

Corso Attività Motoria Età Evolutiva

Potete trovare tutte le informazioni sul prossimo corso di Attività Motoria per l'Età Evolutiva alla pagina web <http://www.nonsolofitness.it/corsi/corso-attivit-motoria-eta-evolutiva.html>.

Programma del corso:

L'attività motoria e le implicazioni nel processo di sviluppo cognitivo in età evolutiva

- i. L'età evolutiva, definizione, storia, oggetto dello studio
- ii. Introduzione alla motricità: gli schemi motori di base
- iii. Le capacità e le abilità motorie
- iv. Le capacità coordinative generali e speciali
- v. Il ruolo dell'attività motoria nel processo evolutivo
- vi. Lo sviluppo motorio, cognitivo e della personalità
- vii. Il ruolo pedagogico delle attività fisiche e sportive
- viii. Lo sviluppo psicomotorio in età evolutiva
- ix. Le tappe dello sviluppo psicomotorio da 0 a 3 anni
- x. Lo sviluppo motorio in relazione alla formazione della personalità nella fase dai 3 ai 7 anni
- xi. La fase preadolescenziale e puberale
- xii. Il ruolo del gioco nella formazione del sé
- xiii. Il gioco simbolico ed il gioco funzionale
- xiv. Dominanza e lateralità

Lo stimolo motorio finalizzato al miglioramento della prestazione abile

- i. Le fasi sensibili
- ii. Le abilità motorie
- iii. Dalle abilità motorie alle abilità sportive
- iv. La capacità di efficienza e prestazione fisica
- v. L'espressione e la sollecitazione della forza nel corso dell'età evolutiva
- vi. L'espressione e la sollecitazione della resistenza nel corso dell'età evolutiva
- vii. L'espressione e la sollecitazione della velocità nel corso dell'età evolutiva
- viii. L'espressione e la sollecitazione della mobilità articolare nel corso dell'età evolutiva
- ix. Il ruolo del feedback nel processo di apprendimento e produzione motoria
- x. Dall'input alla performance
- xi. I benefici dell'attività sportiva nei soggetti in età evolutiva
- xii. La scelta dello sport ideale

Dalla teoria alla pratica

- i. Premesse generali per l'applicazione di proposte operative, il ruolo dell'esperto della motricità
- ii. Proposte operative e relativa finalità
- iii. Esercizi di coordinazione oculo-manuale
- iv. Esercizi per la coordinazione globale
- v. Esercizi per la stimolazione dell'equilibrio statico, dinamico e in volo
- vi. Esercizi per la stimolazione del senso del ritmo
- vii. Esercizi per stimolare la percezione del proprio corpo e dello spazio