



# DIDATTICA DELL'ATTIVITÀ MOTORIA

Corso Operatore Sportivo UISP Le ginnastiche Lombardia

10 Novembre 2019  
A.S. 2019/2020

*Alice Perissinotti*



# SCHEMA CORPOREO

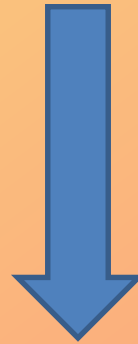
**J.Le Boulch. *“Coscienza, intuizione, conoscenza immediata che si ha del proprio corpo, in situazione statica e dinamica, in rapporto ai diversi segmenti fra loro e nel rapporto tra questi e lo spazio o gli oggetti che lo circondano”***



# FASI DELLO SVILUPPO DELLO SCHEMA CORPOREO



**CORPO  
VISSUTO**



**CORPO  
PERCEPITO**



**CORPO  
RAPPRESENTATO**



# CORPO VISSUTO (0-3 anni)

- Prima tappa: caratterizzata da un comportamento motorio globale, guidato dall'espressione spontanea e costruito sul vissuto.
- Tramite il corpo il bambino può conoscere il mondo che lo circonda e può stabilire relazioni, in proporzione allo sviluppo psichico
- Si utilizzano maggiormente i canali propriocettivi (propri della persona)



## PRIMO ANNO

- Controllo muscoli del capo e del collo → CAMPO VISIVO
- controllo muscoli del tronco → STAZIONE SEDUTA
- Coordinazione dinamica → GATTONARE
- Equilibrio statico → STAZIONE ERETTA

## SECONDO ANNO

- Stazione eretta → PRIMI PASSI (equilibrio precario)
- Fine secondo anno → sincronizzazione della DEAMBULAZIONE
- Salire e scendere dalle scale

**INIZIO MOVIMENTO VOLONTARIO**

## TERZO ANNO

- Corsa e salti
- Primi lanci
- Stabilizzazione equilibrio statico e dinamico



**RUOLO  
IMPORTANTE  
L'IMITAZIONE  
DELL'ADULTO**



# CORPO PERCEPITO (4-6 anni)

- In questo stadio intermedio c'è un miglioramento della *percezione* e la *discriminazione* delle varie parti del corpo → MIGLIORAMENTO RAPPORTO CON IL MONDO ESTERNO
- Consapevolezza sempre maggiore di un corpo ben distinto rispetto al mondo esterno.
- Evoluzione della *lateralità* → percezione di spazi esterni e orientamento spazio-tempo diventano più precisi.
- Motricità globale, coordinazione grezza e buon bagaglio di esperienze e gesti.
- Verso i 6 anni distinzione di destra e sinistra → miglior orientamento: avanti, dietro, alto, basso, destra e sinistra
- A 6 anni miglioramento azione di corsa, di salto, di lancio anche se c'è ancora poca precisione e direzionalità.



In questa fase il bambino ha una VISIONE MAGICA ED EGOCENTRICA DELLA REALTÀ → non considera il mondo ancora indipendente da se e dotato di una struttura ed organizzazione.



REALTÀ ED IMMAGINAZIONE SI CONFONDONO



GIOCHI SIMBOLICI  
GIOCHI DI FINZIONE  
IMITAZIONE DIFFERITA DEGLI ADULTI (imitazione soggettiva)





# CORPO RAPPRESENTATO (7-12 anni)

- Miglioramento e maturazione del proprio corpo sia in condizione statica che dinamica.
- Acquisizione di un pensiero reversibile che consente di prevedere un'azione futura e di anticiparne i gesti
- Coordinazione fine dei diversi segmenti corporei
- Tra i 10 e i 12 anni il ragazzo acquisisce e interiorizza, consapevolmente, l'immagine del proprio corpo durante un'azione → PRONTO AD APPRENDERE GESTI TECNICI





SCHEMA CORPOREO

SCHEMA CORPOREO

SCHEMI MOTORI DI BASE



# SCHEMI MOTORI DI BASE

RAPPRESENTANO LA  
MATRICE DA CUI EVOLVONO  
LA MOTRICITÀ DI RELAZIONE  
(generale) E LA MOTRICITÀ  
SPORTIVA (specifica di ogni  
singolo sport)

- Forme di coordinazione più semplici
- Compaiono spontaneamente
- un bambino di 4 anni con uno sviluppo psicomotorio normale li possiede tutti



# SCHEMI MOTORI DI BASE

## LOCOMOTORI

*(Def. Legati alle capacità i muoversi dinamicamente nell'ambiente con tutto il corpo)*

Strisciare

Rotolare

Gattonare

Camminare

Correre

Saltare

Arrampicarsi

## NON LOCOMOTORI

*(Def. Riguardano i movimenti propulsivi e di definizione di traiettorie)*

Afferrare

Lanciare



# STRISCIARE - ROTOLARE



## DEFINIZIONE

1° modo di spostamento del bambino sul terreno, prima di conquistare la stazione eretta.



## VARIANTI:

Superfici

Direzioni

apporto sensoriale



## DEFINIZIONE

È un'evoluzione dello strisciare.  
Spostamento del corpo attorno ad assi diversi (trasversale, longitudinale)  
Sviluppa la coordinazione dinamica generale, l'equilibrio, la percezione spaziale e l'orientamento



## VARIANTI:

Superfici

apporto sensoriale



# GIOCHI

## STRISCIARE

- Strisciare in varie direzioni
- Strisciare evitando di appoggiare alcune parti del corpo indicate dal maestro
- Strisciare a coppie
- Staffette
- giochi di ruolo: (serpente, gatto e topo)

## ROTOLARE

- Rotolare liberamente a destra e sinistra
- Rotolare a coppie
- Staffette
- Giochi di ruolo: (rullo)



# ARRAMPICARSI

- Nella prima infanzia precede la stazione eretta
- Può essere un buon mezzo di rafforzamento psichico e di miglioramento del coraggio
- Nelle fasi iniziale bisogna assecondare i movimenti e tranquillizzarlo con l'assistenza.

**VARIANTI**

**attrezzi**

**prese**



# GATTONARE – CAMMINARE - CORRERE

spostamento in  
quadrupedia

Si sviluppa dopo lo  
strisciare e il rotolare.

Primo schema motorio  
che il bimbo acquisisce  
dopo aver conseguito la  
stazione eretta

Schema motorio  
affinato verso i 9-10  
anni in quanto  
migliorano le capacità  
coordinative speciali e  
si sviluppano le capacità  
condizionali.



## VARIANTI

Ritmo

Appoggi

Posizioni

Direzioni

Superfici



Apporto sensoriale





# GIOCHI: gattonare

- Spostarsi avanti, indietro, a destra o sinistra
- Imitazioni di animali
- Staffette
- .....



# GIOCHI: camminare

- Varie andature
- Camminare rullando i piedi, sulle punte, a passi lunghi....
- Camminare seguendo linee, curve....
- Camminare a occhi chiusi
- Giochi a coppie
- Un due tre stella



# GIOCHI: correre

- Correre liberamente nello spazio
- Correre con uno, due, tre o più compagni
- Mago libero
- Sparviero
- Guardia e ladri



# SALTARE

- L'acquisizione di questo schema presuppone un certo livello di coordinazione e di controllo
- Affrontare questo schema gradualmente perché il bambino ha paura di staccarsi dal suolo: proporre prima salti in basso con l'aiuto del maestro e poi andare a proporre salti più alti e più lunghi.

## VARIANTI

**Ritmo**

**Appoggi**

**Posizioni**

**Direzioni**

**Superfici**

**Apporto sensoriale**



# GIOCHI: saltare

- Imitazione di diversi animali
- Salti utilizzando diversi superfici
- Salti a coppie
- Staffette
- La cavallina
- La campana
- La lotta dei galli



# AFFERRARE - LANCIARE

- Sin dai primi mesi di vita il bambino esercita la prensione come movimento riflesso sia palmare che plantare.
- Con la crescita l'atto diviene volontario
- L'afferrare e il lanciare si sviluppano con l'incremento dei processi coordinativi generali.
- Soltanto intorno agli 8 anni il lanciare diviene uno schema coordinato e fine, sia per precisione che per fluidità
- Utilizzando oggetti con pesi, grandezze e forme diverse si facilita l'apprendimento del controllo e la padronanza di esso.



# GIOCHI: afferrare e lanciare

- Lanci in tutte le direzioni
- Lanci contro il muro da soli o a coppie
- Lanci a piccoli o grandi gruppi
- Lanciare con uno o due mani
- Lanciare con i piedi
- Afferrare con due mani o con una sola
- Palla prigioniera
- Palla base
- ....



**GRAZIE A TUTTI!!!!**

