

**“SCHEMI MOTORI... PRONTI VIA!”**  
**fascia d'età under 8**  
CORSO DI AGGIORNAMENTO PER OPERATORI SPORTIVI

BELLA ITALIA EFA VILLAGE  
Lignano 7-8 / settembre / 2026

### OBIETTIVI E FINALITÀ

La fase di avvio di una lezione di attività motoria è molto più di una semplice preparazione alla pratica di un'attività fisica. Il riscaldamento è una fase fondamentale della lezione e, per motivare i bambini, può e deve essere eseguito in forma ludica, **giocosa e motivante** trasformando l'ingresso in palestra in un'esperienza fantastica. Ai docenti e agli allenatori spetta il compito di trovare l'approccio ideale e attrattivo per consentire ai bambini di affrontare al meglio il passaggio da una fase attiva e non eccessivamente impegnativa ad un'altra più **strutturata**. Questo incontro intende fornire proposte e suggerimenti a riguardo.

A partire dall'importanza di un attivo e divertente riscaldamento come avvio delle attività programmate, si focalizzerà poi l'attenzione sull'impiego degli schemi motori di base posturali e dinamici e della loro applicazione in giochi, staffette e percorsi per adattarsi ai parametri spazio-temporali dei diversi ambienti, alla progressiva acquisizione della coordinazione dei movimenti e della padronanza del proprio comportamento motorio nell'interazione con l'ambiente e con i compagni. Attraverso questo incontro vorremmo fornire suggerimenti e indicazioni per adattare e modificare gli schemi motori al variare delle situazioni contingenti.

### DESTINATARI

Insegnanti di scuola d'Infanzia e Primaria; insegnanti e studenti di Scienze Motorie e Sportive, Istruttori e Tecnici di federazione, studenti e laureati in Scienza della formazione primaria e dell'educazione, animatori sportivi e, in generale, tutti gli operatori sportivi interessati all'argomento ed alla fascia di età di riferimento.

### Programma lunedì 7 settembre

9.00	Accrediti ed assegnazione camere	
9.30 / 10.00	Saluti e introduzione dei lavori	
	<b>Fase di avviamento alla lezione: proposte pratiche</b>	
10.00 / 11.30	<b>GRUPPO 1</b>	<b>GRUPPO 2</b>
	Elena Conti	Luisa Menapace
11.30 / 13.00	<b>GRUPPO 2</b>	<b>GRUPPO 1</b>
	Elena Conti	Luisa Menapace
pausa pranzo		
	<b>Proposte pratiche sulle varie modalità di utilizzo degli schemi motori di base</b>	
15.30 / 17.00	<b>GRUPPO 1</b>	<b>GRUPPO 2</b>
	Elena Conti	Luisa Menapace
17.00 / 18.30	<b>GRUPPO 2</b>	<b>GRUPPO 1</b>
	Elena Conti	Luisa Menapace

### Programma martedì 8 settembre

	<b>Schemi motori di base in percorsi e staffette</b>	
9.00 / 10.30	<b>GRUPPO 1</b>	<b>GRUPPO 2</b>
	Elena Conti	Luisa Menapace
10.30 / 12.30	<b>GRUPPO 2</b>	<b>GRUPPO 1</b>
	Elena Conti	Luisa Menapace
12.30 / 13.00	<b>Question time e conclusione lavori</b>	
	<b>DOCENTI</b>	
Elena CONTI	Docente SRdS FVG – Insegnante di Educazione Fisica	
Luisa MENAPACE	Esperta SRdS FVG - Insegnante di Educazione Fisica	