

INDICE

Presentazione di <i>Simonetta Polenghi</i>	7
Introduzione	9
I. <i>Cultura, salute e personalità</i>	11
1. Verso una cultura del movimento e della corporeità	11
2. La scienza della personalità	13
3. L'educazione alla salute e le life skills (abilità per la vita)	16
4. Età evolutiva: stili di vita e sovrappeso	21
5. Dai 3 ai 6 anni: l'operatività alla base dello sviluppo cognitivo	34
6. Le attività motorie e l'educazione	39
II. <i>Crescita, maturazione e sviluppo nell'età evolutiva</i>	43
1. Crescita morfologica	44
2. Età evolutiva e processi di maturazione	50
3. Lo sviluppo motorio	52
4. Lo sviluppo sociale	73
4.1. La comunicazione verbale e non verbale	74
4.2. Il processo di socializzazione	80
5. Lo sviluppo intellettuale-cognitivo	83
6. Sviluppo emozionale, morale e dell'identità personale	89
III. <i>Le abilità motorie</i>	101
1. Definizioni	101
2. Il movimento nell'uomo: funzioni, tipologie, strutture e forme	103
2.1. Le funzioni della motricità umana	103
2.2. Le tipologie della motricità umana	105
2.3. Le strutture del movimento	112
2.4. Le forme del movimento	117
2.5. Le qualità del movimento	126
IV. <i>Quale didattica per l'età evolutiva?</i>	129
1. Verso una didattica efficace delle attività motorio-sportive	131

2. Apprendimento motorio	133
2.1. Fattori individuali: l'allievo	134
2.2. Fattori esterni: l'ambiente fisico, socio-culturale e la famiglia	135
2.3. Fattori legati al compito motorio	138
2.4. Modalità e fasi dell'apprendimento	140
3. Aspetto relazionale e comunicazione efficace	143
4. Obiettivi didattico-educativi differenziati per età	148
5. Elementi per il criterio didattico: metodologia, stili e strategie	161
6. Parole chiave: variabilità, ludicità, peer teaching e cooperative learning	167
 V. <i>Conoscenza e padronanza del proprio corpo</i>	171
1. Educazione alla percezione e all'uso dei sensi	176
1.1. Percezione tattile-pressoria	178
1.2. Percezione cinestesica	181
1.3. Percezione visiva	183
1.4. Percezione uditiva	188
1.5. La conoscenza e la consapevolezza del proprio corpo	190
2. Educazione posturale: autocontrollo del corpo nella statica	191
3. Organizzazione spazio-temporale, dominanza e lateralità	205
4. Educazione respiratoria	211
5. Espressività corporea	224
 VI. <i>Ludo-motricità, sviluppo della socialità e del senso civico</i>	227
1. Le teorie sul gioco	228
2. Le funzioni del gioco	231
3. Le classificazioni dei giochi di movimento	235
4. Lo sviluppo delle competenze sociali	239
5. Lo sport e l'agonismo nel contesto educativo	244
 APPENDICE 1	
<i>Movimenti segmentari del corpo</i>	249
 APPENDICE 2	
<i>Gli schemi grosso-motori</i>	257
 APPENDICE 3	
<i>Le qualità del movimento</i>	275
 Bibliografia	289