

*Salvatore Rustici*

*Preparatore Mentale*

*Psicomotricista Funzionale*

## **INFLUENZA DELL'ATTIVITA' SPORTIVA SULLO SVILUPPO PSICOLOGICO DEL BAMBINO**

La pratica sportiva nell'infanzia, porta notevoli benefici sia nell'equilibrio dello sviluppo fisico che nell'evoluzione psicologica.

In questa pratica sportiva il bambino trova soddisfazione nei bisogni legati al gioco, all'agonismo, al movimento, e in tutto questo contesto si sviluppa anche l'aspetto intellettuale, prevenendo anche gli aspetti caratteriali disturbati.

La pratica sportiva migliora i rapporti interpersonali e la comunicazione, quindi l'aspetto relazionale, la creatività, l'espressività e la gestione dello spazio.

Quindi lo sport ha un alto valore pedagogico, e permette di recuperare quegli spazi trascurati dalla scuola.

### **Effetti sulla personalità**

La pratica sportiva nel bambino, permette la formazione e l'integrazione dell'io tramite l'autoconsapevolezza, sviluppo dell'identità dato che nello sport si vengono a creare rapporti interpersonali in cui gli si riconosce un ruolo specifico e definito.

## **Conquista della stabilità**

Il bambino inizia a responsabilizzarsi , rispondendo personalmente delle proprie azioni, imparando ad adattarsi alle nuove situazioni senza alcuna alienazione.

Si crea un controllo dei conflitti intrapsichici, mantenendo la propria identità nel tempo, sviluppando un'auto-educazione a mantenere una stabilità nei propositi.

## **Integrazione sociale**

Attraverso il contatto interpersonale che il bambino sviluppa una socievolezza partecipativa, e vivere una relazione sociale aumenta una notevole sicurezza nel bambino.

Attraverso gli Ego del gruppo, il bambino si sente protetto nei confronti di un Super - Io autoritario.

Il bambino quando solidarizza e coopera con i coetanei migliora notevolmente la sua sicurezza ed il suo carattere, maturando con equilibrio la sua personalità.

## **Lo schema corporeo**

Per schema corporeo si intende la coscienza immediata delle posizioni degli arti e del corpo nello spazio, quindi è una sorta di immagine psichica che permette all'individuo di entrare in relazione con la funzione spazio-temporale nel modo circostante.

## **Sviluppo dello schema corporeo**

Il neonato: secondo Piaget , indifferenziazione, dai 2 anni ai 4 anni:

rappresentazione mentale della propria immagine corporea.

Dai 5 anni ai 7 anni: lo schema corporeo si affina inglobando nozioni di tempo, forma e proporzione tra i veri segmenti corporei.

## **DIFFICOLTA' EMOTIVE E COMPORTAMENTALI NELL'ADOLESCENTE SPORTIVO**

L'adolescente spesso si esprime anche nell'ambiente sportivo, con tempeste emotive, che si sviluppano nel comportamento; inoltre l'adolescente trasmette nelle relazioni, incoerenza, instabilità, fluttuazione dell'attenzione, instabilità, svalutazione del Sé, ma nello stesso tempo ricerca di protezione e dipendenza, oppure un polemico opposizionismo .

### **Educatore fisico e adolescenti**

Proprio per le problematiche appena elencate, il ruolo dell'educatore in questa fase, diventa importantissima. L'educatore fisico dovrà proporsi più come facilitatore del gruppo, che come super esperto che elargisce insegnamenti di tecniche sportive.

Importante è rendere partecipi i ragazzi nei lavori che si svolgono nell'ambito sportivo, allo scopo di coinvolgerli e motivarli verso obiettivi singoli e personali.

Creare sempre un clima ambientale che favorisca una maturazione dell'esperienza in campo.

In pratica un allenatore, un educatore, un insegnante, dovrebbe essere un mezzo al servizio del gruppo formato da ragazzi;

e dovrebbe avere disponibili molti strumenti a disposizione, per agevolare il giovane atleta nell'apprendimento.

L'educatore dovrebbe saper accettare l'emozioni dei ragazzi adolescenti.

Tener ben presente che gli adolescenti possono provenire da ambienti differenti, e che possono appartenere ad una generazione differente da quella dell'allenatore, e quindi avere difficoltà nel riconoscersi nei vissuti dei ragazzi, quindi, cercare di creare gruppi eterogenei sia nell'età che nelle classi sociali.

***“ individui della stessa età o di diverse età formano un unità ed una generazione affettiva soltanto nella misura in cui partecipano ad esperienze emotive intellettuali del loro tempo”***

***Mannheim***