

la programmazione

Elementi della programmazione:

- **Analisi della situazione (conoscere i prerequisiti)**
- **Definizione degli obiettivi**
- **Scelta ed organizzazione delle attività e dei contenuti**
- **Scelta ed organizzazione dei metodi**
- **Realizzazione**
- **Valutazione**

Analisi della situazione

- Per poter organizzare una programmazione è necessario essere in grado di osservare il livello iniziale dei singoli ragazzi e del gruppo classe:

Conoscere le situazioni da osservare:

- **capacità motorie in generale,**
- **livelli cognitivi**
- **aspetti relazionali e di comunicazione fra singoli all'interno del gruppo**

Saper finalizzare l'osservazione:

- **cogliere gli aspetti peculiari dei singoli e del gruppo per determinare obiettivi che interessino lo sviluppo di tutte le funzioni (cognitiva, affettiva, sociale e motoria)**
- **Saper organizzare l'osservazione: predisporre specifiche Unità Didattiche adatte ai singoli e al gruppo**

Nell'analizzare la situazione di partenza individuare

- Interesse,
- Impegno
- Capacità (in particolare motorie),
- Abilità (in particolare motorie),
- Rapporti interpersonali.
- Esprimere le capacità, le abilità e gli aspetti comportamentali riscontrati sull'alunno in termini di:
adeguati,
carenti,
superiori.

Gli Insegnanti

- si devono porre 3 domande fondamentali:
- **CHI? Chi è il soggetto dell'apprendimento**
- **DOVE? Quale scopo si prefigge**
- **COSA? In quale contesto il soggetto vuole essere in grado di svolgere quanto appreso**

CHI?

E' il soggetto che stiamo educando: un ragazzo, un bambino.

L'età biologica corrisponde a quella cronologica?..

COSA?

Qual'è il compito che il ragazzo deve essere in grado di fare: correre, saltare, lanciare, prendere, palleggiare, calciare, etc

DOVE?

È il contesto nel quale il soggetto esegue il compito: la palestra, il cortile, uno stanzone, un prato, un'aula, il corridoio...

Chi?

Chi?

- età
- esperienze pregresse
- stadio di apprendimento
- capacità
- attenzione
- obiettivi

Cosa?

- Abilità da apprendere
Open skill
- Abilità da apprendere
Closed Skill



Dove?

- *Contesto competitivo*
- *Contesto scolastico*

Cosa?

Dove?

Insegnare... ad apprendere

- *La capacità di apprendere è essenziale*
- *Perché le esperienze di apprendimento siano gratificanti e produttive, i ragazzi devono sapere dove vogliono andare e gli insegnanti devono essere in grado di assisterli per raggiungere lo scopo*
- *Apprendimento motorio: cambiamenti dei processi interni che determinano la capacità di un individuo di eseguire un'azione motoria.*
- *Il livello di apprendimento motorio migliora con l'esercizio*

- ***L'apprendimento motorio è correlato alle esperienze passate e alle difficoltà di percezione***
- ***Un apprendimento motorio di qualità può essere acquisito anche senza concatenazioni didattiche particolari.***
- ***Ciò che conta è un buon clima ludico e di relazione, ravvivato dalla continua motivazione e partecipazione.***

Definizione degli obiettivi

Scegliere che fare e scegliere gli obiettivi sapendo che :

obiettivi eccessivamente complessi da realizzare attraverso metodi troppo difficili

obiettivi troppo elementari al di sotto della normale soglia di sollecitazione motoria, fisica e cognitiva, con metodologie banali,

producono sugli allievi o ansia o noia

“carichi ” troppo bassi sono inefficaci ma troppo alti possono essere pericolosi.

Le esercitazioni motorie

- Contribuiscono al raggiungimento di obiettivi relativi alla formazione della personalità attraverso lo sviluppo delle funzioni di tipo :

- Cognitivo

- Percettivo

attenzione e selezione delle informazioni

accumulo in memoria dei dati

recupero dei dati

valutazione e correzione dei dati

- Affettivo

gradimento e fascino di un evento

disapprovazione,

disgusto,

ripulsa di un evento

emozioni che si percepiscono all'interno delle diverse situazioni (gioia, allegria, esaltazione, rabbia, irritazione, disappunto, soddisfazione, compiacimento...)

- Sociale:

autonomia

collaborazione e cooperazione

rispetto delle regole

- **Motorio**

Capacità senso-percettive

Schemi motori di base

Capacità motorie (coordinative e condizionali)

Area Motoria

- *Obiettivi generali in sintesi:*
- ***Schemi motori di base – indispensabili per il controllo del corpo e l'organizzazione dei movimenti (camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, equilibrarsi, arrampicarsi, rotolare).***

Capacità senso-percettive

Sono capacità cognitive innate che permettono di discriminare segnali interni ed esterni all'organismo e si sviluppano attraverso specifiche esperienze.

(Discriminazione visiva, uditiva, tattile, cinestetica)

Capacità coordinative

- ***Sono deputate alla organizzazione, regolazione, controllo del movimento.***
(Capacità coordinative generali e Capacità coordinative speciali).

Capacità condizionali

- ***Dipendono dalle caratteristiche biochimiche, morfologiche dell'uomo e sono legate a fattori come sesso, peso, statura, massa muscolare e al funzionamento di apparati e organi.***
- ***Forza, Resistenza e Velocità***

Educazione motoria

Ambito specifico

Ambito trasversale

Area Motoria

- Sviluppo delle capacità percettive
- Sviluppo e consolidamento schemi motori - lateralizzazione
- Sviluppo delle capacità motorie
- Esperienze di gioco

Area affettiva

Miglioramento della relazione con:

- ✚ se stessi (riconoscere le proprie abilità)
- ✚ gli altri (disponibilità, aiuto, collaborazione)
- ✚ gli oggetti

Area Cognitiva

- 📖 Conoscenza del movimento e delle sue modalità di realizzazione.
- 📖 Capacità di prestare attenzione, memorizzare, associare, rielaborare le informazioni in arrivo al corpo tramite gli analizzatori sensoriali

Gli schemi motori di base

- sono le prime espressioni di movimento dinamico.
- Sono le attività basilari del movimento, un'interazione tra corpo e ambiente il cui fine è lo spostamento del corpo nello spazio oppure la trasmissione di energia a qualche oggetto.
- i principali sono : camminare, correre, saltare, rotolare, calciare, strisciare, equilibrarsi, arrampicarsi, lanciare-afferrare, tirare-spingere.
- Questi schemi fanno parte del bagaglio motorio di ognuno di noi, costituiscono il fondamento di attività motorie più complesse e la loro maturazione dipende dal periodo di crescita e dagli stimoli offerti dal mondo esterno

- La ricchezza e la varietà degli stimoli permettono il loro miglioramento quantitativo e qualitativo. Lanciare, correre, saltare sono movimenti spontanei dell'uomo
- . Basta provare a lanciare una palla a un bambino per rendersi conto che il suo primo profondo desiderio è quello di prenderla, toccarla, rilanciarla con le mani o con i piedi.
- *In presenza della palla gli schemi motori di base assai familiari al bambino come correre, afferrare, saltare, calciare, possono affinarsi ulteriormente(**condotte motorie**) divenendo sempre più specifici*

- Il ragazzo, al termine della scuola primaria, o comunque tra i 10 e i 12 anni, deve padroneggiare tutti gli schemi motori in forma più o meno consistente.
- Non avere raggiunto un livello soddisfacente significa andare incontro a una sorta di *analfabetismo motorio che in qualche modo potrebbe avere conseguenze sulla personalità in generale e sullo sviluppo motorio in particolare.*

Le Capacità senso-percettive

- permettono al soggetto di ricevere in modo corretto le informazioni provenienti sia dall'interno del corpo, sia dal mondo esterno, comprenderle, selezionarle e interpretarle a livello corticale.
- Sono innate e dipendono dall'integrità e della funzionalità degli organi di senso e dagli analizzatori che in essi sono presenti.
- Gli analizzatori sensoriali sono i prerequisiti delle capacità coordinative e si sviluppano principalmente fra i 4 e i 7 anni.

Gli analizzatori

- ottico (visivo), acustico (sonoro) e tattile raccolgono informazioni dall'ambiente esterno, mentre quello cinestesico e quello vestibolare riuniscono le informazioni provenienti dal mondo interno.
- L'analizzatore visivo è molto importante, infatti, raccoglie più dell'80% delle informazioni esterne, fornisce informazioni relative alla propria azione, alle modifiche della situazione, alle relazioni spazio-tempo fra sé e l'ambiente (attrezzi, avversari, compagni).
- Il ruolo visivo è evidente nei giochi in cui l'allievo deve sempre effettuare un controllo visivo di che cosa sta succedendo intorno a lui, degli spostamenti dei compagni e degli avversari.
- Verifica la sua direzione e la sua velocità e quella degli avversari oppure dell'attrezzo (per esempio la palla).

Capacità coordinative

- Le capacità coordinative hanno la base della loro funzionalità nell'organizzazione dei processi del sistema nervoso, in prima analisi del sistema senso - motorio.
- Le capacità senso percettive sono i prerequisiti in grado di permettere al ragazzo di apprendere, controllare e adattare alle varie situazioni i movimenti, determinano la coordinazione.
- Le capacità coordinative sono la ***grammatica motoria***
- le abilità ***il vocabolario motorio***
rendono possibile la costruzione di frasi motorie, cioè movimenti complessi e complicati.

Il periodo migliore

- *per sviluppare le capacità coordinative è fra gli 8 e 12 anni.*
- *il periodo della scuola primaria è molto favorevole allo sviluppo delle capacità coordinative.*

Un bambino coordinato riesce a controllare i muscoli, effettuare azioni corrette, economiche ed efficaci

Le capacità coordinative vanno sviluppate entro i 12 anni, dopo di che, è possibile intervenire ma lavorando molto

Alcune capacità (equilibrio, ritmo e reazione) trovano in seguito scarse possibilità di sviluppo.

CAPACITÀ COORDINATIVE

Fasi dello sviluppo

Si sviluppano in modo preponderante, con tempi leggermente scanditi le une rispetto alle altre tra i 6 e i 12 anni (la cap. di orientamento si struttura in modo completo tra i 12 e i 14 anni)

Sono condizionate dall'affermazione della lateralità che influisce su:

- equilibrio dinamico
- capacità di salto
- capacità di lancio

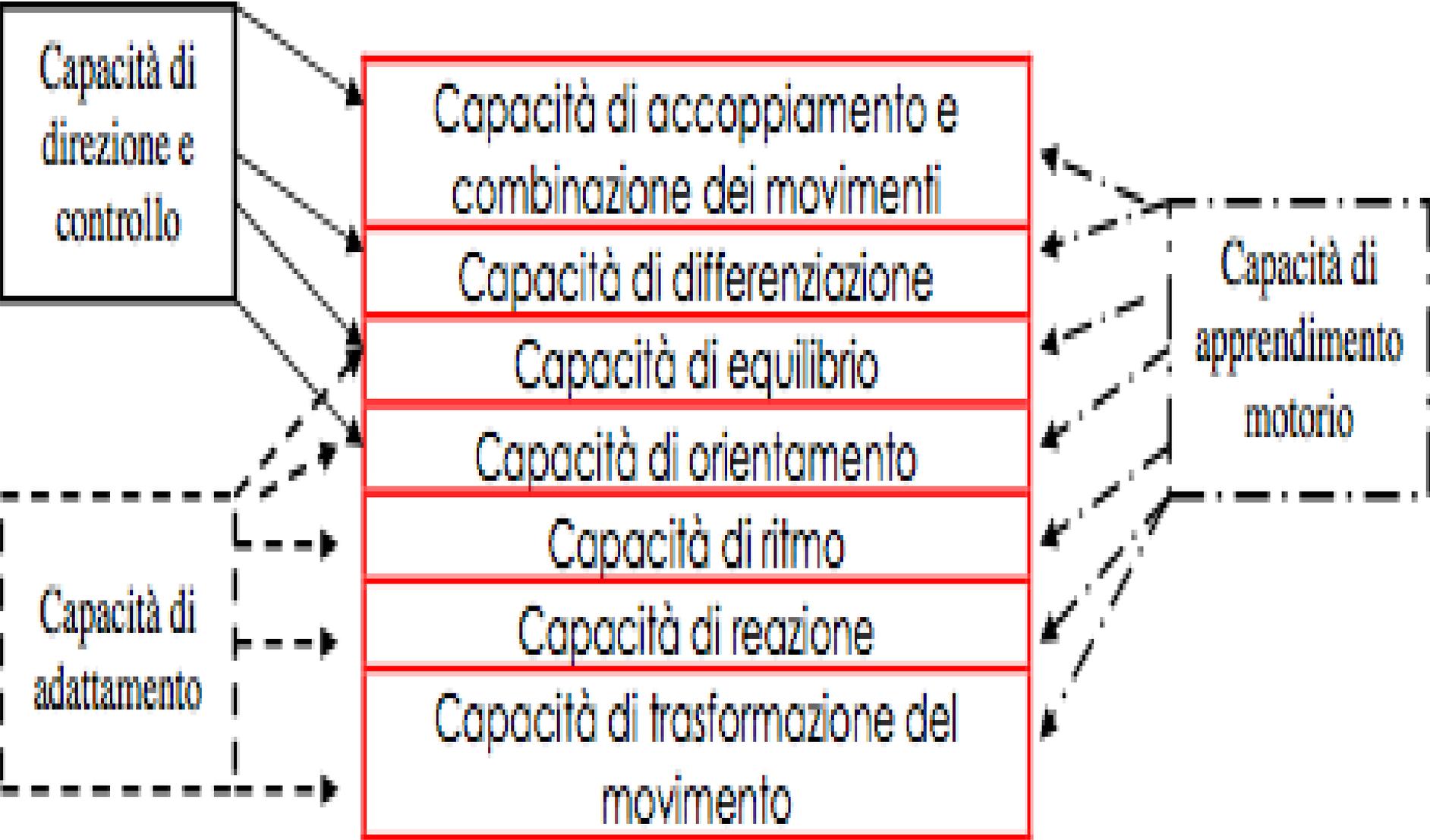
La lateralità **:

- compare intorno ai 5 anni
- si afferma a 7-8
- si completa a 11-12

La dominanza di una parte del corpo sull'altra segue questo percorso:

- inizia dalla mano a 5-6 anni
- si assesta nell'arto superiore attorno ai 7 anni
- si consolida nell'arto inferiore e nel piede verso gli 8 anni

Classificazione delle capacità coordinative (secondo Blume, 1978)



- È didatticamente sbagliato insistere in sull'esecuzione di un gesto con l'arto subdominante soprattutto se il gesto non è stato ancora interiorizzato dall'arto dominante.
- È meno faticoso lasciare che il bambino sperimenti il movimento seguendo la propria lateralità.
- Poi il trasferimento avverrà naturalmente da un emisfero ad un altro.
- Insistere con l'esercitazione dell'arto subdominante in questo contesto è un inutile e dispendioso doppio apprendimento.

Capacità coordinative speciali	Situazioni generali	Esercitazioni consigliate
Capacità di accoppiamento e combinazione del movimento	Situazioni imitative che richiedono la combinazione di più schemi motori e posturali in successione omologa (arti superiori – arti superiori) e incrociata (arti superiori – arti inferiori).	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Combinazione braccia gambe come nel passo saltellato e simili ◆ Tutte le combinazioni corsa-salto, corsa-lancio e salto-lancio ◆ Salire la pertica ◆ Saltare la corda ◆ In genere tutti i giochi, specie con la palla.
Capacità di differenziazione cinestesica	<p>Esecuzione di azioni singole e ripetute con intervalli, brevi o lunghi.</p> <p>Esecuzione di azioni singole con cambio di superficie d'appoggio.</p> <p>Esecuzione di azioni di grande precisione.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Lanciarsi attrezzi (palloni) di diverso peso e dimensioni ◆ Saltellare (o correre) in successione sul pavimento, sul materasso (sul trampolino, sull'erba, sull'asfalto, sul parquet) ◆ Tirare al bersaglio con palline di diverse dimensioni ◆ Con dei cerchi centrare dei coni ◆ Colpire una pallina con la mazza da baseball

<p>Capacità di equilibrio</p>	<p>Riduzione della superficie d'appoggio. Situazioni nelle quali la superficie di sostegno aumenta la precarietà dell'appoggio. Situazioni di instabilità della superficie d'appoggio.</p>	<p>(solo equilibrio statico)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ stare in equilibrio su un arto ◆ andature sugli avampiedi, sui talloni ◆ camminare sulla trave, sull'asse di equilibrio ◆ camminare, correre poggiando i piedi sugli spazi tra bacchette poste a distanza costante e variata ◆ Camminare su mattoncini, su sassi, etc.. ◆ Pattinare, fare skateboard
<p>Capacità di orientamento (spazio-temporale)</p>	<p>Situazioni nelle quali i riferimenti spaziali variano e rendono difficile la soluzione del compiti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Colpire un bersaglio in movimento ◆ Fare delle azioni dopo un giro su se stessi o dopo una capovolta ◆ Fare uno slalom dopo una capovolta ◆ Giocare a Bandiera con due persone che alternano la "chiamata" (non si sa chi dei 2 "chiamerà") ◆ Tutti i giochi di movimento in genere.
<p>Capacità di ritmo</p>	<p>Adeguamento del ritmo a riferimenti parziali al suolo. Adeguamento del proprio ritmo a quello del compagno.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Superare una serie di piccoli ostacoli posti a distanze e altezze fisse o variate ◆ Saltellare "a canguro", "a rana", "a mo' di gallina zoppa" tra cerchi in fila e sfalsati ◆ Correre mantenendo il ritmo del compagno ◆ Correre a coppie, in gruppo cercando di far coincidere gli appoggi al ritmo dei compagni

<p>Capacità di reazione</p>	<p>Risposte prevedibili ad uno stimolo semplice e conosciuto (acustico, visivo, tattile). Risposte conosciute a 2 o più stimoli diversi.</p>	<p>Alla manifestazione dello stimolo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ fare un salto e poi una corsa veloce in avanti ◆ fare una capovolta e poi una corsa all'indietro ◆ da decubito prono, a un determinato segnale alzarsi e scattare in avanti; ad altro segnale rotolare verso destra (o sinistra) ◆ definire 3 segnali: ad ognuno corrisponde un movimento ◆ giocare a Bandiera, Bianco e Nero
<p>Capacità di trasformazione del movimento</p>	<p>Situazione in cui si deve portare delle modifiche ad una azione programmata in precedenza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Tutti i giochi in genere ◆ Usare per i giochi una palla da rugby, oppure molto più leggera del solito ◆ Compiere esercitazioni sotto pressione del tempo (completare il compito, per esempio uno slalom nel tempo massimo di 30 secondi).

<p>Capacità coordinative speciali</p>	<p>Situazioni con la palla</p>
<p>Capacità di accoppiamento e combinazione del movimento</p>	<p>Correre e controllare, passare, respingere, il pallone con le mani, i piedi. Saltare e lanciare o respingere una palla.</p>
<p>Capacità di differenziazione cinestesica</p>	<p>Spostamenti rapidi seguiti da arresti e viceversa. Lanci della palla precisi utilizzando punti di riferimento. Dosaggio della forza delle spinte e dei passaggi.</p>
<p>Capacità di equilibrio</p>	<p>Svolgere attività mantenendosi in equilibrio statico sulla palla oppure su un solo arto (o altra parte del corpo). Svolgere attività di equilibrio dinamico e in volo.</p>

<p>Capacità di orientamento (spazio-temporale)</p>	<p>Arresti, cambi di direzione e di senso con o senza palla che costringano a cambiare i punti di riferimento. Giochi in spazi limitati, in superiorità o inferiorità numerica. Occupazione degli spazi e muoversi in essi in forma organizzata. Valutazione delle distanze (lanci con diverse traiettorie) e tutte le attività di presa e controllo della palla (afferrare).</p>
<p>Capacità di ritmo</p>	<p>Correre con o senza palla al ritmo di un compagno. Muoversi e saltare al ritmo stabilito dal rimbalzo della palla. Camminare e/o correre palleggiando con le mani e con i piedi rispettare un ritmo prefissato.</p>
<p>Capacità di reazione</p>	<p>Partenze rapide da varie posizioni ad un segnale stabilito. A diversi segnali corrispondono diversi compiti.</p>
<p>Capacità di trasformazione del movimento</p>	<p>Qualsiasi situazione di gioco. Adeguamento agli avversari o ai compagni di squadra.</p>

Classificazione dei giochi:

Giochi di semplice organizzazione (6-7-8 anni) *

Giochi codificati (8-9 anni) **

Giochi regolamentati (9-10-11 anni) ***

Nei giochi di semplice organizzazione:

Non c'è comunicazione motoria, non esiste praticamente la cooperazione o collaborazione, non esiste l'opposizione di compagni o avversari

Sono giochi individuali dove il confronto è con altri cercando di realizzare un compito più velocemente dei compagni

Lo spazio ha semplici delimitazioni

Gli spostamenti sono conquistare una zona, una linea, etc.

Le regole sono semplici e la strategia si basa su inseguimenti, controlli di palla, etc.

Nei giochi codificati:

È presente una forma di comunicazione motoria

È presente una forma di cooperazione e collaborazione

Non esistono azioni di opposizione diretta

Lo spazio è utilizzato con vari criteri

La strategia aumenta perché i confronti sono fra gruppi.

Il marcamento e lo smarcamento sono azioni costanti.

Vi sono norme e regole da rispettare

Nei giochi regolamentati

- La comunicazione motoria raggiunge un grado elevato : sinergia tra giocatori della stessa squadra e le azioni di opposizione degli avversari
- Lo spazio ha una utilizzazione complessa (zone ristrette, zone proibite, etc.) e le demarcazioni sono generalmente standard
- La strategia si basa su difesa e attacco. Le squadre sono stabili ed esiste un ragionamento collettivo sulle azioni da realizzare
- Il regolamento presuppone un apprendimento precedente per poter giocare correttamente
- Il passaggio successivo ai giochi regolamentati è la pratica di uno sport di squadra

Capacità condizionali

forza, resistenza e velocità

rappresentano l'insieme delle caratteristiche motorie legate e dipendenti dalle caratteristiche biochimiche, morfologiche e funzionali dell'individuo.

Il loro sviluppo durante tutta la fase evolutiva è continuo, ma non lineare.

Questo è dovuto ai cambiamenti fisici e motori tipici del processo di maturazione dell'organismo.

Nei bambini non si deve commettere l'errore di voler sviluppare le capacità condizionali forza, velocità con metodiche di tipo analitico (che sono più adatte alle attività per adulti).

- Nei bambini il miglioramento delle capacità condizionali dovrà avvenire attraverso le esercitazioni coordinative e di gioco ed esercitazioni-gioco.
- La capacità condizionale che deve essere sviluppata nella scuola primaria, nella fascia di età che va dai 6 agli 11 anni, è la rapidità (velocità), in quanto è quella che più corrisponde alle naturali caratteristiche della motricità infantile.
- La rapidità è la capacità di compiere azioni motorie in un tempo minimo.
- Nello specifico è necessario ricercare il miglioramento delle sue diverse componenti:
 - Rapidità di reazione
 - Rapidità del singolo movimento (gesto)
 - Frequenza di movimento

Esempio pratico

Miglioramento del tempo di reazione -

Brevissima durata dell'esercizio (1"-2"),
massima intensità.

- Contenuto analitico:

qualsiasi esercizio che preveda l'avvio tramite
un segnale : partenza da varie posizioni ecc..

- Contenuto globale:

il gioco della Bandiera, Bianco e Nero.

- *Miglioramento del singolo gesto - Brevissima durata dell'esercizio (1"-2") massima intensità.*
- Contenuto analitico: qualsiasi esercizio che preveda un gesto aciclico molto esplosivo, rapido, intenso e senza (o quasi) resistenze. Es: uno stacco per un salto.
- Contenuto globale: esempio tutti i giochi con la palla nei quali prevale il passaggio o il tiro (sia con le mani che con i piedi)

- *Miglioramento della capacità di compiere un singolo gesto il maggior numero di volte nell'unità di tempo (frequenza di movimento)*
- *Durata breve dell'esercizio (5"-10"), ciclico e con componente tecnica.*
- ***Contenuto analitico: qualsiasi esercizio che preveda un gesto ciclico, rapido, massimale e senza resistenza.***
- ***Es: palleggiare***

Contenuto globale: giochi nei quali è previsto il palleggio o tiro, staffette di corsa o di ripetizioni di gesti, giochi brevi a confronto.

Scelta ed organizzazione dei contenuti

- 1) saper riconoscere le abilità acquisite (per es. non proporre di palleggiare in uno spazio condiviso con altri se non sono ancora in grado di spostarsi controllando la palla)
- 2) Le attività scelte devono essere in funzione di un obiettivo
- 3) I contenuti devono essere diversificati. La varietà facilita l'apprendimento
- 4) Ricercare attività stimolanti, che suscitino la motivazione
- 5) Tenere in considerazione gli spazi (adeguati) e i materiali (sufficienti), sfruttando appieno struttura e attrezzatura
- 6) Privilegiare un contenuto che metta l'allievo nelle migliori condizioni per imparare
- 7) L'organizzazione delle attività deve prevedere una gradualità dal facile al difficile, dal noto all'ignoto

Scelta ed organizzazione dei metodi

- Per metodo si intende le procedure che permettono di sviluppare il processo di apprendimento.

“...la funzione didattica del docente consiste nel progettare e nell'ordinare quelle attività che dovranno condurre l'allievo ad un apprendimento autonomo”

L'insegnante “non dovrà esclusivamente trasmettere delle conoscenze o creare delle abilità nell'allievo, bensì guidare e stimolare un lavoro personale che lo condurrà alla formazione di attitudini..

- “Per un coerente approccio metodologico-didattico, le attività motorie, riguardanti principalmente i soggetti della scuola elementare, devono ispirarsi a due principi fondamentali:

Polivalenza

- si realizza attraverso l'alternanza dei metodi e permette lo sviluppo delle funzioni motorie in particolare e quelle cognitive, affettive e sociali in generale.
- e?' opportuno utilizzare metodologie diverse e non unilaterali affinché le attività siano realmente polivalenti.
- L'utilizzo di rigidi automatismi non favorisce la disponibilità motoria nei confronti di tutte le attività.
- La fascia di età dei ragazzi della scuola primaria, sia dal punto di vista fisiologico che motorio, si caratterizza per la possibilità di compiere movimenti ampi, per l'utilizzo di schemi variati che consolidano le strutture di base dei gesti.

Multilateralità

- si realizza attraverso la variazione dei contenuti.
Con la multilateralità si sviluppano le capacità motorie e si costruiscono abilità.
- Se il principio della polivalenza è riferito ai metodi, quello della multilateralità si riferisce agli aspetti didattici dell'insegnamento, cioè ai contenuti, ai mezzi, all'organizzazione delle attività motorie e di apprendimento del massimo numero possibile di abilità motorie
- Sviluppare un' ampia base motoria.

Metodo induttivo

- **Si privilegia un lavoro nel quale l'allievo è protagonista dell'azione didattica.**
- **Si propone una situazione dove si NON definiscono i gesti motori, i compiti, le regole e i ruoli, ma si lascia a ciascuno la possibilità di esprimere le proprie potenzialità per raggiungere l'obiettivo.**
- **Si stimola l'osservazione attraverso un movimento di esplorazione**
- **Si favorisce la sperimentazione attraverso l'esecuzione in modo autonomo del gesto**
- **Si aiuta la comparazione attraverso il confronto con altri**
- **Si permette l'astrazione attraverso l'attenzione sui singoli gesti**
- **Si facilita la generalizzazione attraverso l'uniformità delle regole e le modalità di esecuzione**
- **L'insegnante stabilisce lo spazio e mette a disposizione i mezzi (attrezzi e palla). Lascia decidere agli allievi come muoversi nello spazio. Il compito dell'insegnante sarà di stimolare l'osservazione dando semplici suggerimenti e chiedendo altre modalità di conduzione.**

Metodo deduttivo

Si utilizza in alternanza del metodo induttivo per aumentare ed affinare le esperienze motorie.

Si evidenziano le competenze dell'insegnante nell'ambito della disciplina il quale determina compiti, regole, ruoli e gesti motori finalizzati ad un obiettivo specifico, verifica la riuscita e corregge gli errori.

Con questo procedimento:

Si richiede l'applicazione su uno o più gesti dopo la spiegazione dell'insegnante

Si attua e si favorisce la verifica dell'esecuzione

L'insegnante stabilisce lo spazio e le regole del gioco mettendo a disposizione i mezzi (attrezzi e palla).

Dimostra (o fa dimostrare) come si esegue e chiede agli allievi le modalità con le quali dovranno affrontare il percorso con la facoltà di intervenire anche con correzioni.

Suggerimenti

- *incoraggiare i bambini a FARE in modo autonomo*
- *non confrontare le abilità di un bambino con quelle di un altro*
- *esaltare qualche abilità di un bambino che stenta in altre (aumenta la sua sicurezza)*
- *i bambini devono collaborare, preparare e sistemare gli attrezzi utilizzati e rimettere in ordine*
- *procedere dal facile al difficile, dal semplice al complesso, dal globale all'analitico*

Realizzazione

- il docente deve sapere FAR FARE e FA FARE
- i bambini FANNO.
- il SAPERE teorico si deve concretizzare nella pratica
- Attraverso sequenze di apprendimento pianificate: le Unità Didattiche.
- Una U.D. può durare da una lezione (micro) a molte lezioni (macro). L'importante è che le attività siano semplici e caratterizzate da condizioni facili e normali di apprendimento.
- Via via i contenuti saranno più complessi e l'alunno si troverà di fronte a condizioni modificate e più difficili di apprendimento.

ALCUNE INDICAZIONI METODOLOGICHE GENERALI

Realizzare le condizioni per ampliare il più possibile il repertorio degli schemi motori

Non si devono cercare pretesti per un prematuro avviamento alle pratiche sportive

Le attività di educazione motoria devono essere il più possibile costanti

Le attività di educazione motoria devono essere praticate in forma ludica:

nella fascia 6-7 anni utilizzando giochi simbolici, di imitazione, di immaginazione

nella fascia 8-11 anni con percorsi, circuiti, giochi di gruppo, di squadra con regole e giochi tradizionali e popolari

Valutazione

- La verifica effettuata in itinere o alla conclusione di un ciclo di lavoro permette all'insegnante di valutare l'efficacia della programmazione e procedere ad eventuali modifiche.**
- La valutazione è un'azione didattica che definisce quali modificazioni sono avvenute nella persona durante il percorso formativo programmato e prende in considerazione tutte le componenti che hanno agito in modo negativo o positivo nell'evoluzione dell'alunno.**

- **L'allievo, durante le lezioni di educazione motoria, è invitato a partecipare e lavorare in modo consapevole ed efficace con azioni, comportamenti (*saper essere*), abilità (*saper fare*), conoscenze (*sapere*) che ne determinano la valutazione.**
- ***La verifica è un'azione didattica che permette di controllare se ciò che è stato programmato sta avendo (oppure ha avuto) dei risultati (più o meno positivi). L'operazione è però possibile se la prestazione da verificare è oggettiva, quindi visibile e misurabile***

Verifica oggettiva

esprime un controllo sugli obiettivi raggiunti o meno attraverso prove oggettive, test e griglie di osservazione specifiche e deve essere attuata con sistematicità.

La valutazione dà un giudizio di valore sulla persona analizzando anche i fattori personali, sociali e ambientali che influenzano il processo educativo.

È evidente la difficoltà a livello operativo che questi fattori non sono misurabili. Quindi si potrebbe definire una verifica formativa, che in modo soggettivo esprime un giudizio sulle modifiche dei tratti della personalità raggiunti nel percorso educativo. La capacità dell'insegnante di utilizzare ed integrare questi elementi di valutazione, verifica oggettiva e formativa, lo mette in condizioni di esprimere un giudizio equilibrato

Dominanza e lateralità

- La lateralità è l'insieme delle predominanze dell'una o dell'altra delle diverse parti simmetriche del corpo, a livello, soprattutto, della mano.
- La dominanza si estende anche ad altri organi: occhio, orecchio, arto inferiore.
- Con semplicità si può dire che la lateralizzazione è la capacità di avere metà del corpo più abile dell'altra.

- Un individuo si definisce lateralizzato quando usa mano, occhio, orecchio e piede posti sullo stesso piano del corpo.
- Come per lo schema corporeo, la strutturazione della lateralità avviene nel periodo della scuola primaria influenzando non solo nelle attività motorie, ma anche sulle abilità scolastiche strumentali quali la lettura e la scrittura.

- Una lateralità indecisa, così come uno schema corporeo incerto e mal strutturato, pone il bambino di fronte a molte difficoltà , che soprattutto in età scolare si ripercuotono nel campo degli apprendimenti e della vita di relazione. I rischi di contrasto possono verificarsi con la precoce educazione all'ambidestritismo (prima degli 11-12 anni) creando confusione, disorientamento e incapacità di coordinarsi nei movimenti.

- La strutturazione e il controllo della lateralità devono essere agevolati sia nel bambino a sviluppo normale che nel bambino con difficoltà.
- A scuola si faranno esperienze di manipolazione, lancio-ripresa di oggetti (della palla), di coordinazione generale, coordinazione oculo-manuale e oculo-podalica.

- In età scolare si incontrano molti bambini con difficoltà di prensione e di orientamento a causa di lateralità incerte.

Esistono bambini:

- ambidestri, senza una dominanza ben definita dell'una o dall'altra parte;
- destri di mano e sinistri di occhio o piede, o orecchio, e viceversa;
- mancini contrariati, lateralizzati a sinistra in origine e che usano la mano destra per abitudini acquisite o imposte

- La dominanza di un emisfero rispetto ad un altro dipende principalmente da fattori ereditari.
- In relazione a questi, la maggioranza della popolazione ha una dominanza emisferica sinistra (90-95% destri di mano), mentre una minoranza manifesta dominanza emisferica destra (5-10% sinistri di mano).

- Nel corso dei primi anni della scuola primaria si possono avere 3 tipi di allievi:

i destri integrali ben lateralizzati

i mancini integrali ben lateralizzati

gli allievi dalla predominanza incerta

a) destri che hanno ritardo di lateralità

b) i mancini per certe attività, destri per altre

c) i mancini contrariati che hanno appreso a scrivere con la mano destra

quale atteggiamento da tenere rispetto allo stato di cose sopra elencato

E' necessario conoscere la dominanza laterale del bambino senza accontentarsi della prova di scrittura che può dare informazioni errate perché già oggetto di un addestramento speciale.

Le attività motorie, poco familiari e che sono state raramente oggetto di un'attività specifica e continuativa, permettono di disporre di prove nelle quali è rispettata la spontaneità del bambino.

Prove proposte

Arti superiori

lanciare una pallina da tennis in un cerchio posto a terra (3 volte consecutive)

- *far rimbalzare una palla al suolo con il palmo della mano (palleggio)*
- *destrezza individuale sul posto: lanciare per aria una pallina da tennis e riprenderla con una mano*

Arti inferiori

colpire la palla con un piede, in modo da farla passare sotto un "ponte" (3 volte consecutive)

- *tracciare sul pavimento un percorso di 6-8 cerchi e chiedere al bambino di saltellare su di essi con un piede ponendo il piede su ognuno*

Esercizi di rafforzamento della lateralità

- **Esercizi di manipolazione e giochi di destrezza (coordinazione oculo-manuale)**
- **Esercizi di salto a piedi uniti a destra, sinistra, avanti, indietro**
- **Esercizi di corsa calpestando le linee tracciate sul pavimento**
- **Esercizi di lancio con la palla per gli arti superiori**
- **Esercizi di spostamento con ostacoli per gli arti inferiori**
- **Giochi e attività di libera espressione**

NB: non imporre il lato di lancio (tiro) o la mano con cui prendere la palla

lasciare la libertà di realizzazione evitando termini come destra e sinistra.

Con soggetti destri

In questi ragazzi la lateralità si esprime con le seguenti coordinazioni:

Arto destro superiore dominante

tira, palleggia, lancia, riceve gli oggetti di piccole dimensioni

controlla, guida la palla o altri oggetti

Arto sinistro superiore non dominante

*difende e protegge l'azione dell'arto destro (dominante)
ha funzioni di equilibrio nelle azioni di torsione, di lancio e di volo in genere*

asseconda e bilancia l'azione della mano destra (dominante) nelle ricezioni di oggetti (palla)

cerca appoggio nelle azioni di caduta (quindi è di sostegno)

Arto destro inferiore dominante

- *svolge funzioni di slancio e affronta per primo qualsiasi ostacolo da superare*
- *esegue il primo appoggio dopo un cambio di senso (cambio di fronte)*
- *compie il primo appoggio in una partenza spontanea o data con segnale*
- *tira, palleggia, calcia*

Arto sinistro inferiore non dominante

svolge funzioni di appoggio-spinta

stacca nei salti (cioè è l'ultima parte del corpo a lasciare il suolo)

spinge nelle partenze da fermo

funge da perno dei cambi di senso(cambi di fronte)

sostiene il corpo durante un calcio e durante un lancio