SOLTANTO PIU’
PICCOLO, MA DIVERSO DALL’ADULTO”**

Claparède 1937

Il bambino nella “prima” età scolare.

Età	motricità	Processi cognitivi	affettività	Gioco e moralità
<p>5/6 anni</p> <p>È basso, snello e leggero.</p>	<p>Asimmetria, dominanza funzionale. Scarsa coordinazione. Prima Proceritas 5-7 anni. Migliorano i movimenti e la velocità della corsa</p>	<p>Pensiero intuitivo, Pensiero pre-operatorio (irreversibile), sincretismo infantile</p>	<p>Egocentrismo, realismo, pensiero pre-causale. Atteggiamento ottimistico e spensieratezza</p>	<p>Gioco simbolico. animismo generale, artificialismo, finalismo, concezione provvidenziale del mondo. Moralità eteronoma. Sentimento di obbedienza</p>

Le caratteristiche del bambino in età scolare.

età	motricità	Processi cognitivi	affettività	Gioco e moralità
7/8 anni	Esuberanza motoria. Turgor secondo	Intelligenza rappresentativa. Pensiero operatorio reversibile -appropriazione di abilità e nozioni in modo acritico	Egocentrismo, realismo, animismo solo per cose in movimento. Buon equilibrio psichico	Moralità autonoma, accettazione delle regole. Gioco di gruppo e di squadra

Le caratteristiche del bambino in età scolare.

Età	Motricità	Processi cognitivi	affettività	Gioco e moralità
8/11 anni	Progresso della motricità generale e fine. Controllo tonico. Turgor secondo	Stadio delle operazioni concrete. -migliore capacità di concentrazione. -poca capacità di fissare i movimenti appena appresi (se si vuol far ricordare, occorre far ripetere)	Egocentrismo, animismo solo per cose di moto proprio. - Capacità di apprendere quasi al volo	Gioco di squadra. Rispetto reciproco, sentimento di giustizia. Volontà

Le caratteristiche del bambino in età scolare.

età	motricità	Processi cognitivi	Affettività	Gioco e moralità
5/6 anni	Asimmetria, dominanza funzionale. Prima proceritas 5-7 anni. Miglioramento della corsa, velocità e movimenti	Pensiero intuitivo, Pensiero pre-operatorio (irreversibile), sincretismo infantile	Egocentrismo, realismo, pensiero pre-causale	Gioco simbolico. animismo generale, artificialismo, finalismo, concezione provvidenziale del mondo. Moralità eteronoma. Sentimento di obbedienza
7/8 anni	Esuberanza motoria. Inizio turgor II con relativo inizio di stabilità	Intelligenza rappresentativa. Pensiero operatorio reversibile	Egocentrismo, realismo, animismo solo per cose in movimento	Moralità autonoma, accettazione delle regole. Gioco di gruppo e di squadra
8/11 anni	Progresso della motricità generale e fine. Controllo tonico. Turgor II	Stadio delle operazioni concrete	Egocentrismo, animismo solo per cose di moto proprio	Gioco di squadra. Rispetto reciproco, sentimento di giustizia. Volontà

Il bambino in età prescolare 3-5 anni

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

Il bambino in età scolare 6-10 anni

Sviluppo fisico	Tolleranza al carico	Metodologia
<p>Apparato locomotore passivo è più “debole “ di quello attivo (ms)</p> <ul style="list-style-type: none">-Ossa più flessibili e meno resistenti alla trazione e alla pressione--cartilagini di accrescimento non ancora ossificate-- minor capacità di traspirazione--maggior sensibilità ad una temperatura elevata (hanno una inferiore capacità di sudorazione)	<p>Carichi sub massimali che sollecitano in vari modi e non unilateralmente</p> <p>l’apparato locomotore passivo</p> <ul style="list-style-type: none">-- presentano un’ alta Fc dopo un carico--minore capacità di eliminazione di lattato e di recupero <p>-Carico psico-sociale maggiore: l’influenza dell’ambiente sociale per un bambino è tutto.</p>	<p>Un allenamento troppo duro , cioè anaerobico, non è adatto ad un bambino</p>

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

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

➤ **Capacità coordinative** mettono l'atleta in condizioni di controllare, regolare, adattare in modo economico e sicuro i movimenti in situazioni stereotipate o imprevedibili.

➤ **Capacità condizionali** sono deputate a creare condizionamenti, adattamenti ovvero quei processi con i quali l'organismo si adegua dal punto di vista organico e funzionale alle richieste che gli vengono poste

CAPACITA' COORDINATIVE GENERALI:

- ✓ **Apprendimento motorio**
 - ✓ **Controllo motorio**
- ✓ **Adattamento e trasformazione**

CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI:

- ✓ **Equilibrio**
- ✓ **Orientamento spaziale**
 - ✓ **Differenziazione**
 - ✓ **Ritmo**
 - ✓ **Reazione**
 - ✓ **Combinazione**
 - ✓ **Trasformazione**

**DESTREZZA:
DATA DALLE CAPACITA'
COORDINATIVE.**

CONSISTE NEL SAPER:

Collegare

Avviare

Ordinare

Graduare

Variare

**IL PROPRIO STATO O GESTO
MOTORIO**

PRINCIPIO DI HOTZ:

le capacità coordinative sono un presupposto necessario per l'apprendimento delle abilità e quindi del loro sviluppo. Si trasferiscono da sport a sport mentre quelle speciali no perché c'è di mezzo la tecnica che discrimina la trasferibilità delle capacità coordinative speciali (anche se in sport simili si aiutano tra loro)

Fasi di apprendimento delle capacità coordinative:

- ✓ **Coordinazione grezza**
- ✓ **Coordinazione fine**
- ✓ **Disponibilità variabile**

CAPACITA' DI EQUILIBRIO:

interpretare e modulare le informazioni relative al fenomeno gravitazionale, al fine di assumere l'assetto statico o dinamico migliore alla realizzazione degli obiettivi prefissati.

CAPACITA' DI ORIENTAMENTO SPAZIO-TEMPORALE:

**consente di determinare le variazioni
spaziali e temporali del corpo in
relazione a una superficie, a oggetti e
soggetti in movimento**

CAPACITA' DI DIFFERENZIAZIONE:

**consente di graduare l'impegno
neuro muscolare per rendere
precisi ed economici i movimenti
necessari a realizzare la
prestazione motoria**

CAPACITA' DI RITMO:

è la capacità di saper organizzare i propri impegni muscolari, secondo un ordine cronologico che consenta la perfetta esecuzione di un'azione motoria (ritmo interno ed esterno)

CAPACITA' DI REAZIONE:

è la capacità da cui dipende l'avvio tempestivo di un'azione motoria in relazione ad un segnale

CAPACITA' DI COMBINAZIONE:

è la capacità di mettere insieme le sequenze motorie di singoli elementi o gesti motori, al fine di ricavarne un atto motorio compiuto, finalizzato e orientato

CAPACITA' DI TRASFORMAZIONE:

è la capacità che consente di apportare modifiche utili di una sequenza o di un comportamento motorio prefissato, sulla base dell'intuizione, della percezione e della previsione del variare delle situazioni. Essa sottende il grado di flessibilità e di plasticità del giocatore.

FASI SENSIBILI DELL'APPRENDIMENTO DELLE CAPACITA' COORDINATIVE

età	5/6	7	8	9	10	11
Lateralità e dominanza						
orientamento						
ritmo						
<u>Capacità di reazione</u>						
equilibrio						
trasformazione						
differenziazione						

All'inizio della prima età scolare è bene lavorare sulla velocità di reazione e sulla rapidità. Per rapidità si intende:

- addestramento alla velocità di reazione**
- capacità di accelerazione (sprint 10 mt.)**
- alla coordinazione rapida**
- non alla resistenza alla rapidità**



Classificazione dei giochi secondo lo sviluppo delle capacità coordinative



GIOCHI DI REAZIONE

- ✓ **1, 2, 3, stella !**
- ✓ **Gli scogli e il mare**
- ✓ **Staffetta su un fronte**
 - ✓ **Bandiera**
 - ✓ **La giungla**
 - ✓ **La tana**
- ✓ **Contesa uno contro uno**
 - ✓ **Guardie e ladri**
 - ✓ **Dispari o pari ?**
 - ✓ **Gara di scatti!**



GIOCHI PER LO SVILUPPO DELLE CAPACITA' SENSO PERCETTIVE

- ✓ **Gioco dell'ordine e disordine**
 - ✓ **Le navi nella nebbia**
 - ✓ **Strega comanda colore**
 - ✓ **I sassi del fiume**
 - ✓ **Senti chi batte?**
 - ✓ **Il vampiro**
 - Sto così...**



GIOCHI PER LO SVILUPPO DEGLI SCHEMI MOTORI

- ✓ **Toccare e prendere**
 - ✓ **Campo libero**
 - ✓ **«Tipete»**
- ✓ **Staffetta sul monte**
 - ✓ **Dogeball**
 - ✓ **Palla guerra**



GIOCHI DI CONOSCENZA E CONSAPEVOLEZZA CORPOREA

- ✓ **C'è all'inglese**
- ✓ **C'è il lupo nel bosco incantato**
 - ✓ **Un due tre...stella!**
 - ✓ **La rete e i pesci**
 - ✓ **Palla avvelenata**



GIOCHI DI ORIENTAMENTO SPAZIO-TEMPORALE

- ✓ **La mamma passera**
 - ✓ **L'uomo nero**
- ✓ **Napoleone alla conquista**
 - ✓ **Burrasca**
- ✓ **Staffetta nei due sensi**
- ✓ **L'ago della bussola**
 - ✓ **Rubatesoro**
 - ✓ **Palla base**



GIOCHI DI EQUILIBRIO

- ✓ **Begastop**
- ✓ **Tutti su**
- ✓ **Sosta sui pianeti**
- ✓ **Il giocatore a terra**
 - ✓ **I camerieri**
- ✓ **La torre più alta**
- ✓ **La corsa con i sacchi**
- ✓ **Staffetta in equilibrio**



GIOCHI DI DIFFERENZIAZIONE MOTORIA

- ✓ **Freesbee**
- ✓ **Palla pugno**
- ✓ **Palla elastica leggera**
- ✓ **Corsa dei palloni**
- ✓ **Cinque passaggi**



GIOCHI DI RITMO

- ✓ **Rodeo**
- ✓ **Il traffico**
- ✓ **Salto in quadrato con la funicella**
- ✓ **Record di gruppi con la funicella**



GIOCHI DI COMBINAZIONE

- ✓ **I gatti al palleggio**
- ✓ **Uno contro tutti**
- ✓ **Percorso su due capi**
- ✓ **Palla al capitano**
- ✓ **Piccola pallamano**
- ✓ **Staffetta baseball**



GIOCHI DI TRASFORMAZIONE MOTORIA

- ✓ **I salti sul quadrato**
- ✓ **Filastrocca con la palla**
 - ✓ **Il torello**
 - ✓ **Il gatto e il topo**
 - ✓ **Cosa esce?**
- ✓ **La muraglia cinese**
- ✓ **Il campo minato**



GIOCHI DI SOCIALIZZAZIONE

- ✓ **I nomi**
- ✓ **La coppia**
- ✓ **Le cucce**
- ✓ **Caccia al tesoro**
- ✓ **La foto di gruppo**
- ✓ **La macchina a vapore**



GIOCHI DI ESPRESSIVITA' E LINGUAGGIO NON VERBALE

- ✓ **Anacleto**
- ✓ **Le staffette dei mimi**
- ✓ **Le belle statueine**
- ✓ **Chi l'ha detto**
- ✓ **C'era una volta**



L'IMPORTANZA DEI «GIOCHI CHIAVE»

