

1 anno	Movimenti della testa							
	Colpire verticalmente	Prendere	Sollevarsi	Appoggiarsi		Gattonare		Girarsi
Gettare	Prendere mirato	Tenersi eretto			Strisciare			
2 anni	Lanciare non mirato		Camminare	Arrampicarsi, ostacoli dell'altezza delle anche			Passare attraverso un oggetto con aiuto	Cadere Rotolare
3 anni	Lanciare con 2 mani (grosso pallone)	Prendere al volo con 2 mani	Tenere brevemente in equilibrio Dondolare camminando (larghezza di 20 cm)		Correre	Saltellare Saltare da un oggetto		Rotolare attorno all'asse longitudinale
4 anni	Lanciare in maniera mirata (piccola palla) Lanciare in rete (1-2 m)	Prendere al volo con l'aiuto del corpo (altezza del torace)	Stare in equilibrio (3-4 secondi)			Saltar via un oggetto a piedi pari	Torcersi di traverso (banco svedese)	Rotolare indietro in posizione dorsale
5 anni				Correre (ciclico)				Rotolare in avanti alla posizione seduta
6 anni		Prendere al volo con l'aiuto del corpo (altezze diverse)	Stare in equilibrio (10 secondi) Dondolare camminando (larghezza di 10 cm)			Saltar via un oggetto su una gamba sola	Combinazione correre e torcersi attraverso un oggetto	
7 anni	Lanciare in maniera mirata (grande palla)	Prendere al volo liberamente	Dondolare correndo (larghezza di 10 cm)	Combinazione correre arrampicarsi	Correre attorno ad un oggetto, slalom	Combinazione correre saltare a piedi pari e su una gamba sola		Rotolare in avanti alla posizione in piedi

E.J. Kiphard ha stabilito che l'età prescolastica è particolarmente appropriata per l'apprendimento di nuovi modelli motori. Grazie alla voglia naturale dei bambini di muoversi, i compiti a carattere imperativo sono risolti con molta iniziativa propria e una grande creatività. Tramite l'adattamento dei modelli motori conosciuti alle nuove situazioni, questi modelli vengono rinforzati e, inoltre, appaiono nuovi modelli. Così, i bambini imparano in modo ludico dei nuovi movimenti e ampliano il loro repertorio di movimenti. Sulla base di quest'acquisizione, aggiungono ancora altri movimenti. Maggiori sono le esperienze motrici durante la fase di sviluppo del bambino, migliori saranno gli sviluppi delle capacità fondamentali (bisogni primari), più semplicemente può adattarsi e apprendere più tardi delle successioni di movimenti complessi.

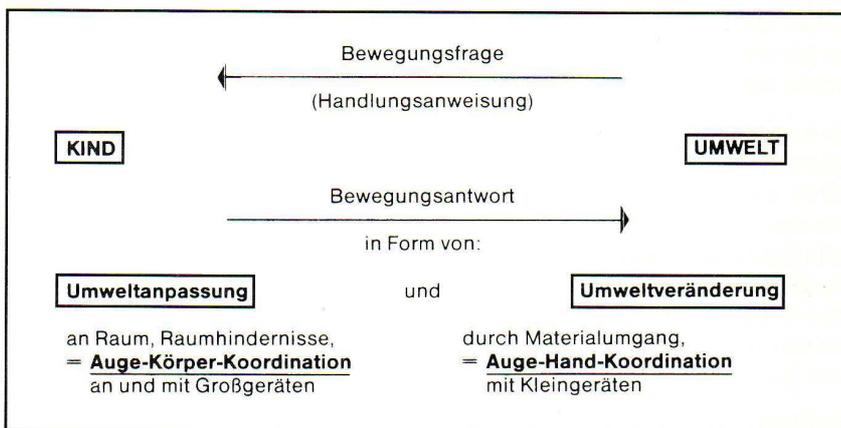


Abb. 2

Ernst J. Kiphard
Motopädagogik
pagina 18, 2001

Processo di apprendimento
grazie all'azione-movimento



Abb. 3

Ernst J. Kiphard
Motopädagogik
pagina 23
2001

Le caratteristiche della psico-motricità: *vita affettiva / cognizione*

- Stretta interazione tra lo psichico e il fisico
- I sentimenti e le passioni si esprimono tramite il portamento e il movimento
- Bisogno naturale di muoversi
- Compiti per sperimentare, per cercare delle soluzioni
- Adattare e variare in maniera multipla i modelli motori, giocare con il movimento

Le caratteristiche della socio-motricità: *percezione sociale/comunicazione*

- Conoscere grazie al movimento il TU e il NOI (gioco di incontro con un compagno o in gruppo)
- Contatto sociale, cooperazione e comunicazione emotiva

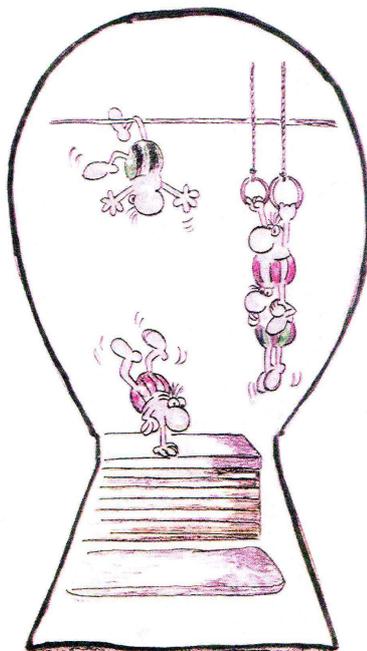
E' il caso di sottolineare che lo sviluppo non è lineare e che la differenza tra bambini della stessa età può subito essere grande (gruppi eterogenei).

MOTRICITA' RUDIMENTALE

Indicazioni approssimative sin dai 3 anni di età (Script J. Sägesser, IHP Berne)

3-4 anni

- Scende le scale posando un piede davanti all'altro
- Salta sopra una corda tenuta immobile
- Si appoggia su semplici oggetti per arrampicarsi
- Ama intraprendere e necessita di grandi spazi
- Ama i giochi di equilibrio



4-5 anni

- I suoi movimenti sono più mirati e più forti
- Cambia frequentemente la sua posizione => seduto, in piedi, accovacciato, sdraiato sul pavimento,....
- Ama correre, arrampicarsi, saltare
- Prova a saltare la corda, utilizza la trotinette o il pédo-bike (velowalker), i pattini da strada o da ghiaccio ... => secondo il tipo: piuttosto intraprendente o tranquillo e trattenuto
- Ama muoversi a ritmo di musica

5-6 anni

- E' intraprendente e quasi sempre in movimento
- Sopravaluta spesso le sue capacità e cade
- Il suo corpo è ben equilibrato quando si dondola, o saltella al ritmo di musica.

6-7 anni

- Fa prova di maggior prudenza nei suoi movimenti => può anticipare delle successioni di movimento
- Alterna fasi di movimento a fasi di calma
- Ripete in diverse occasioni, di sua iniziativa, movimenti complicati
- Esercita e impara con entusiasmo delle attività fisiche come pedalare, andare coi pattini a rotelle, saltare alla corda...
- Durante la pratica dello sport, dà maggiore importanza alle sue prestazioni e comincia a confrontarsi con gli altri

CONSIGLI SIGNIFICATIVI PER LE LEZIONI DI EDUCAZIONE FISICA E DI SPORT

- Offrire delle attività fisiche variate
- Mettere a disposizione molto spazio per muoversi, permettere e pianificare delle attività fisiche sufficienti
- Modificare, adattare, variare i movimenti => giochi con il movimento
- Differenziare, adattare all'individuo => ogni bambino deve poter esercitarsi al suo livello
- Passare da compiti non direttivi alle successioni di movimento strutturate

Riassunto dello sviluppo del bambino: età prescolastica - età scolastica

5/6 anni	7/8 anni	9/10 anni
Atteggiamento egocentrico	Voglia di contatto, contatti a due positivi o negativi; frequente cambiamento di compagni	Coscienza dell'appartenenza al gruppo Aspirazione al prestigio
Testardaggine	Disponibilità a compiere dei compiti	Età dell'apprendimento motorio
Identificazione di natura emotiva con l'insegnante	Atteggiamento obiettivo e distanziato	Identificazione con il gruppo Esigenza di una giustizia perfetta
Percezione dell'umore degli altri ma impossibilità di mettersi nei panni altrui	Capacità di prevedere le possibili reazioni e sentimenti altrui e adattamento del loro proprio comportamento di conseguenza	Capacità di integrarsi nei gruppi e di accettare delle opinioni divergenti
Capacità di concentrazione e di resistenza limitate	Miglior resistenza e capacità di concentrazione	Grande disposizione all'apprendimento e capacità di resistenza
Giochi di ruolo, di percezione	Introduzione di varianti nelle regole dei giochi	Sviluppo di giochi sportivi
Giochi soprattutto fianco a fianco	Giochi comuni – gli uni contro gli altri, con il compagno	Giochi in gruppo, fianco a fianco, gli uni per gli altri, gli uni contro gli altri
Giochi di corsa e di rincorsa con traiettorie determinate	Giochi di corsa e di rincorsa più complessi, apparizione del comportamento tattico	Giochi di corsa e rincorsa variati e completati con del materiale
Difficoltà a digerire i fallimenti	A seconda dello sviluppo individuale, possibilità di sopportare i fallimenti	Nelle situazioni di gioco, possibilità di sopportare i fallimenti
Rara ricerca di situazioni competitive	Importanza crescente della competizione	Importanza della rivalità e del confronto delle proprie prestazioni con quelle degli altri
La sperimentazione e la scoperta si situano al centro	Sostituzione progressiva della sperimentazione e della scoperta con l'esercizio e la prestazione	L'esercitare e la prestazione, la sfida e la rivalità si situano al centro