

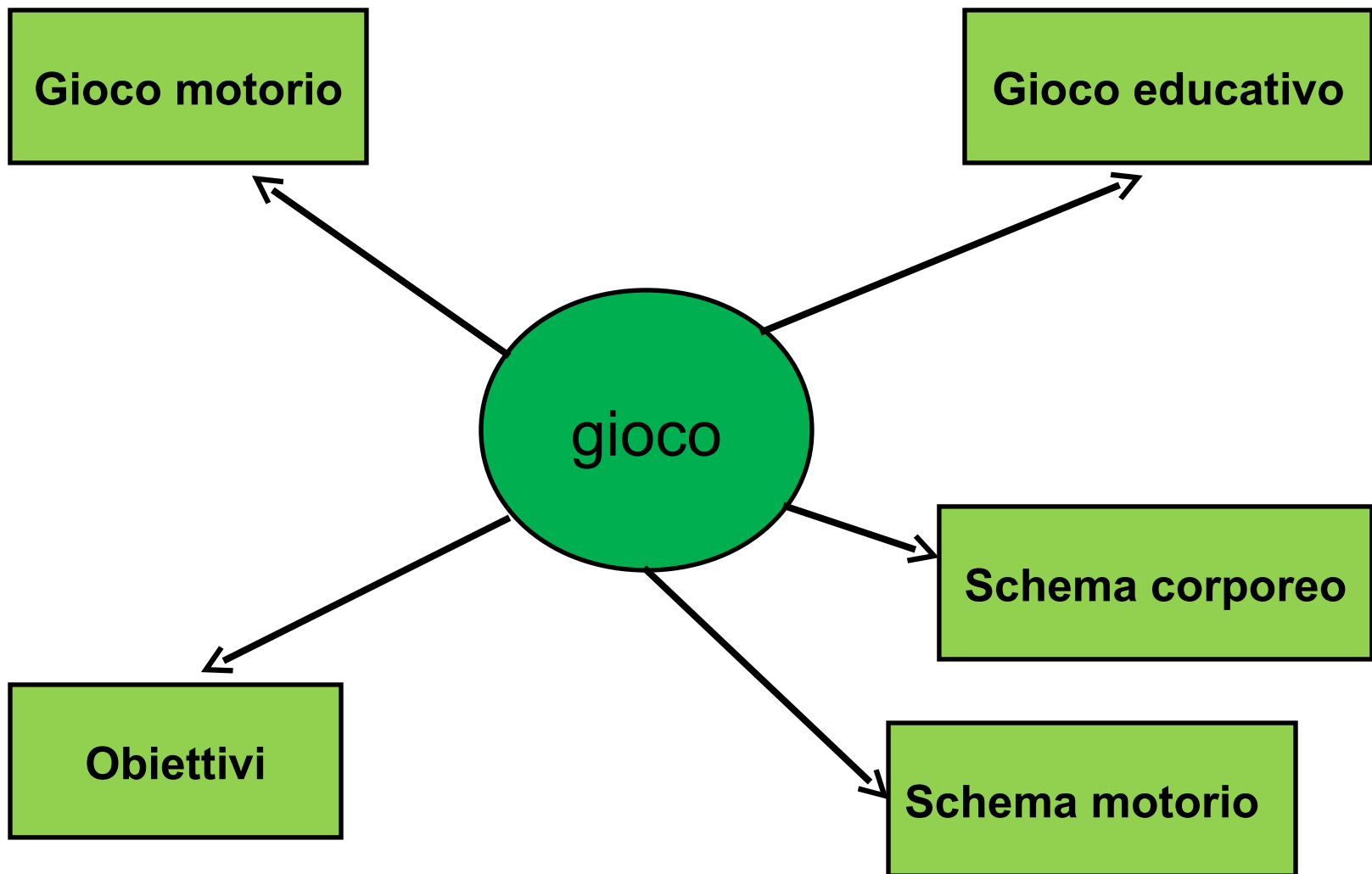


CONI
COMITATO
REGIONALE
TOSCANA

Siena

" IMPARO GIOCANDO "

Guida al progetto di attività ludico-motoria
nella Scuola d'Infanzia



Sarà opportuno impostare il **Progetto** sul

Gioco motorio

- Il **gioco** è la principale attività del bambino nella sua prima infanzia
- Il **gioco** non ha finalità utilitaristiche, è spontaneità
- Il **gioco** si manifesta con attività originate da bisogni naturali di operare, di affrontare difficoltà,
- Il **gioco** è un mezzo di esercitazione spontanea
- Il **gioco** è libero da schemi precisati

■ Quali **obiettivi** si propone di far realizzare il progetto?

- Acquisire un sapere motorio attraverso l'alfabetizzazione motoria
- Acquisire e consolidare gli schemi motori di base
- Acquisire sicurezza di sé e padronanza del proprio corpo
- Favorire un armonico sviluppo psicofisico
- Favorire l'espressione corporea e la comunicazione
- Sviluppare la sicurezza, l'autostima e la determinazione
- Sviluppare comportamenti relazionali e sociali
- Favorire lo sviluppo delle cap. senso-percettive, degli schemi motori, della coordinazione

Qual è il valore psico-pedagogico del gioco motorio?

Il gioco motorio è **educativo** perché:

- per mezzo di esercitazioni ludico-motorie evidenzia gli impulsi, i moti dell' animo nell'ambiente in cui vive
- dà al bambino la possibilità di far esplodere le proprie potenzialità nella giusta maniera
- rivela le inclinazioni comportamentali
- è costituito da attività piacevoli, ricercate ed attese , allentando così le tensioni e la noia
- è molto spesso un attivatore delle grandi funzioni organiche (struttura fisiologica)

- il bambino giocando affina le qualità psichiche, orienta le proprie azioni verso una finalizzazione (fantasia motoria)
- migliora le qualità intellettive (intelligenza, attenzione, volontà)
- trova nei compagni una rispondenza che nasce dalle affinità fisiche e psichiche
- affina forme efficaci di comunicazione non verbale:
 - gesti, espressioni, posture, movimenti, atteggiamenti, distanze ...

Schema corporeo

Definisce una **rappresentazione cognitiva della posizione ed estensione del corpo nello spazio** e dell'organizzazione gerarchica dei segmenti corporei

L'immagine del corpo è il risultato delle **esperienze vissute** attraverso le vicende della comunicazione con l'ambiente e con i propri simili

Lo Schilder definisce l'immagine del corpo come "***il modo in cui il corpo appare a noi stessi***"

Schema motorio

E' la **rappresentazione interiorizzata delle varie azioni motorie**, che permettono, in base alle proprie peculiari capacità, di **esprimersi per mezzo del movimento**

INDICAZIONI DIDATTICHE PER I GIOCHI DI MOVIMENTO

Il bambino esprime, soprattutto con il **gioco** un'attività tipica della sua età e il fattore più saliente dell'attività ludica è sempre la **FANTASIA**, che è una sorta di rievocazione di cose e di fatti

Con il **gioco** riesce ad evadere dal mondo della sua abituale vita familiare, dal quale egli sa di dipendere interamente

Il **gioco** ha una genesi che per sua natura è **motoria** e viene esplicito attraverso delle **fasi**, che sono una continua conquista che il bambino fa accompagnandole con il suo sorriso, che non è altro che una **manifestazione di gioia e di felicità**

PECULIARITA' DEL GIOCO

Il gioco è un'attività ancorata alla vita istintiva del bambino e assume un ruolo di fondamentale importanza proprio in rapporto all'educazione motoria

E' un'esigenza comune a tutti gli individui dei due sessi, di qualsiasi età e cultura: *è base del movimento, inteso come mezzo esplorativo, espressivo e di relazione interpersonale e sociale*

E' un importante **esercizio** che prepara alla vita adulta

Assume molto spesso una funzione di **simulazione**

Favorisce l'equilibrio della **vita affettiva** soddisfacendo i propri bisogni e desideri

E' la manifestazione spontanea della propria personalità

Raggiungimento sul piano **socio comportamentale** di importanti aspetti:

comunicazione e autocontrollo

capacità di interazione

con gli altri

collaborazione e rispetto delle norme

Aiuta :

ad **imparare e comprendere** meglio le situazioni e le loro variazioni
a **capire, accettare e modificare** le regole

ad **accettare** le proposte degli altri

a **controllare** le proprie emozioni

a **svolgere ruoli diversi** e spesso non congeniali alle proprie capacità

ad **accettare** eventuali sanzioni e **riconoscere** il ruolo di "giudice-arbitro"

CARATTERI DEL GIOCO

Possiede **elementi** di incertezza parzialmente controllabili per ansia o rischio misurato

Deve avere **normative semplici**, accettate, inventate abbandonate e ricostruite, senza ruoli fissi o penalità irrevocabili ma accettate da tutti

Deve avere **condizioni** nelle quali simbolicamente si possano costruire realtà fittizie capaci però, di portare al massimo la realizzazione dei bisogni soggettivi

CLASSIFICAZIONE DEI GIOCHI

Per le funzioni **organiche** giochi molto attivi per il dispendio energetico
giochi poco attivi

Per le funzioni **cognitive** giochi percettivo-motori
giochi di scoperta ed esplorazione
giochi di risoluzioni di problemi
giochi di comprensione di regole
giochi di strategia, di punteggi ...

Per le funzioni emotivo **affettive** giochi di coraggio
giochi di decisione
giochi di eliminazione
giochi di opposizione
giochi di finte

Per le funzioni **sociali** giochi individuali e collettivi
giochi con o senza ruoli
giochi di gruppo o di squadra
giochi di collaborazione e cooperazione

giochi di attivazione degli schemi motori
o posturali

giochi di combinazione di schemi

giochi di combinazione grezza

Per le funzioni **motorie**

giochi di coordinazione fine

giochi di coordinazione dinamica

giochi di dominio del corpo

giochi di dominio degli oggetti

Una classificazione più mirata e più usata nel **Progetto**:

GIOCHI

in libertà

evidenziano la spontanea e naturale motricità dei bambini. Sono immediati, durano breve tempo; ampliano molto gli schemi motori e le cap. percettive; hanno movimenti ampi



il rincorrersi

simbolici

*Sono manifestazioni della capacità **Immaginativa**. Associano schemi di azione sconosciuti ad oggetti o attrezzi nuovi. Sono brevi e con continue variazioni **interpretativi di fatti** conosciuti*



imitativi

*Si adattano alla realtà aumentando la capacità di conoscere e comprendere il mondo esterno. Realizzano l'**apprendimento di condotte motorie***



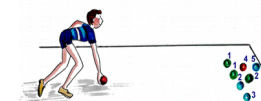
con regole

*Permettono l'**immissione di regole**, risultano fortemente **significativi** nei confronti delle funzioni sociali, consente di **identificare** nuove **dinamiche di gruppo**. Sono **organizzati**.*



di avviamento allo sport

*Prevedono attività individuali o collettive. **Iniziano al rituale del vero sport**; prevedono **carichi di lavoro**; necessitano di **opportune acquisizioni tecniche** e delle **strategie tecnico-tattiche**.*



TRAGUARDI DA PERSEGUIRE

Formazione, sviluppo e consolidamento:

- ▶ delle capacità senso percettive e degli schemi motori di base dinamici e posturali
- ▶ della coordinazione dei movimenti
- ▶ della padronanza del proprio comportamento motorio con l'ambiente che ci circonda.

Analisi delle cap. **SENSO-PERCETTIVE** :

Sono per lo più **innate** ed evolvono di pari passo con lo sviluppo dell'individuo.

Hanno origine : ***dagli organi di senso***: discriminazione visiva, uditiva, tattile, olfattiva, cinestesica.

Dipendono da : ***integrità e funzionalità*** degli organi di senso

Permettono di trasformare :

le ***sensazioni***

cioè le stimolazioni sensoriali che arrivano indifferenziate dal mondo esterno

per mezzo degli

analizzatori

in ***percezioni***

cioè la cap. di "prender coscienza" delle varie sensazioni: differenziarle, interpretarle e selezionarle per il loro uso più appropriato.

LA FUNZIONE DEGLI ANALIZZATORI

tattile : permette

di riconoscere, differenziare e ricordare le diverse forme, le superfici dei vari oggetti

di riconoscere e differenziare le sensazioni al caldo, freddo, liscio, ruvido, ecc..

ottico : permette

di riconoscere e di differenziare gli oggetti e gli avvenimenti osservati

di riprodurre sequenze motorie fissate in precedenza.

acustico : permette

di riconoscere e di differenziare i suoni nel tono e nella intensità

di individuare la direzione di un'azione (di gioco)
di ascoltare e riprodurre esperienze post-uditive.

vestibolare

o labirintico : permette

di acquisire informazioni sulla posizione della testa nel campo gravitazionale della terra

di registrare la direzione e l'accelerazione dei movimenti

cinestesico

o motorio : permette

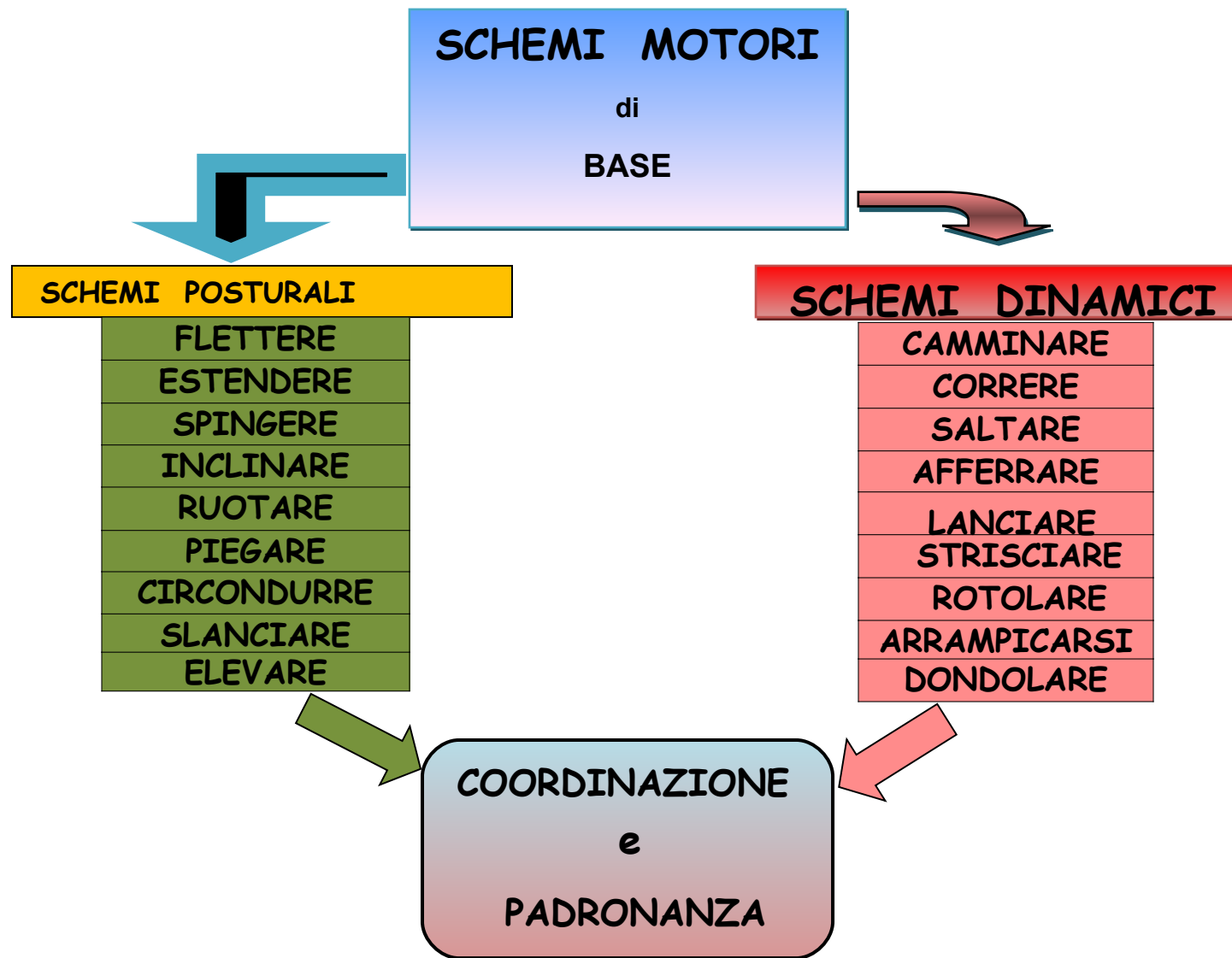
di acquisire le sensazioni o percezioni del movimento del proprio corpo o delle sue parti nel tempo e nello spazio (velocità e direzione)

di effettuare movimenti con tutte le parti del corpo, con la parte dx o sx, sviluppare la dominanza e mantenere l'equilibrio.

Analisi degli SCHEMI MOTORI :

Sono definiti :

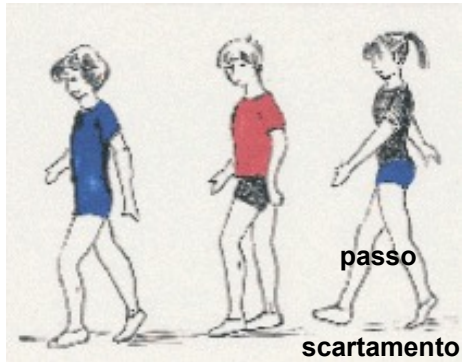
- 1** *elementi semplici della struttura del movimento volontario*
- 2** *costituiscono le forme fondamentali del movimento¹ stesso che il bambino acquisisce con gradualità*
- 3** *la loro acquisizione avviene secondo stadi progressivi fino alla automatizzazione*



Analizziamo alcune caratteristiche più comuni degli

Schemi Motori

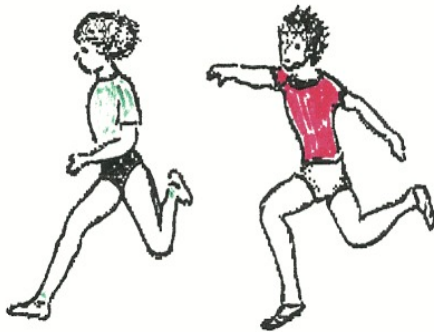
camminare



è il primo degli schemi motori che il bambino esegue dopo aver conseguito il controllo della stazione eretta

è una delle più naturali espressioni del comportamento motorio

correre



è un genere di locomozione dove compare una fase aerea, ed è tra le attività motorie la prevalente e più praticata

necessita di una discreta coordinazione ed un processo motorio abbastanza sciolto ed armonico

saltare



*L'acquisizione di questo schema presuppone un qualche livello di **coordinazione dinamica** e di **controllo** senza il quale si può ottenere al massimo un'andatura a saltelli, tipica dei bambini in età prescolare che non hanno ancora sviluppato i prerequisiti dello schema.*

- ▶ **I saltelli** danno gioia, sicurezza, indipendenza agevolando l'instaurarsi di una normale e non forzata lateralità degli arti inferiori.

*I bambini sono attratti ed in grado di eseguire "saltelli" in vario modo e di varia natura, cercando di trarre dalla loro esecuzione più **reafferenze ed indicazioni** possibili per la conquista di successivi altri prerequisiti dello intero schema.*

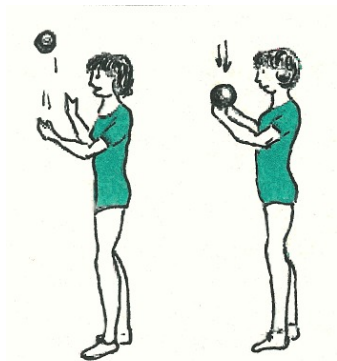
- ▶ **salto in basso** più facili, perché non richiedono particolari capacità di "caricamento" in funzione dello "stacco", né una lateralità ben definita, il bambino acquisisce esperienze di equilibri in volo e sensazioni estero e propriocettive personali

- ▶ **salto in lunghezza** sono legati alla cap. di accelerazione della azione "corsa" e alla fluidità dello "stacco" (dopo i 5-6 anni), che gli consentono di rinforzare importanti esperienze motorie in quella fase di volo .

► **salto in alto** presuppone una : " rincorsa - uno stacco - una fase aerea - un atterraggio".

è bene ricordarsi che il bambino per vari motivi fino all'età di 8 - 9 anni difficilmente è in grado di utilizzare tutta questa sequenza cinetica.

afferrare



L'atto dell'afferrare e tenere, avviene fin dai primi mesi di vita (riflesso palmare e plantare) e pian piano con l'incremento dei processi coordinativi generali, tipici delle varie età e, sfruttando il rapporto tra campo visivo e motricità delle mani e dei piedi (O/M-O/P) si trasforma nel movimento cosciente del "prendere".

lanciare



*Collegato al precedente il lanciare con l'aggiunta di componenti quali: la cap. di **direzione** e **precisione** correlati con il potenziamento di ulteriori e più idonei processi coordinativi, in rapporto alla posizione del proprio corpo nello spazio e nel tempo.*

*Tutti gli oggetti hanno poteri stimolanti per lo sviluppo questi di **schemi**, ma l'attrezzo principe è la **palla***

strisciare

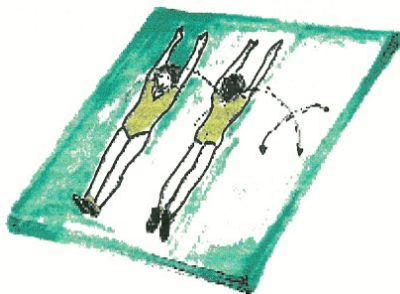


E' un'attività che si sviluppa molto presto.

E' uno dei primi approcci di "spostamento" prima di raggiungere la stazione eretta.

*Vari sono i modi di **strisciare e spostarsi "carponi"** nello spazio, ricevendone diversificate ed ampie **sensazioni esteroceettive** (con molte parti del corpo) fondamentali per la conoscenza del proprio **schema corporeo**.*

rotolare



*Si può considerare come una forma primitiva dello **strisciare** .*

*E' interessante per le **sensazioni non abituali** che genera, essendo legato a tutti i **processi percettivi: vestibolari - tattili - cinestesici ...** che favoriscono la **acquisizione e la conoscenza di sé** in condizioni di equilibrio dinamico, molto vario, all'interno dello stesso movimento . (masse cerebrali)*

COORDINAZIONE e PADRONANZA

Sono delle "condizioni neurofisiologiche" che consentono di eseguire i movimenti; sono responsabili dell'organizzazione, della regolazione e del controllo dei vari movimenti che compiamo.

Rappresentano il presupposto per la realizzazione

Le Capacità coordinative:

di atti motori finalizzati, adeguati all'obiettivo prefissato.

Dipendono dallo sviluppo e dalla maturazione del S.N.C.

Si sviluppano proporzionalmente alla quantità e alla qualità delle informazioni/stimolazioni ricevute ed elaborate dal S.N.C.

Si distinguono in :

- Capacità generali**
- Capacità specifiche**

Le Capacità Coordinative generali:

permettono di organizzare e regolare il movimento

dipendono dal sistema nervoso e dagli organi di senso

si differenziano in tre gruppi:

- 1 *apprendimento motorio*** - l'acquisire ed assimilare movimenti, in precedenza non posseduti, che possono però essere stabilizzati immediatamente attraverso continue esercitazioni.
- 2 *controllo motorio*** - il controllare il movimento in modo che l'azione corrisponda il più possibile al programma stabilito e poter così raggiungere il risultato preventivato.
- 3 *adattamento e trasformazione*** - la possibilità di cambiare, trasformare ed adattare modifiche al programma motorio prefissato in rapporto a condizioni e situazioni che possono continuamente mutare.

Le Cap. Coordinative specifiche:

si distinguono dalle **generali** per la forma che assumono le loro singole componenti e caratteristiche, necessarie nelle diverse attività motorie e sportive

la realizzazione di un gesto motorio si ottiene in modo adeguato in relazione all'obiettivo previsto e rispondendo alle seguenti necessità:

reagire agli stimoli della situazione

orientare il corpo in rapporto ai riferimenti spaziali esterni

anticipare l'obiettivo da raggiungere e tutte le fasi intermedie

confrontare quanto anticipato con la memoria motoria allo scopo di attivare gli schemi motori utili

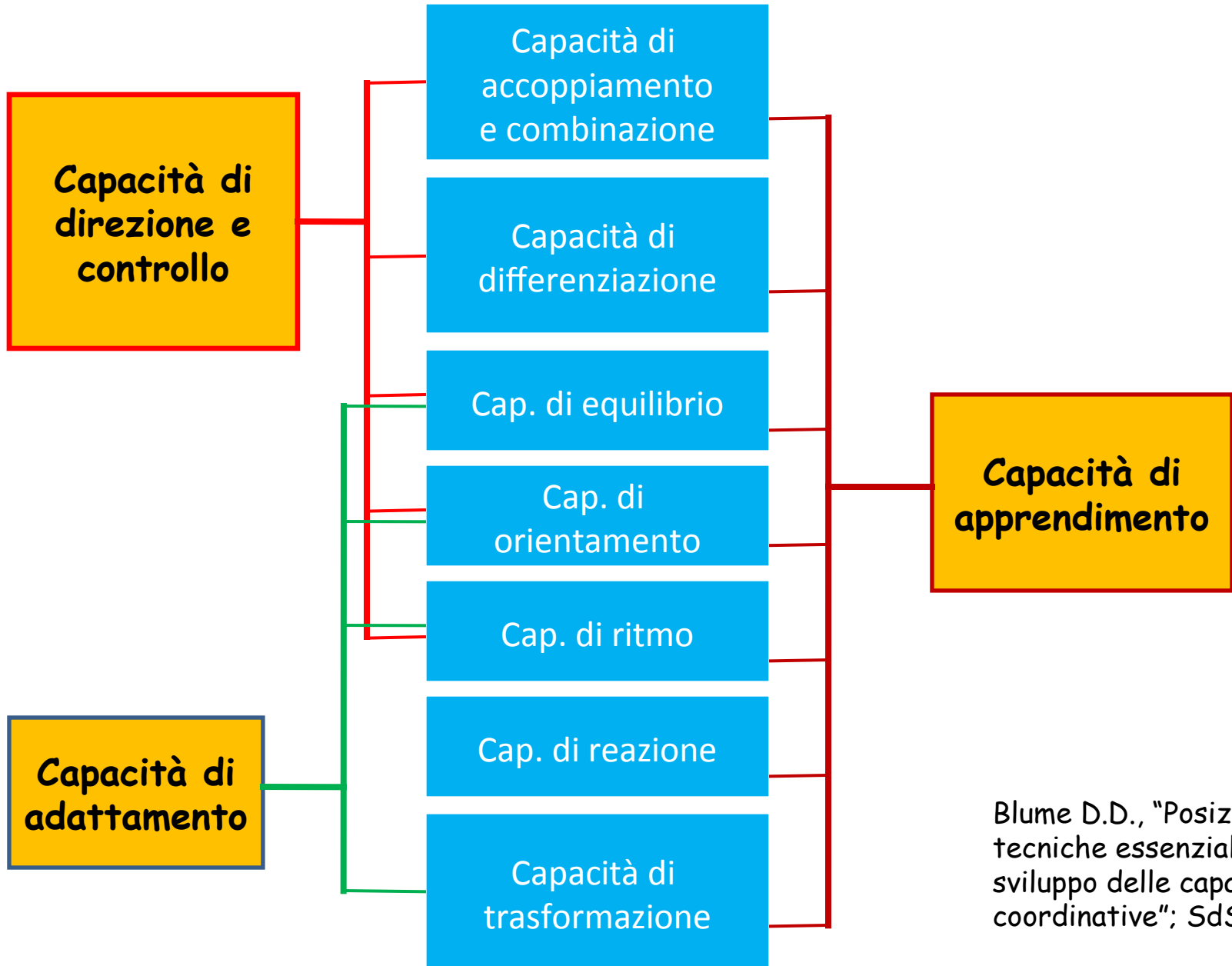
trasmettere gli impulsi agli organi motori differenziando il livello di forza in rapporto alle diverse fasi dell'azione

organizzare in forma ritmica la risposta

permettere la regolazione dell'equilibrio

combinare l'intervento simultaneo o alternato dei segmenti corporei

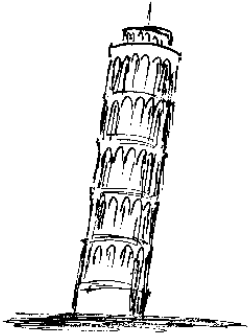
Le capacità coordinative speciali secondo Blume



Blume D.D., "Posizioni tecniche essenziali per lo sviluppo delle capacità coordinative"; SdS, 1982

Analizziamo alcune caratteristiche più comuni delle Cap. Coordinative speciali :

EQUILIBRIO



La cap. di **equilibrio** è una qualità specifica che consente il **mantenimento** e il **recupero** di una determinata posizione statica o dinamica, assegnata o desiderata, funzionale per il soggetto nei confronti della forza di gravità ed adeguata al successo dell'azione.

L'equilibrio non è rappresentato da una situazione di riferimento definita, ma deriva da un continuo adattamento tonico-posturale coordinato. L'equilibrio è una manifestazione individuale

COMBINAZIONE MOTORIA



E' il **saper collegare**, in un'unica struttura motoria, **più forme autonome e parziali di movimento**, che possono presentarsi o in successione di tempo o in modo simultaneo

Svolge un ruolo importante in tutte le attività motorie **relazionali** e nei **giochi sportivi**, che richiedono l'attivazione di più unità motorie di base.

Proprio nell'età infantile **può** e **deve** essere sviluppata attraverso **percorsi misti** (serie di prove o movimenti in successione).

ORIENTAMENTO



E' la cap. di saper determinare la posizione del corpo e dei suoi segmenti nello spazio

di modificare i propri movimenti in relazione agli altri o agli oggetti che ci circondano, siano essi statici o in movimento.

saper controllare il proprio corpo o modificare la sua posizione a proprio piacere e con utilità.

DIFFERENZIAMENTO SPAZIO-TEMPORALE



E' il saper dare un **giusto ordine sequenziale** (cronologico e spaziale) ai movimenti parziali e saperli poi ricollegare fino a farne diventare un **atto motorio unitario e finalizzato.**

Lo svolgimento **temporale** si struttura con il conoscere: ***il prima-il dopo... lento-veloce.. . . .***

quello **spaziale** con concetti conosciuti : ***avanti-dietro, largo-stretto, sopra-sotto, lento-veloce.. . . .***

RITMO



E' la capacità di **articolare**, con un'accentuazione adeguata, lo **svolgersi di un movimento** e di **raggruppare l'andamento temporale e dinamico** che lo caratterizza, secondo l'insieme aritmicamente percepibile.

Permette di **contrarre e decontrarre** i diversi gruppi muscolari nel rispetto degli stimoli sensoriali.

Presupposti importanti sono l'educare "al ritmo" e educare "il ritmo".

REAZIONE



Permette di **iniziare una risposta motoria il più velocemente possibile** dopo uno stimolo percettivo.

Conduce il bambino ad **intuire** il programma previsto anche da altri e, **agire e rispondere** di conseguenza.

Si conoscono due tipi di reazione:

SEMPLICE - risposta nota a stimolo *noto*, tempo di latenza minimo, stimoli visivi, acustici, tattili, cinestesici

COMPLESSA - risposta non determinata prima rispetto ad uno stimolo *non noto*, tempo di latenza maggiore