Psicomotricità: ecco come aiuta lo sviluppo delle abilità

Data: Invalid Date | Autore: Redazione

L’abilità è quella capacità che può essere non innata o innata, che viene però sviluppata a tal punto, da riuscire a svolgere in modo eccellente un compito o una disciplina qualunque essa sia. Si distinguono 2 tipi di abilità:
-Abilità cognitive: che vengono acquisite, dopo che sono state immagazzinate, le capacità cognitive ad esempio (le capacità logico-matematiche e tante altre);

-Abilità motorie: che si sviluppano dopo che sono state eseguiti e memorizzati gli schemi motori di base che sono (camminare, correre, arrampicarsi, lanciare, afferrare, spostarsi in quadrupedia, strisciare, saltare, atterrare e rotolare) e le capacità motorie (ad esempio quelle coordinative generali e speciali, ma anche quelle condizionali).

Le abilità motorie sono il prodotto dell’apprendimento, di movimenti tipici degli Sport. Abilità sportive, abilità motorie, organi di senso e propriocezione, abilità senso-percettive (ovvero che sviluppano la sensazione e la percezione, quindi gli stimoli esterni provenienti dall’ambiente, vengono interiorizzate, interpretate ed elaborate, dando una chiave di lettura delle sensazioni percepite. Ovviamente prima che ciò succeda è importante che vengano ben inglobate le capacità senso-percettive).

Le abilità motorie sono costituite dalle seguenti caratteristiche:
’Õ &öGW¦–öæ’ F’ Öðvimenti finalizzati all’obbiettivo appreso (camminare, correre e saltare);

-Affinamenti delle abilità stesse (colpire una pallina, afferrare una pallina);

-Uniche e misurabili;

-Discrete: inizio e fine identificabili (ad esempio tiri nel canestro);

-Seriale: unione di due o più abilità discrete (ad esempio salto triplo, che avviene in tempi ampi);

-Continue: inizio e fine non ben identificabili (ad esempio corsa marcia e voga).

Inoltre, un soggetto esprime un'abilità in modo differente da un altro, perché è dotato di capacità diverse, infatti le abilità soprastanno alle capacità.

Queste abilità motorie vengono acquisite grazie agli analizzatori, che assumono ed elaborano le informazioni. Distinguiamo 5 tipi di analizzatori:
-Analizzatore tattile: fornisce informazioni relative al peso, alla forma e materiale sulla superficie, guida la prevenzione e la manipolazione;

-Analizzatore cinestetico: dà informazioni relative all'altezza degli oggetti e delle distanze;

-Analizzatore visivo: fornisce informazioni sui colori, sulle forme e dimensioni, guidando gli spostamenti, le direzioni e le velocità;

-Analizzatore uditivo: è l'analizzatore per mezzo del quale percepiamo suoni e rumori;

-Analizzatore vestibolare: fornisce informazioni in merito al controllo del movimento e dell'equilibrio.

Evince che tutte queste componenti, le possiamo acquisire mediante la psicomotricità e percorsi psicomotori, che stimolano le varie abilità di ciascun soggetto. Quindi abilità e psicomotricità (disciplina che unisce la cognitività con la motricità) camminano di pari passo e l'una incide sull'altra.

Inoltre, grazie ad entrambi possiamo scoprire per quale tipo di Sport sono portati i bambini. Questo tipo di attività suscita in loro una buona dose di motivazione, creatività e fantasia, che porta ad adattamenti (cioè modifiche) e miglioramenti del movimento e quindi dell'abilità.

Per altri articoli sul mondo della psicomotricità, clicca qui!

Dott.ssa Maria Cugliari

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/psicomotricita-ecco-come-aiuta-lo-sviluppo-delle-abilita/123827