

LO SVILUPPO MOTORIO: ESPRESSIONE E MOVIMENTO

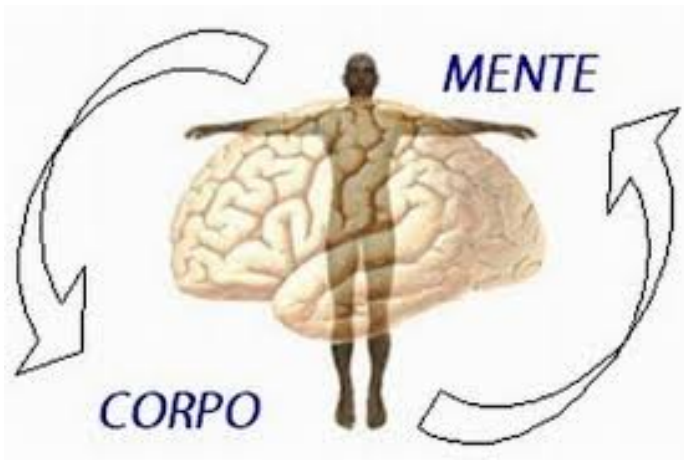
“La motricità si evolve in forma diversa da soggetto a soggetto; ciascuno di noi è una entità unica e irripetibile e affronta l’esistenza in modo originale e del **tutto individuale**.

Tutto non va bene per tutti, ogni “lo” ha diritto a una sua originalità.

Per tale motivo, la motricità, deve essere stimolata in modo adeguato e preciso, altrimenti si lavora molto per ottenere poco.

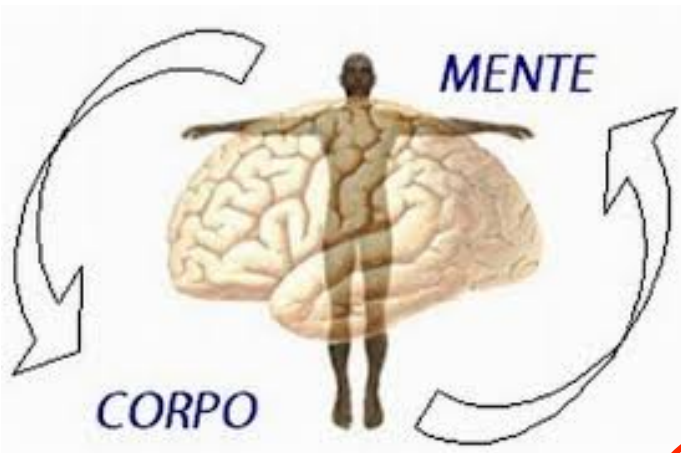
È necessario conoscere le sue caratteristiche generali e il suo sviluppo, in relazione alle varie fasce d’età.”

(Ceciliani, 2001)



SAPER COMUNICARE CON IL PROPRIO CORPO

- ✓ avere la consapevolezza della propria fisicità;
- ✓ saper ascoltare le sensazioni che il corpo continuamente ci trasmette.



SAPER COMUNICARE CON IL PROPRIO CORPO

*La conoscenza di sé
e degli altri*

*Conoscenza delle
proprie possibilità
motorie*

*Conoscenza
dell'ambiente
circostante*

**L'ATTIVITÀ
SPORTIVA
PROMUOVE...**

*La formazione della
personalità:
Conoscenza e
consapevolezza della
propria identità corporea*

E' per questo che per motricità si intende tutti quei movimenti finalizzati per compiere un'azione....



AMBIENTE



OGGETTI



RELAZIONI



SCHEMI MOTORI DI BASE: ABILITA' GROSSO-MOTORIE

Gli schemi motori di base corrispondono a quelli che Williams (1983) definisce abilità grosso-motorie, il cui sviluppo prevede “l’uso progressivamente sempre più abile della totalità del corpo in un’attività che coinvolge i grandi gruppi muscolari e che richiede la coordinazione spaziale e temporale del movimento simultaneo dei vari segmenti corporei”.

La padronanza di varie abilità grosso-motorie è un requisito fondamentale per i bambini per svolgere al meglio non solo le attività quotidiane ma soprattutto per i diversi aspetti dello sviluppo nei bambini e negli adolescenti.

Lo sviluppo delle capacità motorie dei bambini comprende molti sistemi del corpo, tra cui sensoriale, muscolo-scheletrico, cardiorespiratorio, e sistemi neurologici, tutti fondamentali per poter interagire al meglio con l'ambiente circostante.

IL MIGLIORAMENTO DEL BAGAGLIO MOTORIO AVVIENE ATTRAVERSO IL RAGGIUNGIMENTO DI DIVERSI OBIETTIVI

- ✓ **Capacità coordinative**: vanno intese come insieme di capacità che permettono di dare origine al movimento. Esse garantiscono la progettazione, organizzazione, coordinazione di una risposta motoria efficace. Poggiano essenzialmente sul sistema nervoso centrale e vedono il periodo di massimo sviluppo nell'età evolutiva fino alla maturazione del sistema nervoso centrale intorno ai 12 anni.
- ✓ **Capacità condizionali**: vanno intese come capacità fisiche determinate da fattori energetici, quindi dalla possibilità di energia (condizioni organico muscolari diverse determinano disponibilità di energia diverse). Esse permettono un miglioramento dell'esecuzione del movimento che può divenire più veloce, più forte, più resistente, ecc...Generalmente sono organizzate in tre insiemi: forza, resistenza, rapidità.
- ✓ **Mobilità articolare**: può essere considerata un presupposto elementare per la realizzazione dei movimenti stessi e da alcuni viene fatta rientrare nella Capacità condizionali.

Perché È Importante L'attività Motoria?





Si scoprono tante attività e giochi diversi
stimolanti per la crescita.....





SITUAZIONI DI GIOCO

DIFFERENTI





TANTI AMICI



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI FERRARA
- EX LABORE FRUCTUS -



Attraverso tutte le esperienze motorie, il bambino arriva in maniera graduale a una sempre più definita presa coscienza di sé, utile per la strutturazione e il consolidamento della personalità.

LA PIRAMIDE DELL'ATTIVITÀ MOTORIA

