

CAMMINARE



Consiste nell'appoggio alternato dei piedi al suolo mentre le braccia oscillano naturalmente in opposizione.

CORRERE

Consiste nella successione ritmica di tre unità motorie: appoggio-spinta-sospensione (fase di volo) degli arti inferiori, combinate all'oscillazione delle braccia in opposizione.



STRISCIARE

È il primo schema motorio che ogni bambino utilizza spontaneamente. Consiste nel muoversi mantenendo contemporaneamente il contatto di più parti del corpo al suolo.



SALTARE

È uno schema motorio molto complesso che comprende tre fasi distinte del movimento degli arti



inferiori: spinta/stacco - volo - atterraggio, unite allo slancio coordinato delle braccia.

MAPPA DEGLI SCHEMI MOTORI DI BASE

ROTOLARE

Nato dall'evoluzione dello strisciare, consiste nel girare su se stessi facendo toccare al suolo, per punti successivi, le varie parti del corpo.



LANCIARE

È un gesto complesso perché richiede una buona coordinazione nell'azione degli arti superiori e inferiori, oltre a una buona mira.



AFFERRARE

Strettamente correlato al lanciare, questo schema risulta piuttosto complesso, infatti per afferrare un oggetto occorre valutare la traiettoria e sapersi posizionare.



ARRAMPICARSI

È uno schema motorio fra i primi a essere utilizzati dal bambino che non sa ancora stare eretto, poiché gli permette di esplorare l'ambiente e sperimentare le prime situazioni di equilibrio bipodale.

