

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI VERONA
CORSO DI LAUREA IN
SCIENZE DELLE ATTIVITA' MOTORIE E SPORTIVE
2° A.A. - Indirizzo Professionalizzante

Insegnamento di:

TECNICA E DIDATTICA
DELLE ATTIVITA' MOTORIE

Modulo “GINNASTICA EDUCATIVA” – M-EDF/01

ANNO ACCADEMICO 2007- 2008

Prof. Adriano Bertoldi

I PERCORSI MOTORI

Cosa sono i PERCORSI MOTORI ?:

“Sono semplici “strade” che partono da un punto e, dopo un tragitto più o meno lineare e tortuoso, giungono allo stesso punto.

I PERCORSI MOTORI

Essi comprendono, nella loro ideazione e strutturazione, l'acquisizione, lo sviluppo e il consolidamento di Capacità Coordinative e/o Condizionali.

Modalità di Realizzazione

Con i Bambini ed i Ragazzi si troverà per ogni
“Strada” una motivazione che potrà nascere
anche dal suo mondo fantastico e che gli
permetterà idealmente di vivere anche
un’Avventura.

Modalità di Realizzazione

Duarante il tragitto egli dovrà, perciò, superare molte prove che richiedono Abilità fisiche, coraggio, intelligenza.

Ad esempio:

- a) – **Superare ostacoli particolari “in una foresta”**
 - b) – **Scavalcare “muri”**
 - c) – **Arrampicarsi “sulla vetta di una montagna”**
 - d) – **Saltare da un “burrone”**
 - e) – **Passare sopra e sotto a dei “ponti”**
 - f) – **Colpire “animali” ... ecc.**
-

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

‡ **Il Controllo Razionale del corpo in Posizione Statica, Dinamica e in Volo si ottiene con l'educazione Motoria in quanto tende a sviluppare le seguenti Capacità Fisiche:**

a) - Agilità

b) - Destrezza

c) – Coordinazione Dinamica Generale

d) - Equilibrio

e) – Velocità – Forza – Resistenza

f) – Flessibilità

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

‡ Queste Capacità Fisiche si raggiungono coll' eseguire Attività Motorie Fondamentali, quali:

a) - Camminare

b) - Correre

c) – Saltare

d) - Rotolare

e) – Lanciare ed Afferrare

f) – Strisciare

g) – Equilibrarsi

h) - Arrampicare

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

Tali attività, considerate nelle strette relazioni tra Funzioni Motorie e Funzioni Mentali che stanno alla base di una concezione unitaria della persona, si concretizzano nel raggiungimento delle seguenti Capacità Percettivo-Motorie:

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

- a) – **Coordinazione Globale**
- b) – **Coordinazione Segmentaria**
- c) – **Coordinazione Oculo-Manuale**
- d) - **Coordinazione Oculo-Podalica**
- e) – **Coordinazione Oculo-Dinamica**
- f) – **Percezione e Discriminazione Sensoriale**
- g) – **Percezione Spaziale**
- h) – **Percezione Temporale**
- i) – **Strutturazione Spazio-Temporale**

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

Il raggiungimento di queste Capacità Percettivo-Motorie si ottiene, in definitiva, attraverso l'Acquisizione e l'Interiorizzazione dei Concetti di:

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

- a) – **Alto - Basso**
- b) – **Avanti - Dietro**
- c) – **Dentro - Fuori**
- d) – **Vicino - Lontano**
- e) – **Sopra - Sotto**
- f) – **Sinistra - Destra**
- g) – **Interno - Esterno**
- h) – **Sul Margine**

Grandi Temi e Chiavi di Lettura

I Percorsi Motori , a seconda degli obiettivi che l'insegnante si prefigge di raggiungere, possono essere trasformati in CIRCUITI Motori dove in ogni "Stazione" si possono eseguire per ciascun esercizio un numero definito di ripetizioni.
