Psicomotricità: l'importanza nei bambini

Data: Invalid Date | Autore: Universal Kinesiology



Motricità e **psichismo**sono strettamente “legati”: non sono altro che 2 aspetti di una stessa organizzazione. Una qualsiasi disarmonia motoria pertanto si ripercuote sull’intera personalità.

La psicomotricità è la componente fondamentale della vita di relazione, la quale permette una crescita armonica dei bambini poiché garantisce, non solo lo sviluppo psicofisico ma anche di capacità quali: l’equilibrio e la coordinazione. Ciò fa acquisire nel bambinola consapevolezza e la padronanza del proprio corpo, non solo nei confronti di sè stesso, ma anche in relazione allo spazio circostante.

L’educazione psicomotoria è il punto di partenza per il processo di apprendimento nei bambini.
Gli obiettivi dell’educazione psicomotoria sono: favorire uno sviluppo armonico della personalità, conoscere e padroneggiare il proprio corpo, organizzare il proprio schema corporeo in relazione al tempo e allo spazio e sviluppare la capacità di esprimere e di comunicare.

Ma, come fare educazione psicomotoria?
Un valido strumento è il Gioco. È proprio tramite questo che il bambino si esprime pienamente attraverso il movimento: giocando, inventa e diviene creativo.
C’è però differenza tra il gioco che il bambino vive quotidianamente, dal gioco in una seduta psicomotoria, in quanto quest’ultimo è progettato per permettere di fare esperienza attraverso l’uso del corpo, apprendendo in maniera attiva.

Che materiali utilizzare?
Il materiale deve stimolare le diverse aree del bambino variegando tra attrezzi fissi, morbidi o rigidi. Tra gli attrezzi fissi si possono utilizzare: spalliere, specchi, o assi dove permettere di arrampicarsi, camminare o scivolare.
Tra i materiali morbidi, si possono utilizzare cuscini di gomma piuma di diversi colori (usati per rotolare, strisciare), tessuti di varie grandezze, fogli, stoffe, palle di gomma, tubi di plastica, corde di

cotone, ecc…
Tra i materiali rigidi ci sono: bastoni, cerchi, coni, tamburi, ecc…

(Clicca qui per visionare la nostra vetrina di prodotti sportivi, in cui troverai i materiali per la psicomotricità).

Come sfruttarli al meglio?L'ideale è creare dei percorsi, alternando la libera esplorazione del bambino, in cui ha la possibilità di sfruttare la propria creatività scegliendo di utilizzare i materiali a suo piacimento e, una metodologia d'insegnamento direttiva, dove il bambino esegue i "compiti" assegnati.

Solo in questo modo si avrà la crescita armonica del bambino dal punto di vista sia fisico e motorio, ma anche sociale, relazione, affettivo e cognitivo.

Se ti sei perso gli articoli precedenti, segui la nostra rubrica di Chinesiologia,cliccando qui.

Clicca qui per seguirci sulla pagina Facebook.

Clicca qui per seguirci sulla pagina Instagram.

Clicca qui per seguirci nella nostra pagina Web

Dott. Gianmaria Celia e Dott.ssa Marta Doria

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/salute-psicomotricita-l-importanza-nei-bambini/121221