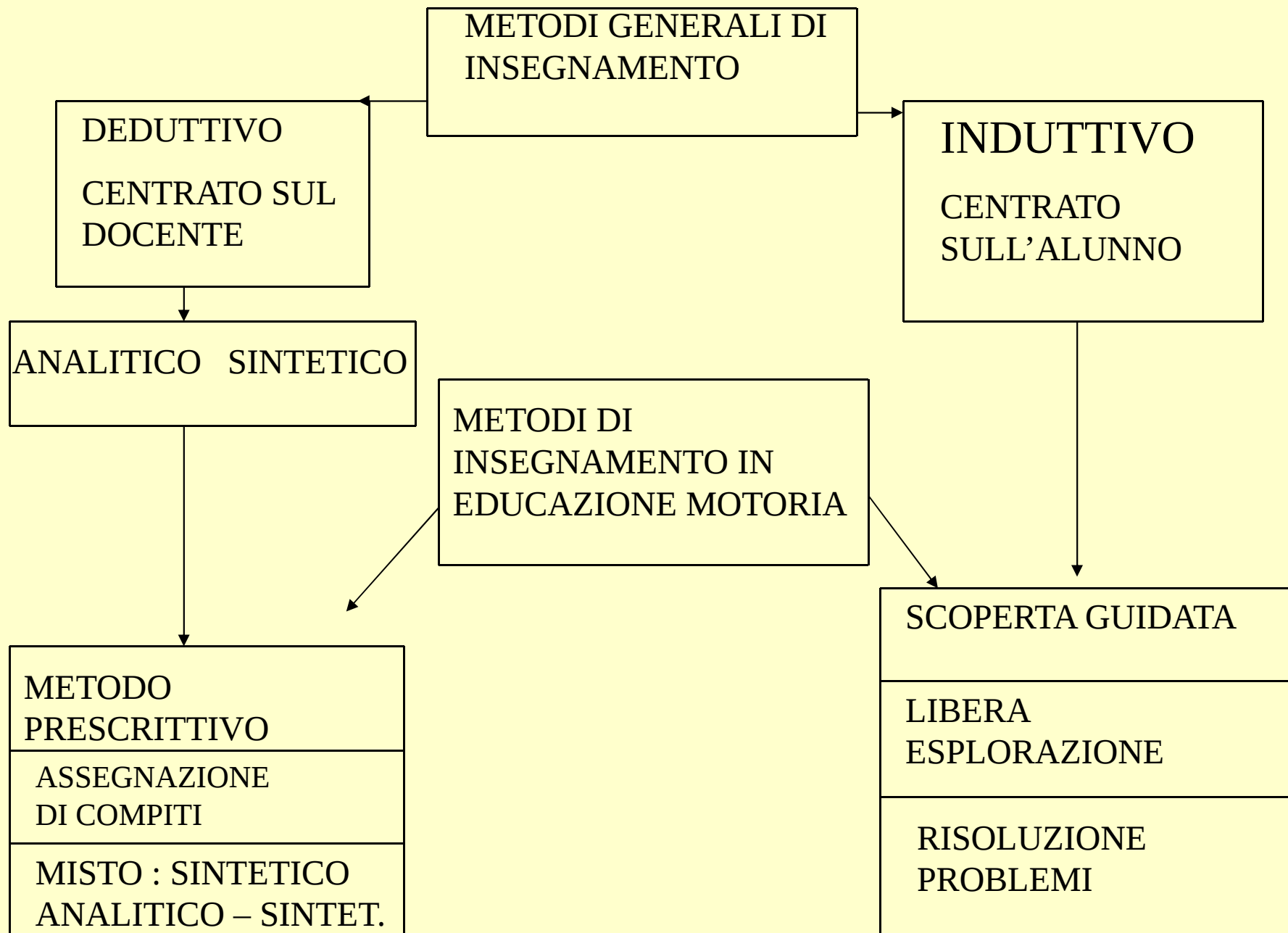


Personalita'

- Area Cognitiva
- Area Affettiva
- Area Sociale
- Area Psicomotoria

Area Cognitiva

- Conoscenza
- Comprensione
- Applicazione
- Analisi
- Sintesi
- Valutazione



Affettiva

- COSCIENZA DELLO STIMOLO
- RISPOSTA ALLO STIMOLO
- INTERESSE PER LO STIMOLO
- CONCETTUALIZZARE IL PROPRIO COMPORTAMENTO
- SISTEMARE LA PROPRIA CONCEZIONE DI VITA

Sociale

- Ricevere
- Partecipare
- Collaborare
- Modellare
- Progettare
- Strutturare

PSICOMOTORIA

- Movimenti riflessi
- Movimenti fondamentali di base
- Capacità percettive
- Capacità fisiche
- Abilità motorie
- Comunicazione non verbale

Personalità

Cognitiva	Affettiva	Sociale	Psicomot oria
1- conoscenza	Coscienza dello stimolo	Ricevere	Capacità percettive
2- comprensione	Risponde allo stimolo	Partecipare	Capacità fisiche
3- applicazione	Si interessa	collaborare	Abilità motorie
4- analisi	Concettualizza il proprio comport.	Modellare	
5- sintesi		Progettare	Comunicazione non verbale
6- valutazione	Sistema la propria concezione di vita	Strutturare	

Movimenti Riflessi

- Riflessi segmentari
- Riflessi intersegmentari
- Riflessi soprasegmentari

MOVIMENTI FONDAMENTALI DI BASE

- MOVIMENTI LOCOMOTORI
- MOVIMENTI RELATIVI AD UNA ATTIVITA'
- MOVIMENTI DI MANIPOLAZIONE

Capacità Percettive

- Discriminazione cinestesica
- Discriminazione visiva
- Discriminazione uditiva
- Discriminazione tattile
- Capacità coordinative

Qualità' Fisiche

- Forza
- Velocità
- Resistenza
- Mobilità articolare

Abilità Motorie

- Capacità semplice di adattamento
- Capacità composta di adattamento
- Capacità complessa di adattamento

Comunicazione non verbale

- Movimento espressivo
- Movimento interpretativo

I METODI RISPONDONO

- PRINCIPIO DELL'ADEGUAMENTO ALLA NATURA DEL BAMBINO
- PRINCIPIO DELL'ADEGUAMENTO ALL'ETA' BIOLOGICA E PSICOLOGICA
- PRINCIPIO DELL'INDIVIDUALIZZAZIONE E DIFFERENZA
- PRINCIPIO DELLA SOLIDARIETA'
- PRINCIPIO DELLA TOTALITA'
- PRINCIPIO DELL'INTUIZIONE
- PRINCIPIO DELL'ESPERIENZA PRATICA
- PRINCIPIO DELLA SPONTANEITA'
- PRINCIPIO DELL'ADEGUAMENTO STRUTTURALE (BIOLOGICO : AL MOVIMENTO – PSICOLOGICO : AL GIOCO)

Metodi in Educazione Motoria

- ❖ Metodo prescrittivo o del comando
- ❖ Metodo misto (sintesi , analisi , sintesi)
- ❖ Metodo dell'assegnazione di compiti
- ❖ Metodo della risoluzione dei problemi
- ❖ Metodo della scoperta guidata
- ❖ Metodo della libera esplorazione

Fasi dell'intervento didattico

- ☐ Tappa delle condizioni facilitate d'apprendimento
- ☐ Tappa delle condizioni normali di apprendimento
- ☐ Tappa delle condizioni modificate d'apprendimento
- ☐ Tappa delle condizioni difficili di apprendimento
- ☐ Tappa delle sequenze ritmiche
- ☐ Tappa delle combinazioni motorie
- ☐ Tappa della valutazione dei livelli di competenza

Modelli didattici nell'Educazione Motoria

- Modello teorico educativo
- Modello centrato sulla teoria dell'informazione
- Modello della didattica normativa
- Modello centrato sulla teoria dell'apprendimento

Apprendimento Motorio

- PERCEZIONE DI STIMOLI GENERALIZZATI E INDIFFERENZIATI
- INTEGRAZIONE , ELABORAZIONE , INTERPRETAZIONE DI STIMOLI SIGNIFICATIVI (SINTESI PERCETTIVA)
- INSORGENZA DI MOTIVAZIONE DI RISPOSTA AGLI STIMOLI
- PROGRAMMARE SEQUENZE MOTORIE DI RISPOSTA
- ESECUZIONE DI SEQUENZE GIA' PROGRAMMATE

Principi assiologici di Metodologia

- Adeguamento alle caratteristiche bio-psicologiche
- Individualizzazione
- Totalità
- Realismo ed esperienza pratica
- Solidarietà (conseguimento fine comune)

MOTIVAZIONI

- MOTIVAZIONI PRIMARIE
- MOTIVAZIONI SECONDARIE
- MOTIVAZIONI PSICOPATOLOGICHE

MOTIVAZIONI PRIMARIE

- GIOCO (Aspetti biologici , cognitivi , affettivo-emotivi)
- AGONISMO-AGGRESSIVITA'
- (Attraverso rimozione , sublimazione , ritualizzazione)

MOTIVAZIONI SECONDARIE O PSICO SOCIALI

- MOTIVAZIONE AL SUCCESSO
- MOTIVAZIONE ALL'AFFILIAZIONE
- MOTIVAZIONI ESTETICHE

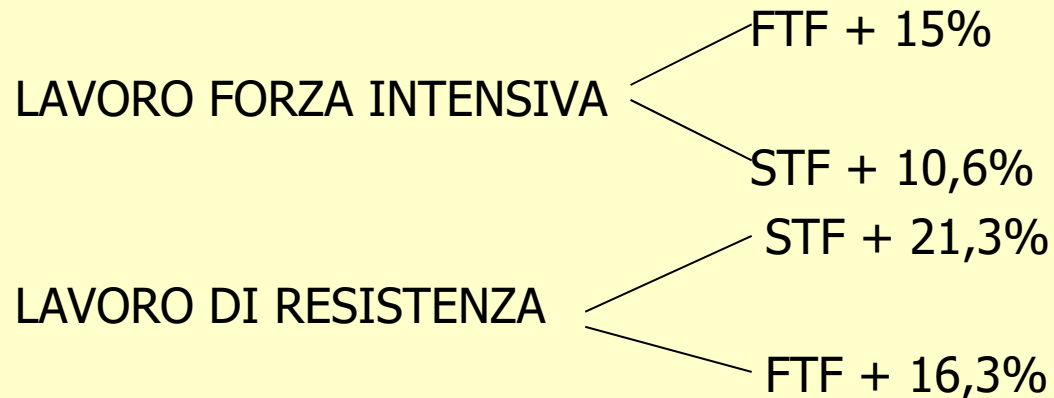
MOTIVAZIONI PSICOPATOLOGICHE

- DESIDERIO DI ONNIPOTENZA
- EDONISTICHE
- MOTIVAZIONI BASATE SU COMPLESSI DI INFERIORITA' E DI FRUSTRAZIONE

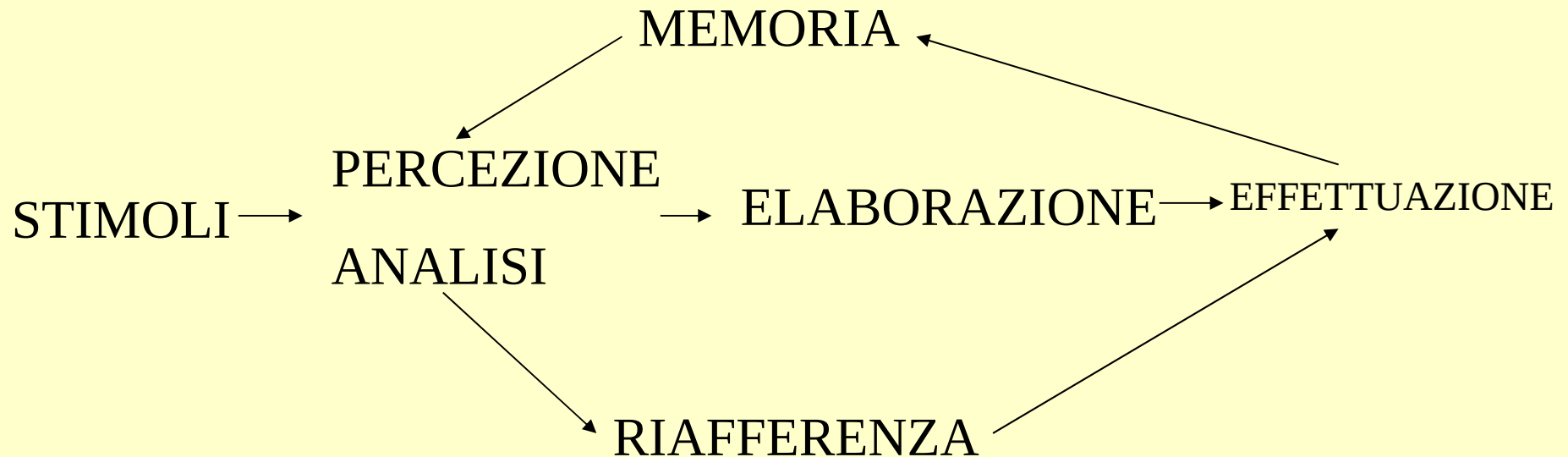
EVOLUZIONE DELLE FIBRE MUSCOLARI NELLE VARIE ETA'

- **FTF** = ALTA NEI PRIMI ANNI > RIDUZIONE NETTA AL 3° ANNO
- **STF** = AUMENTO PROGRESSIVO

STF – FTF COSTANTI DA 12-13 ANNI IN POI



APPRENDIMENTO MOTORIO



MEMORIA : INSIEME ALLA RIAFFERENZA E AGLI ALTRI SISTEMI , RENDE POSSIBILE
L'AUTOPERFEZIONARSI

EFFETTUAZIONE : LA CAPACITA' OPERATIVA DI QUESTO SISTEMA RISIEME ESSENZIALMENTE
NELLE CARATTERISTICHE E NELLE QUALITA' STRUTTURALI E FUNZIONALI
DEGLI EFFETTORI

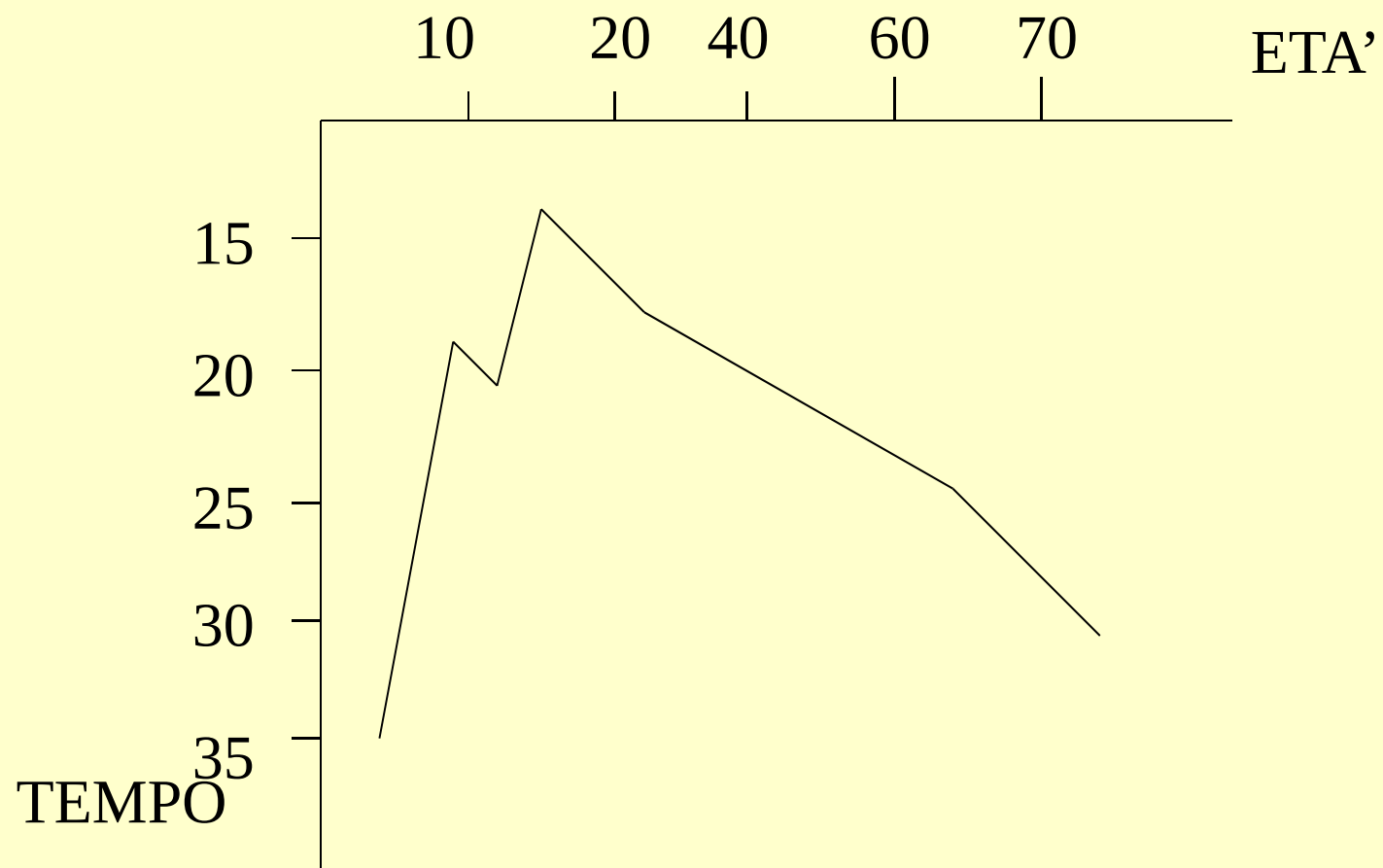
VELOCITA'

1-TEMPO DI REAZIONE

2-FREQUENZA MOTORIA

3- VELOCITA' DI MOVIMENTO

TEMPO DI REAZIONE

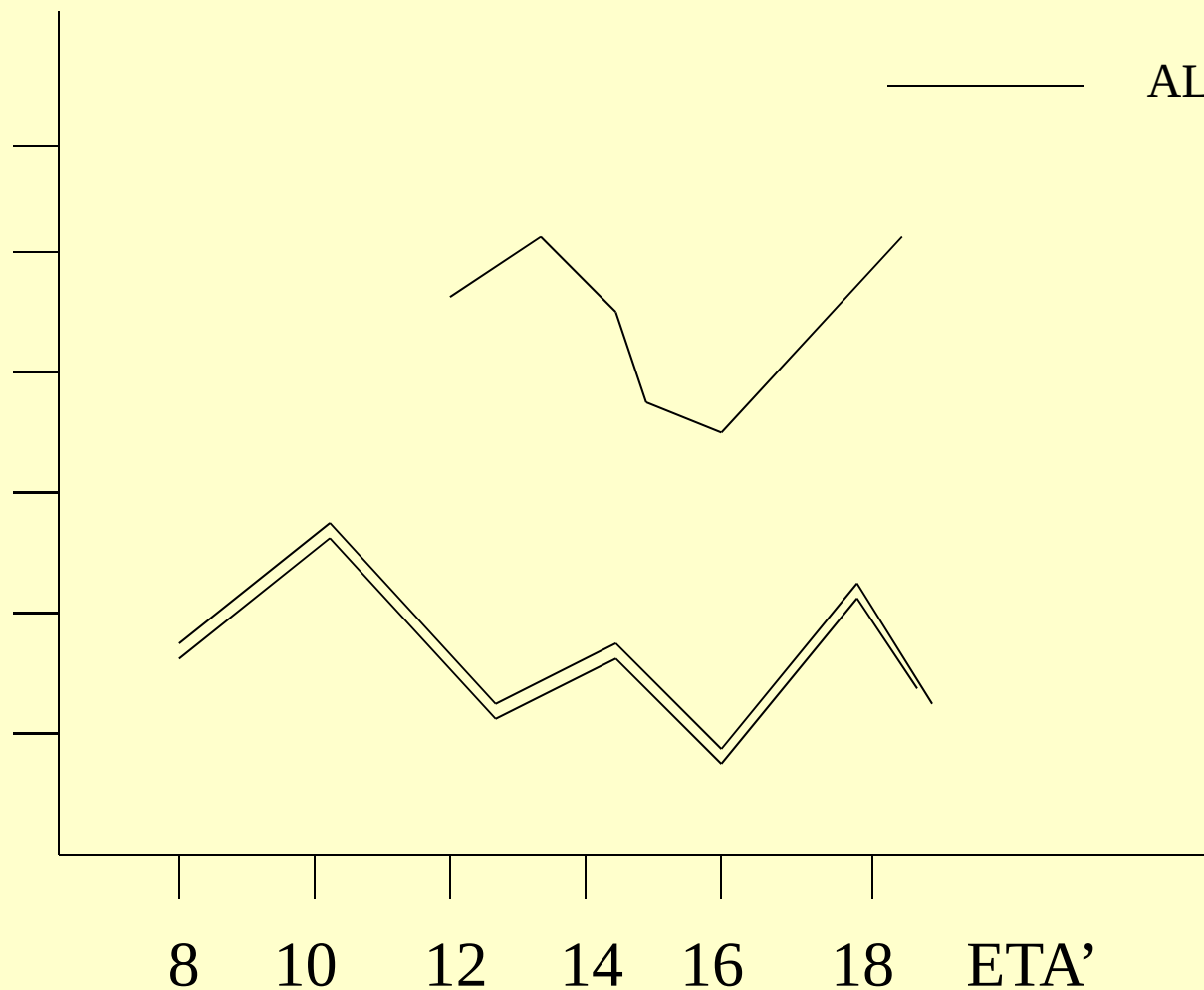


FREQUENZA MOTORIA

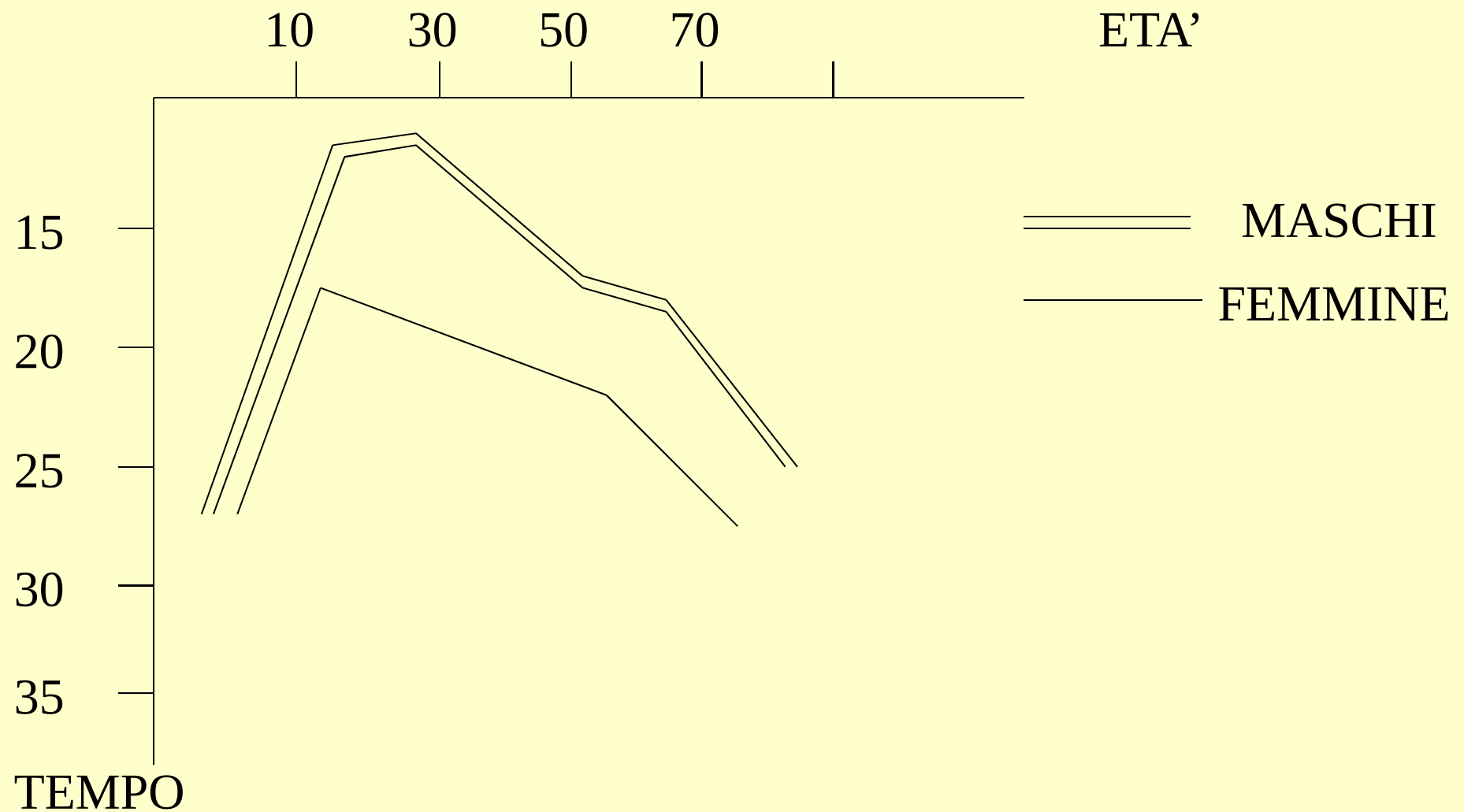
PASSI/SEC

NON ALLENATI

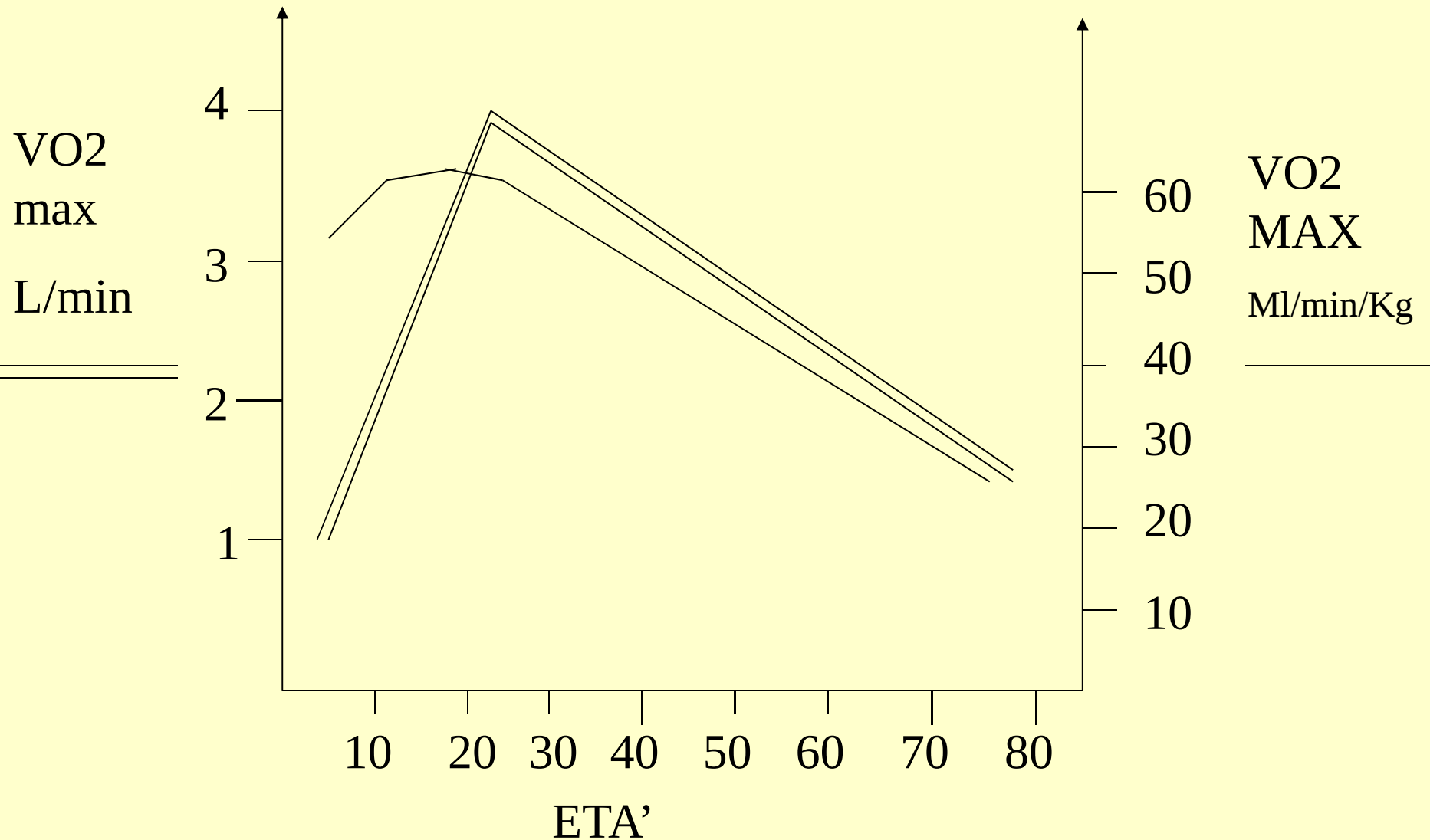
ALLENATI



VELOCITA' DI MOVIMENTO



MAX VO2 assoluto e in rapporto al peso



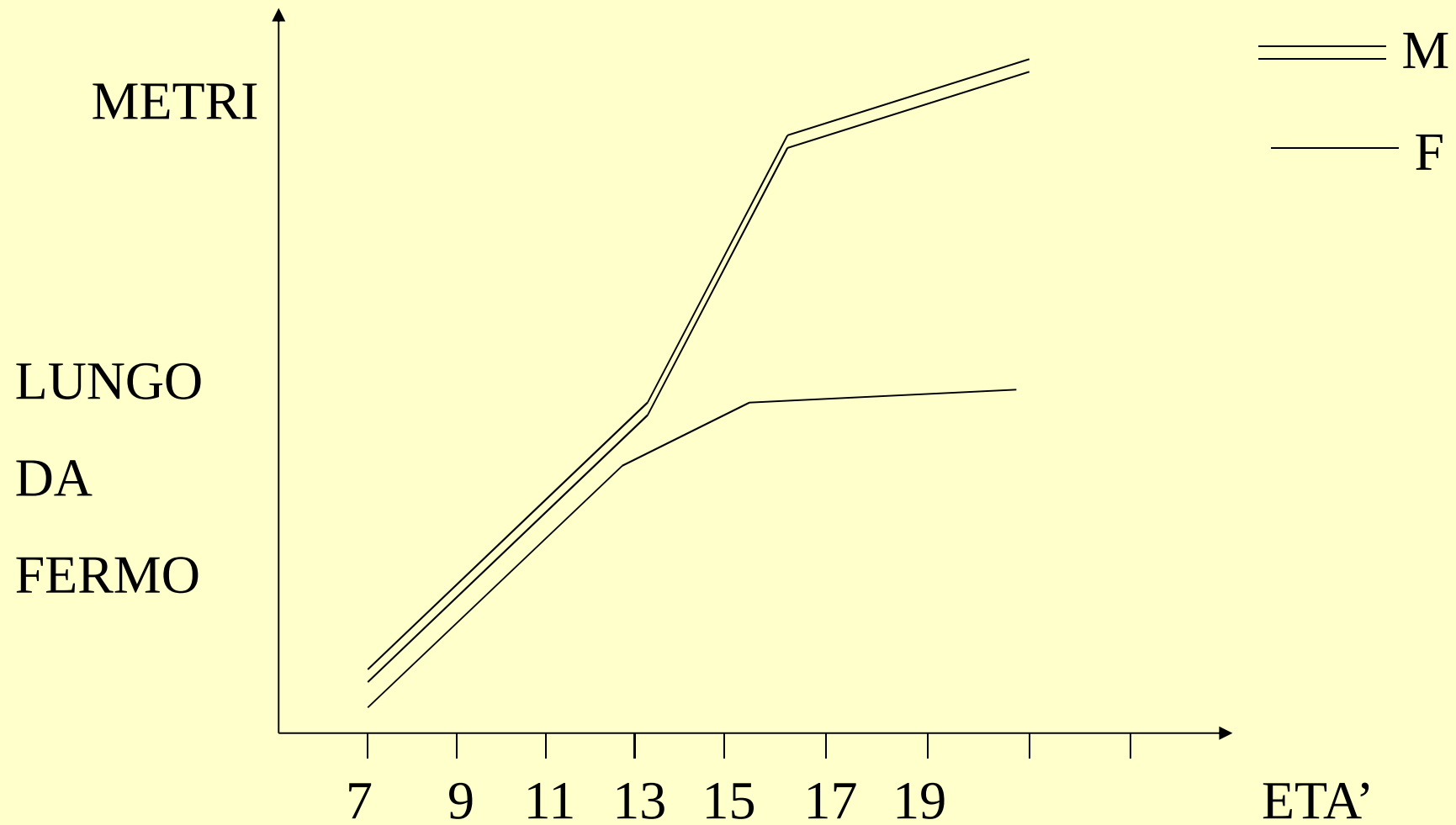
CAPACITA' COORDINATIVE GENERALI

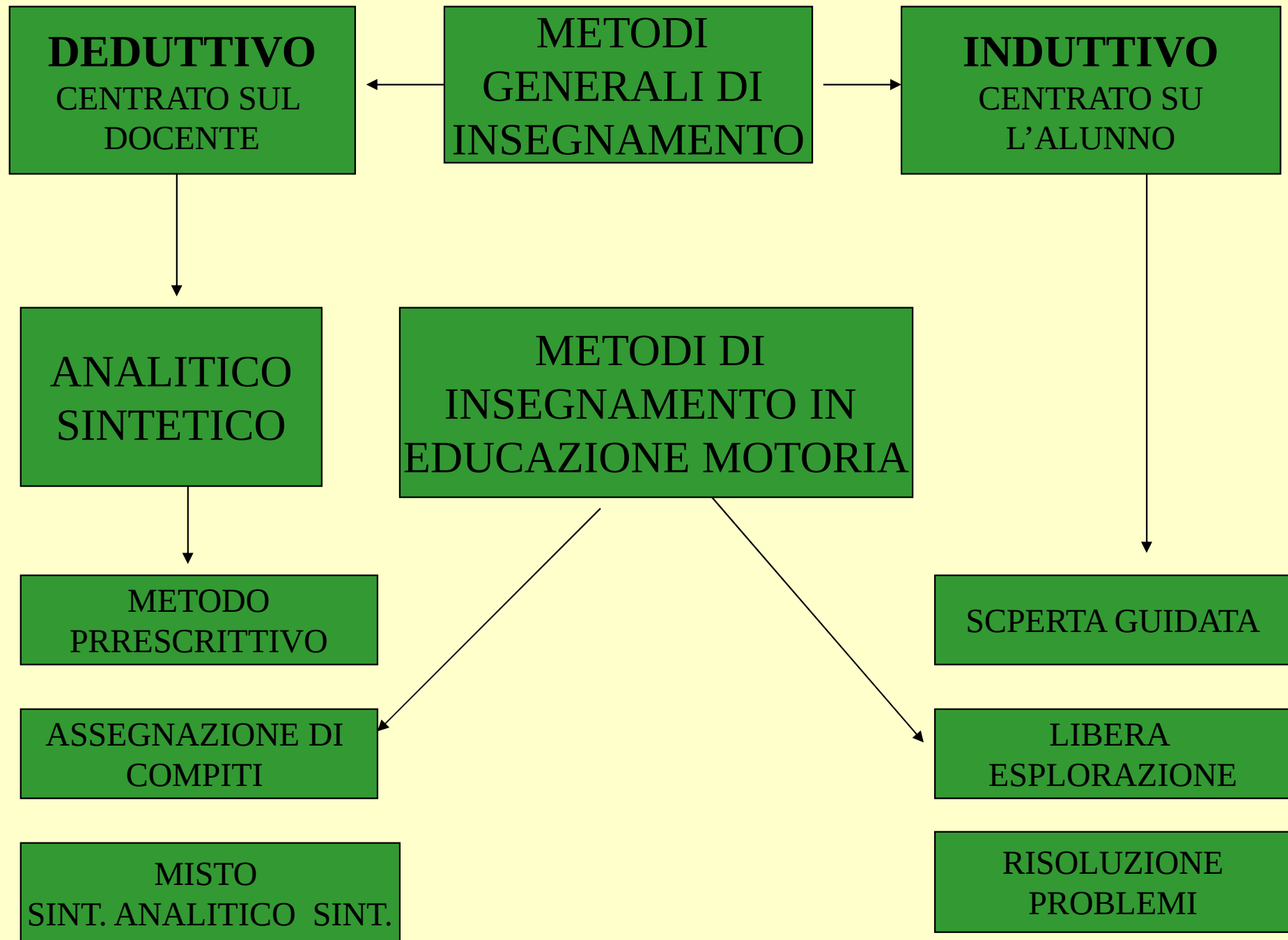
- CAPACITA' DI APPRENDIMENTO MOTORIO
- CAPACITA' DI CONTROLLO MOTORIO
- CAPACITA' DI ADATTAMENTO E TRASFORMAZIONE DI MOVIMENTI

CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI

- COORDINAZIONE IDEO E SENSO MOTORIA
- CAPACITA' DI EQUILIBRIO
- CAPACITA' DI COMBINAZIONE MOTORIA
- CAPACITA' DI ORIENTAMENTO
- ELASTICITA' DI MOVIMENTO
- FANTASIA MOTORIA
- DIFFERENZIAZIONE SPAZIO TEMPO
- CAPACITA' DI RITMIZZAZIONE
- CAPACITA' DI ANTICIPAZIONE MOTORIA
- CAPACITA' DI MEMORIZZAZIONE MOTORIA
- COORDINAZIONE DINAMICA GENERALE

FORZA VELOCE





UNITA' BASICHE DEL MOVIMENTO

- SCHEMI MOTORI

- (DINAMICI)
- TETRADIMENSIONALI
- (SPAZIO + TEMPO)
- CAMMINARE
- CORRERE
- SALTARE
- AFFERRARE
- LANCIARE
- ROTOLARE
- ETC...

- SCHEMI
POSTURALI

- (STATICI)
- TRIDIMENSIONALI (SPAZIO)
- PIEGARE
- FLETTERE
- CIRCONDURRE
- RUOTARE
- ABDURRE
- ETC....

SCHEMA DEL PROCESSO DI ELABORAZIONE DELLA PROGRAMMAZIONE



ANALISI DELLA
SITUAZIONE

GLI ALUNNI , LA FAMIGLIA , LA SCUOLA , LA SOCIETA'
SPORTIVA , LE POSSIBILITA' ORGANIZZATIVE , LE
STRUTTURE , LE ATTREZZATURE

GLI OBIETTIVI

SEMPLICI E MULTIPLI , SPECIFICI E GENERALI , A MEDIO E
LUNGO TERMINE

CONTENUTI

SCELTA ED ORGANIZZAZIONE SECONDO IL CRITERIO DI :
VALIDITA' , SIGNIFICATIVITA' , INTERESSE , POSSIBILITA'
DI APPRENDIMENTO O DELL'ADATTAMENTO ALLE
CAPACITA' DEGLI ALUNNI

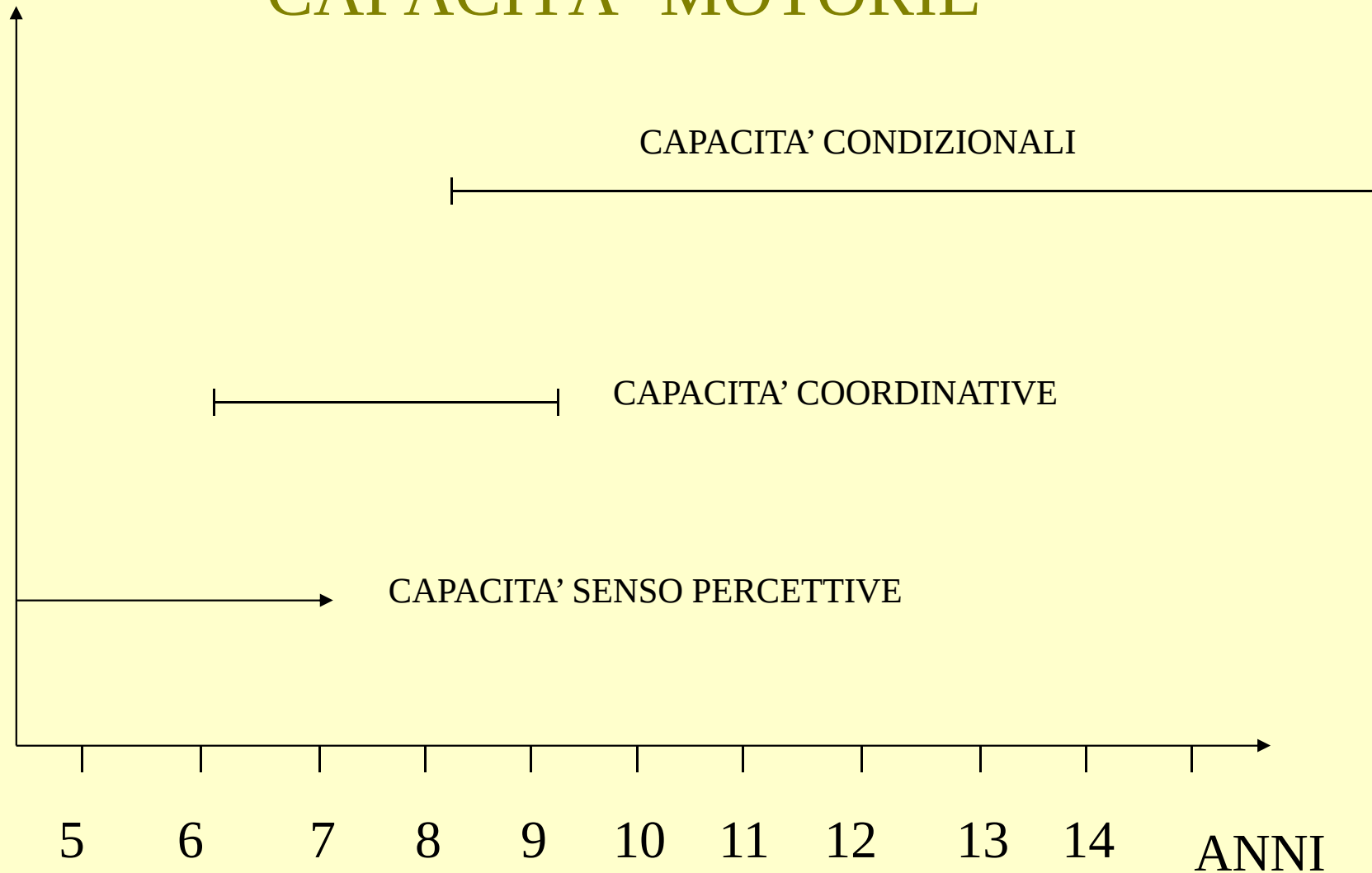
I METODI

SCELTA ED ORGANIZZAZIONE , DIPENDONO DAL
RUOLO DELL'INSEGNANTE , MESSA A PUNTO DI
METODI DIFFERENTI , RAGGRUPPAMENTO ,
RELAZIONE DOCENTE/DISCENTE , ORGANIZZAZIONE
DELLE OCCASIONI DI APPRENDIMENTO

VALUTAZIONE

POTRA' ESSERE DI TIPO DIAGNOSTICO ,
DESCRITTIVO , FORMALE , ANALITICO ETC....

EVOLUZIONE DELLE CAPACITA' MOTORIE



CAPACITA' CONDIZIONALI NELLE FASCE GIOVANILI

FORZA VELOCE → SI

RESISTENZA ALLA
FORZA VELOCE → SI

VELOCITA' → SI

FORZA → NO

RESISTENZA ALLA
FORZA → NO

RESISTENZA ALLA
VELOCITA' → NO

RESISTENZA → AEROBICA SI → ANAEROBICA LATTACIDA NO

ESERCIZI AEROBICI-
ANAEROBICI → SI

MOBILITA' ARTICOLARE → ESERCIZI
→ NON NECESSARI FINO 10 ANNI
→ UTILI DOPO 10 ANNI

POLISPORTIVITA'

(ALFABETIZZAZIONE SPORTIVA)

```
graph TD; A["POLISPORTIVITA'  
(ALFABETIZZAZIONE SPORTIVA)"] --> B["STRUMENTALE"]; A --> C["CULTURALE"]
```

- **STRUMENTALE**
- LEGATO ALLA
- **MULTILATERALITA'**
- (ALFABETIZZAZIONE MOTORIA)
- SCELTA DI STRUMENTI , MEZZI , GIOCHI

- **CULTURALE**
- LEGATO ALLA
- **POLIVALENZA**
- ALFABETIZZAZIONE DELLE ABILITA'