

## TEORIA, TECNICA E DIDATTICA ATTIVITA' DELL'ETA' EVOLUTIVA **CAPACITA' DI ORIENTAMENTO (6-8 ANNI)**

“La capacità di orientamento consente di mantenere la posizione dei segmenti e della totalità del corpo nello spazio e di modificarne i relativi movimenti entro un campo di riferimento, chiamato RAGGIO D'AZIONE, definito dai propri assi corporei e da altri oggetti o persone, a loro volta fermi o mobili. Si distingue la capacità di regolare gli spostamenti delle singole parti del corpo tra loro (INTERSEGMENTARIA) e di tutto il corpo nello spazio (GLOBALE). Modifica la posizione ed il movimento del corpo nello spazio e nel tempo in riferimento ad un campo di azione ben definito.”

Questa definizione della capacità di orientamento ci risulta utile nella programmazione di lezioni di motricità ai bambini (in questo caso dai 6 agli 8 anni). E' fondamentale per uno sviluppo motorio completo; essendo strettamente correlata alla capacità di controllo e di equilibrio, e allo stesso tempo influenzata dalle informazioni sensoriali derivanti dagli analizzatori acustici, ottici, cinestetici e statico-dinamici, si devono proporre esercizi che varino costantemente i parametri SPAZIO-TEMPO, al fine di migliorare tale capacità.

Dobbiamo fare in modo che i riferimenti spaziali varino sistematicamente, alzando il livello di difficoltà dell'esercizio, disturbando le informazioni di tipo vestibolare; naturalmente tutto questo è da considerarsi in un contesto dinamico da parte del bambino.

### LEZIONE

Deve comprendere elementi specifici della capacità che si vuole migliorare, ma non si deve assolutamente trascurare la parte ludica della lezione. Pertanto inserire dei giochi conosciuti dai ragazzi, quindi senza bisogno di spiegarli, stimola, nel divertimento, anche la fantasia.

CONTENUTI GENERALI: Capacità Motorie

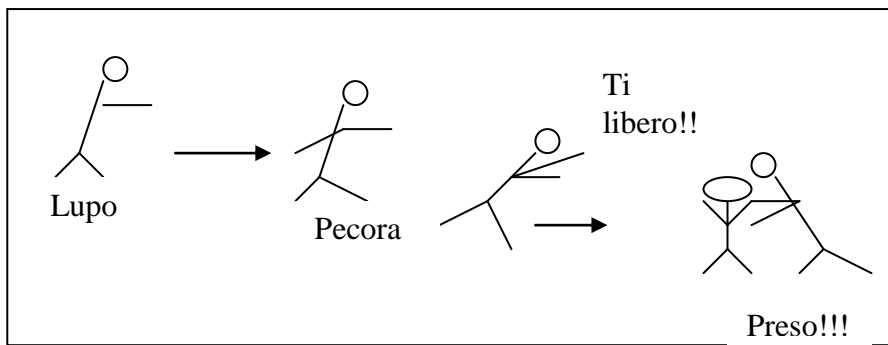
CONTENUTI SPECIFICI: Capacità di Orientamento

METODO: Induttivo, Deduttivo e Alternato

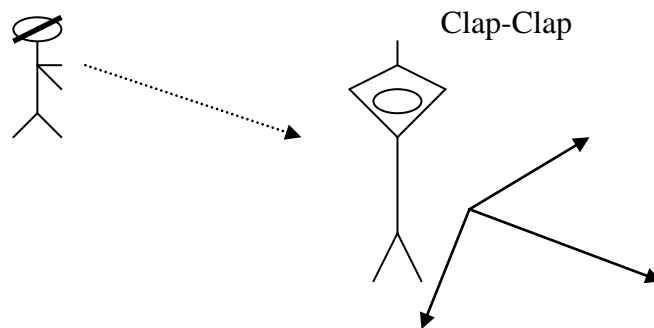
1. Giochi conosciuti dai bambini  
Es: Lupo Ghiacciato
2. Esercizio di movimento indotto dal rumore  
Es: Bambini bendati
3. Esercizio di cinestesi  
Es: Salto dell'asticella
4. Giochi di territorio  
Es: La meta
5. Gioco di squadra  
Es: Partita di Calcio - Pallamano...

# RAPPRESENTAZIONE GRAFICA DEI GIOCHI

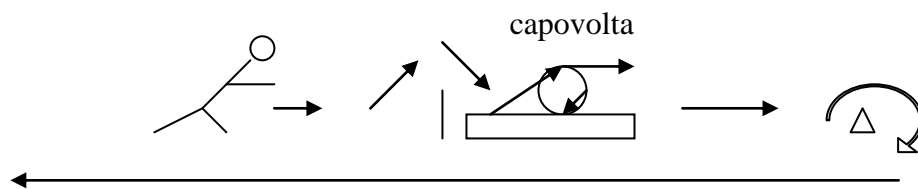
## 1) LUPO GHIACCIATO



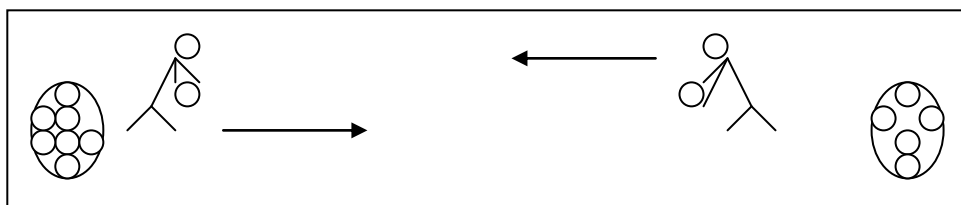
## 2) BAMBINI BENDATI



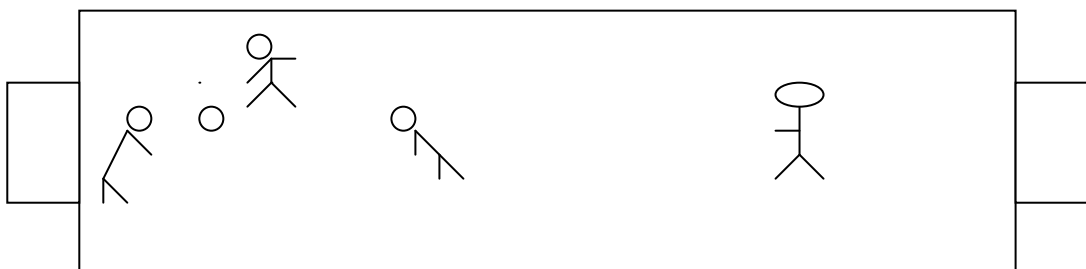
## 3) SALTO DELL'ASTICELLA



## 4) LA META



## 5) PARTITA



## **SPIEGAZIONE ESERCIZI**

- 1) **MEZZI:** Spazio delimitato (4 birilli o varie "cinesine")

### **SVILUPPA FANTASIA E SENSO DELLO SPAZIO**

I bambini, stabilendo chi è il lupo e chi la pecora (sempre in maggioranza rispetto ai lupi) devono correre, stando attenti a non uscire dal perimetro disegnato, e allo stesso tempo i lupi devono "ghiacciare" le pecore, le quali si fermeranno e potranno essere liberate da un tocco di un'altra pecora. Si possono inserire molte varianti, come l'uso del pallone, le modalità di liberazione e di cattura.

- 2) **MEZZI:** 1 benda, vari oggetti da poter battere

### **SVILUPPA IL SENSO DELL'ORIENTAMENTO AL BUIO E LA CAPACITA' DI MUOVERSI INFUNZIONE DI UN RUMORE**

Un bambino viene bendato e si dovrà muovere in direzione di un suo compagno che con il battito di mani gli indicherà la strada. Quest'ultimo si può muovere facendosi seguire dall'altro. Possono essere inserite varianti tipo quella di mettere il bambino bendato in un quadrato formato alle estremità da 4 suoi compagni che a turno gli indicheranno con il battito di mani (o di altri oggetti) la direzione da seguire.

- 3) **MEZZI:** 1 materasso, 2 birilli, 1 asticella

### **SVILUPPA LE CAPACITA' DI SALTO, CINESTESICHE E DI ORIENTAMENTO**

I bambini vengono posti in fila dietro ad un birillo, il quale dista all'incirca 10 metri da un'asticella (ad altezza molto bassa) seguita da un materasso. Questi devono correre verso l'asticella, saltarla e ricadere sul materasso, sul quale effettuare una capovolta, poi proseguire la corsa verso un birillo posto poco distante dal materassino stesso, girargli intorno e ritornare al punto di partenza. Il via del successivo bambino è dato dal tocco del compagno che ha appena svolto l'esercizio.

- 4) **MEZZI:** Spazio delimitato (4 birilli o varie "cinesine"), casacche colorate, 2 recipienti, palloni per tutti

### **SVILUPPA IL SENSO DI SQUADRA (aiuta a socializzare), LA CAPACITA' DI MUOVERSI NELLO SPAZIO E L'ORIENTAMENTO**

Vengono formate due squadre con 2 colori diversi; queste si disporranno all'interno del campo sui due lati corti opposti, davanti ad un recipiente pieno di palloni (solitamente 1 x bambino). Lo scopo è quello di svuotare il recipiente avversario per riempire il proprio. Ogni bambino può portare nella maniera che preferisce il pallone verso la sua "meta", purchè trasporti un pallone alla volta e non si scontri con gli altri provenienti in direzione opposta.

- 5) **MEZZI:** Spazio delimitato (4 birilli o varie "cinesine"), casacche colorate, 1 pallone, 2 porte (formate anche da 4 birilli o paletti)

### **SVILUPPA IL SENSO DI SQUADRA E LA CINESTESI IN FUNZIONE DI UN ATTREZZO (il pallone)**

Vengono formate due squadre con 2 colori diversi, ognuna a difendere la propria porta posta nel lato corto del campo. Lo scopo è quello di difendere la porta e di fare "goal" in quella avversaria. Possono essere usati i piedi, le mani o entrambi, se non si desidera insegnare uno sport specifico (esempio: Calcio, solo con i piedi- Pallamano, solo con le mani).