

SCUOLA SECONDARIA I° GRADO

UN'OCCASIONE DI SPERIMENTAZIONE, RIFLESSIONE E
CONFRONTO SULLE ABILITÀ MOTORIE DI BASE DELL'ESSERE
UMANO E DELL'AMBIENTE NATURALE COME LUOGO DI
MASSIMA ESPRESSIONE DELLA MOTRICITÀ, SPONTANEA,
NATURALE E ISTINTIVA

MOVIMENTI NATURALI

2 ore in natura, nel bosco, ad esplorare
i movimenti di base della motricità
umana.

Martedì 10 ottobre dalle ore 15,00 alle
ore 17,00

MAX 20 POSTI

Propone e conduce gli incontri Nicola Rovetti, docente alla
facoltà di Scienze Motorie di Verona

INFO E PRENOTAZIONI:
nicola.rovetti@univr.it

IN CASO DI CONDIZIONI METEO AVVERSE L'INCONTRO SARÀ RIPROPOSTO GIOVEDÌ 12 OTTOBRE
ALLA STESSA ORA

Motricità spontanea, innata.

Scuola Secondaria I° grado

PREMESSA

Oggi sono sempre meno le occasioni di muoversi in modo spontaneo e naturale, non ci è più richiesto di correre per scappare, di arrampicarci per procurare il cibo, di lanciare dei sassi per difendersi, movimenti fatti quindi con uno scopo preciso, quello che definiamo movimento funzionale. La motricità spontanea e naturale nasce con la specie umana e si sviluppa con l'evoluzione dell'uomo, sono movimenti che ritroviamo nella filogenesi del genere umano, che hanno accompagnato l'uomo nel suo cammino evolutivo e gli hanno permesso di sopravvivere per millenni nella natura.

Oggi in epoca moderna il movimento è uguale a sport o fitness, che spesso significa pratica di gesti tecnici che nella maggior parte dei casi non sono funzionali, ma finalizzati alla performance, all'estetica e alla salute.

Il paradigma sportivo e del fitness impoverisce l'esperienza del movimento: da un lato il mondo dello sport focalizzato sulla performance motoria che non è in grado di interessare tutti i bambini e gli adulti; dall'altro il mondo del fitness, legato all'estetica, o alla salute dove lo sforzo, la fatica e spesso anche la noia della ripetitività dei movimenti sono delle costanti

La motricità spontanea stimola invece la creatività, la capacità di individuare delle strategie vincenti di movimento, ha bisogno sempre di risposte nuove e personali perché le richieste sono sempre estremamente variabili perché l'ambiente naturale non è mai uguale per condizioni di terreno, luce, temperatura e presenza di elementi come alberi, sassi ecc.

Questo ne fa della pratica dei movimenti naturali un'esperienza piacevole motivante e divertente. La persona quindi si arricchisce su un piano esistenziale, emotivo, psicologico e cognitivo. Muoversi passa da eseguire dei movimenti, ad un'esperienza di crescita e trasformazione.



PROPOSTA:

Si propone un incontro di aggiornamento/formazione, rivolto ai docenti di scienze motorie e sportive delle scuole secondaria di I° grado, sui movimenti naturali, istintivi. L'incontro si svolge all'aria aperta, in un bosco situato a Montorio Veronese, raggiungibile con i mezzi pubblici.

L'incontro si svolgerà martedì 10 ottobre dalle ore 15,00 alle ore 17,00 presso il bosco di villa Rugolana a Montorio.

In caso di condizioni meteo avverse l'incontro sarà riproposto giovedì 12 ottobre al medesimo orario

CHI PROPONE:

Rovetti Nicola Laureato in scienze motorie e docente presso la facoltà di Scienze Motorie di Verona con un insegnamento di "attività motoria in ambiente naturale" e uno di "movimenti naturali" Ha lavorato per 27 anni presso l'area sportiva del Centro Polifunzionale Don Calabria, ricoprendo per 15 anni il ruolo di direttore tecnico dell'area sportiva.

Da diversi anni si occupa di motricità spontanea, di movimenti arcaici e istintivi.

Nicola Rovetti

3470769393

nicola.rovetti@univr.it

nrovetti@gmail.com