



La Metodologia dell'Insegnamento Sportivo:

le competenze didattiche del tecnico

Claudio Mantovani

***Corso Formatori area Tecnica
Perugia, 28 ottobre 2019***



Metodologie e strategie dell'Insegnamento Sportivo

Area molto interdisciplinare con contributi multipli:

psicologia

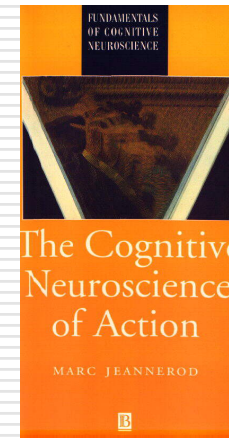
scienze della formazione
(discipline didattiche)

sociologia

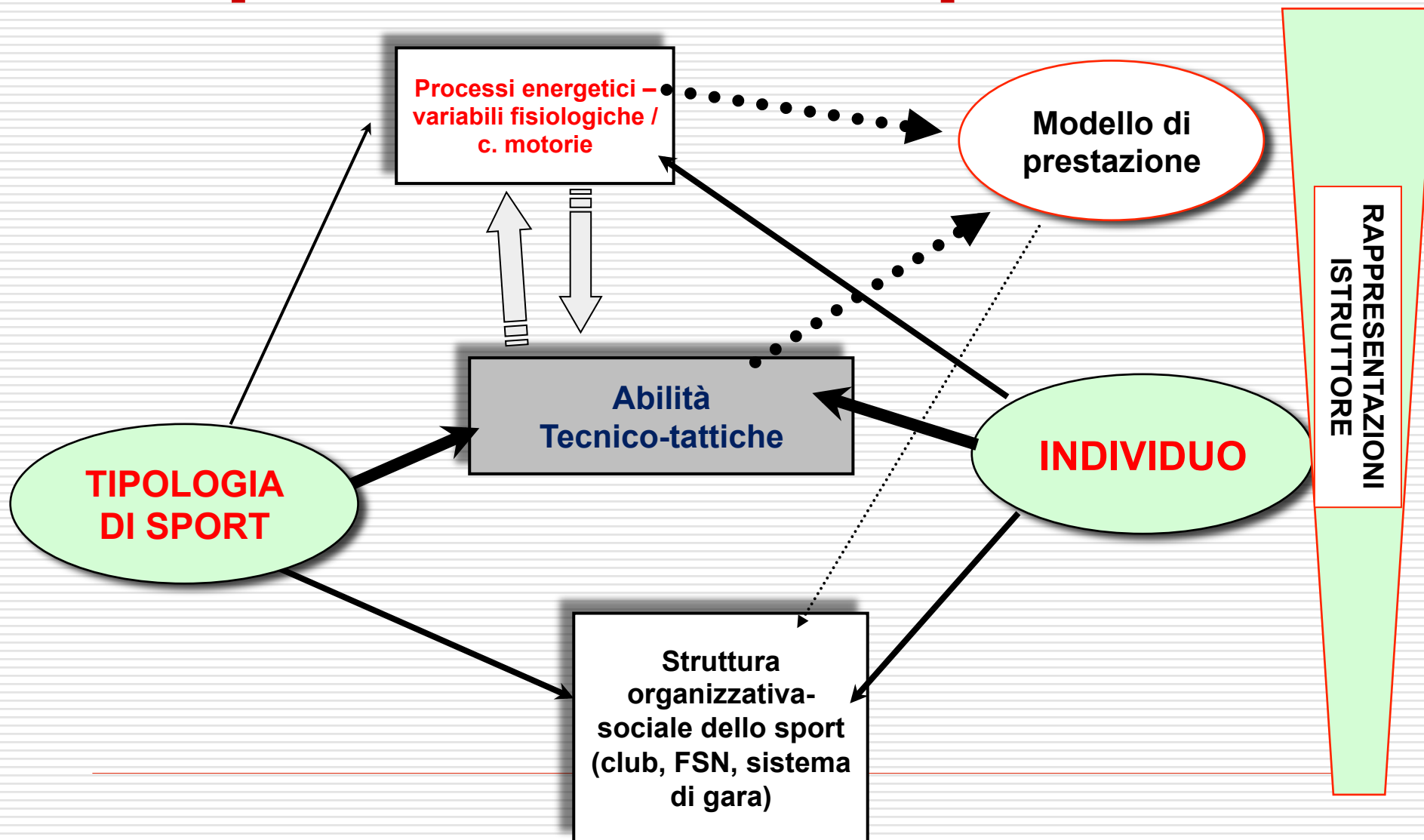
Ma anche contigua a:

teoria allenamento

discipline biologiche
(neuroscienze)



Campo d'azione complesso



Ma al tempo stesso semplice

- Apprendere è una caratteristica fondamentale dell' uomo
- Ogni individuo ha caratteristiche fisiologiche e psicologiche che lo "predispongono" ad apprendere
- Imitazione, prove ed errori, adattamento
- Al tempo stesso l' apprendimento è un prodotto sociale – uomo animale culturale



Imitazione – capacità di rappresentarsi visivamente e a livello propriocettivo informazioni. Evidente già nel neonato e quindi innata [Meltzoff and Moore 1977]

I compiti e le responsabilità professionali dell'allenatore

- Facilitazione l'apprendimento tecnico-tattico (obiettivo di servizio)
 - Assicurare l'integrità fisica e la sicurezza degli allievi
 - Gestire e controllare i carichi nella preparazione (eventualmente in accordo con il Preparatore Fisico)
 - Sviluppare e Riequilibrare le caratteristiche motorie
 - Sviluppare un interesse a lungo termine per la disciplina
 - Sviluppare una documentazione sulle attività condotte
 - Comunicare e relazionare sui progetti e sulle attività
 - Organizzare attività collaterali ed integrative agli allenamenti coerenti ai tempi ed al contesto operativo
-

Le competenze fondamentali del maestro/istruttore????

- Competenze tecniche
 - Competenze didattiche specifiche
 - Competenze psicologiche generali
 - Competenze gestionali-organizzative
-

Il saper fare didattico del maestro

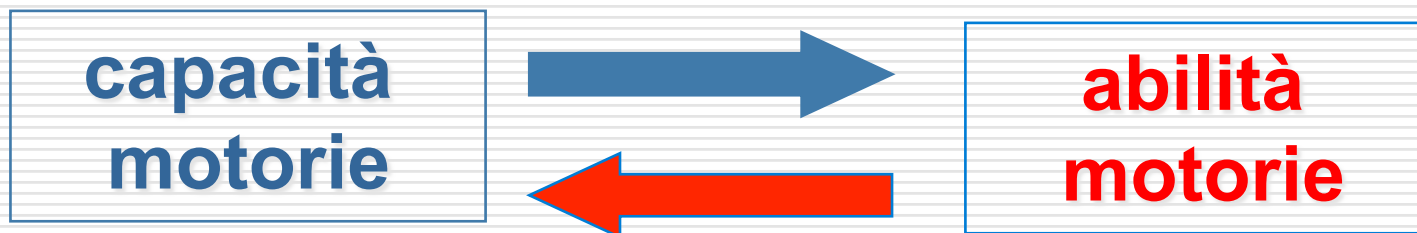
- **Saper comunicare**
 - Entrare in relazione con gli allievi e comunicare efficacemente con loro, fornendo le istruzioni e le indicazioni più opportune
 - **Saper motivare**
 - Sapere motivare gli allievi ad impegnarsi costantemente in allenamento per raggiungere i diversi obiettivi
 - **Saper programmare**
 - Sapere selezionare gli obiettivi dell'allenamento e costruire situazioni didattiche capaci di favorire effettivamente l'apprendimento
 - **Saper osservare**
 - Sapere analizzare il comportamento motorio degli allievi evitando un'eccessiva influenza di fattori soggettivi, abitudini e distorsioni
 - **Saper valutare**
 - Sapere verificare e valutare l'efficacia dell'insegnamento e produrre una documentazione dell'attività svolta e dei cambiamenti realizzati
-

Elementi fondamentali

- ❑ cosa insegno
 - ❑ a chi insegno
 - ❑ dove insegno
-

CAPACITÀ ed ABILITÀ

- le **CAPACITÀ MOTORIE** sono elementi essenziali per la prestazione sportiva
- le **ABILITÀ MOTORIE** sono forme di movimento specifiche automatizzate attraverso numerose ripetizioni
- il grado di sviluppo delle **CAPACITÀ** condiziona l'acquisizione delle **ABILITÀ**
- le **ABILITÀ** sono lo strumento fondamentale per lo sviluppo delle **CAPACITÀ**



**movimento
volontario**

**lento
dispendioso
cosciente**

**attraverso
numerosse
ripetizioni**

**movimento
automatizzato**

**movimento
riflesso**

**veloce
economico
incosciente**

Criteri per la classificazione delle abilità

- **l'organizzazione del compito**
 - **il livello di prevedibilità
dell'ambiente**
 - **l'importanza motoria e/o
cognitiva**
-

Organizzazione del compito

- Abilità discrete



- Abilità continue



- Abilità seriali
-



Livello di prevedibilità dell'ambiente



■ APERTE (externally paced)

Sport di situazione

L'ambiente è mutevole,
complesso e imprevedibile

L'atleta deve continuamente
adattarsi e anticipare

Oltre all'informazione
propriocettiva, è importante
quella esteroceettiva

■ CHIUSE (self paced)

Sport di forza, estetici, ciclici

Si gareggia in condizioni stabili,
in cui l'ambiente cambia
poco

L'esecuzione dell'atleta è
stereotipata con pochi
aggiustamenti

Importante il controllo
propriocettivo

Importanza degli elementi cognitivi e/o motori

abilità

abilità

motoria

cognitiva

minima presa
di decisione

massima presa
di decisione

massimo
controllo

minimo
controllo



ELEMENTI ESSENZIALI PER L' APPRENDIMENTO

- ✓ **Il tempo di impegno motorio**
- ✓ **Il clima positivo**
- ✓ **L'informazione frequente e di qualità**
- ✓ **L'organizzazione del lavoro**
- ✓ **La motivazione**

M. Pieron

Il modello classico delle fasi dell'apprendimento di un'abilità

Coordinazione grezza

Fase cognitiva (cosa)

Coordinazione fine

Fase associativa (come)

Disponibilità variabile

Autonomia

**Livello di controllo
cosciente**

**Crescita della
automatizzazione**

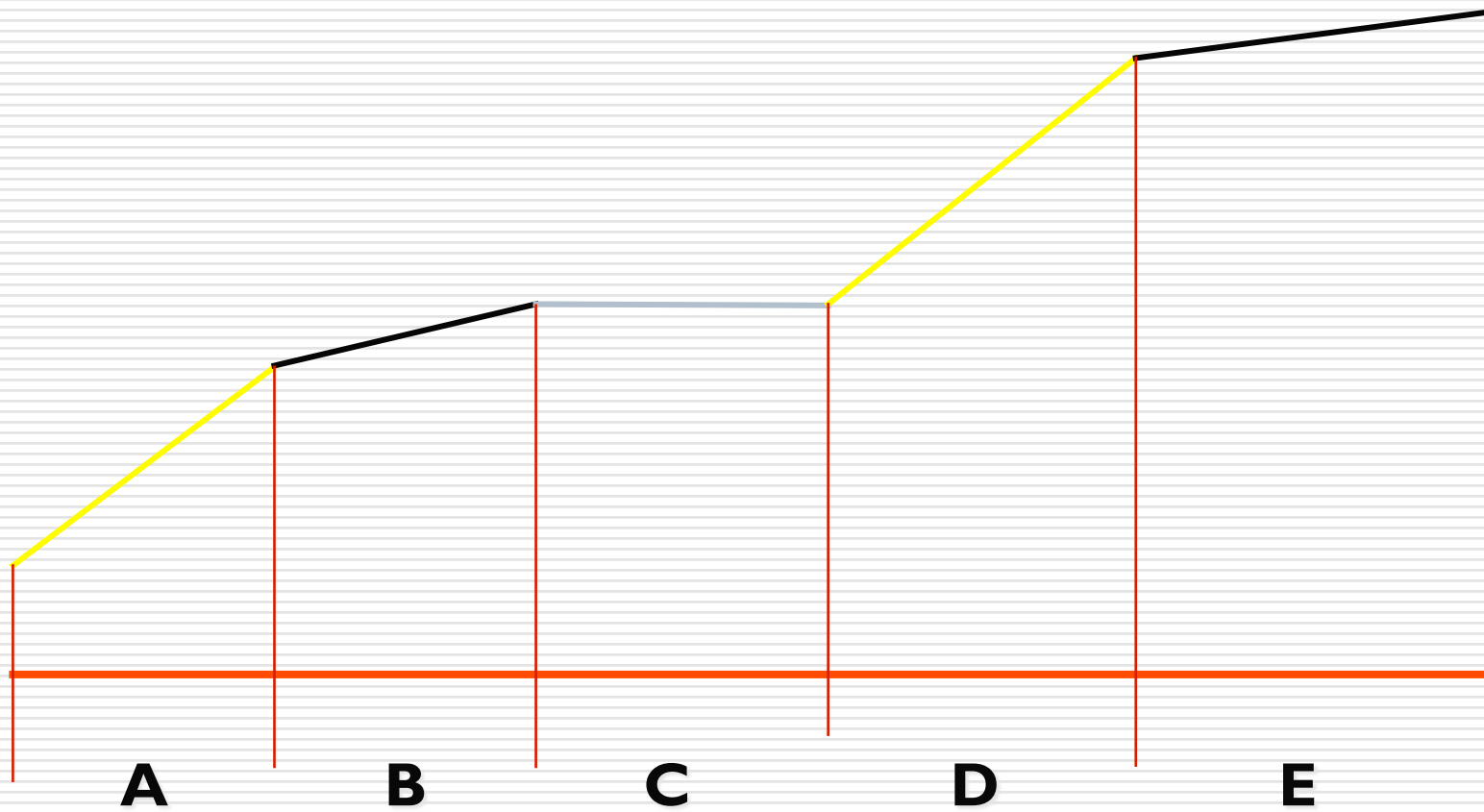
da Fitts e Meinel: modificati

Le tappe dell'apprendimento (Meinel)

Coordinazione grezza

Coordinazione fine

Disponibilità variabile



Bielinowicz, 1974

Statistica per stagione di nascita nel calcio d'elite: Dati delle squadre Nazionali giovanili U15, U16, U17, U18

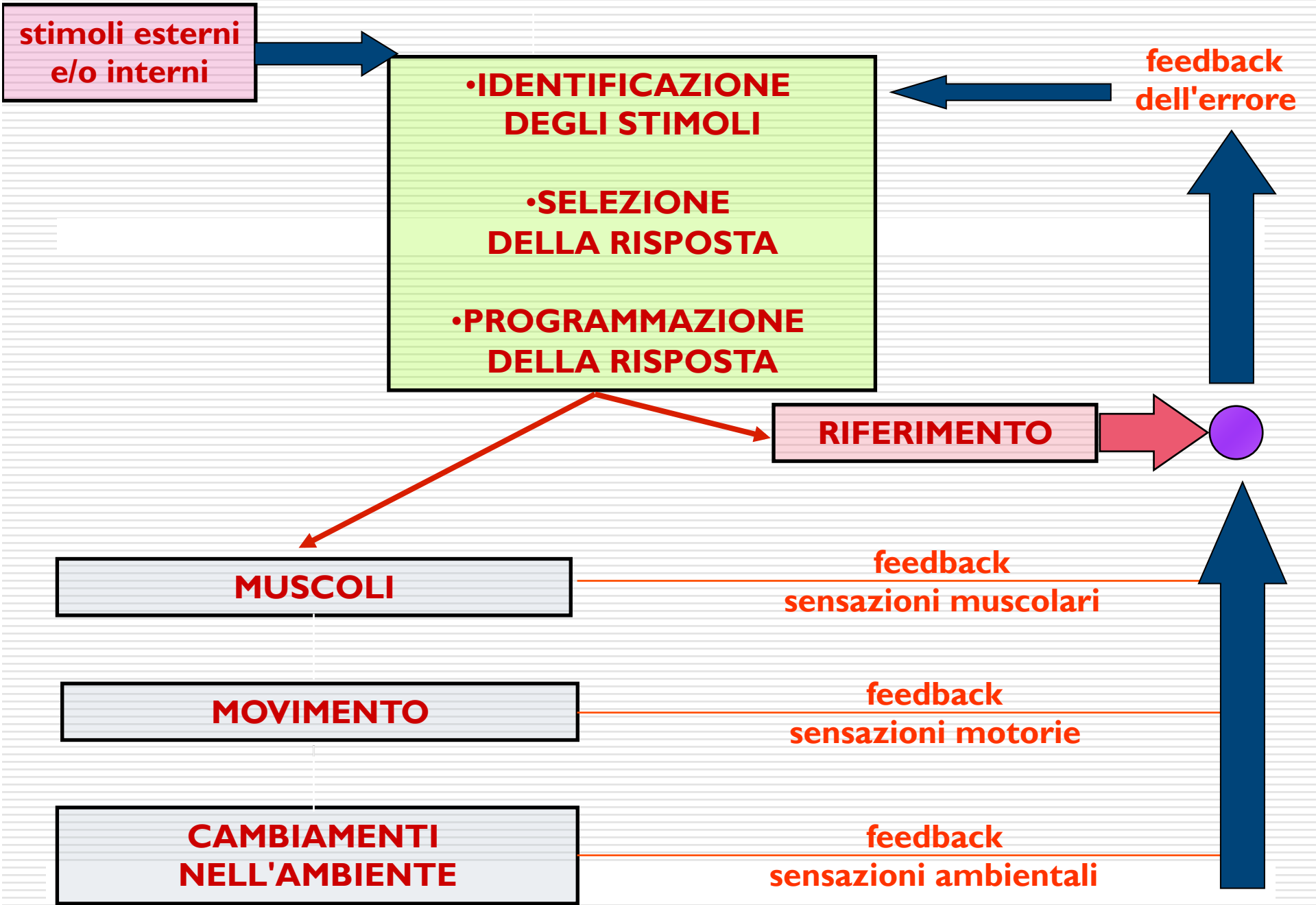
Paese	Mesi 1-3	Mesi 9-12
Inghilterra	50.0	17.1
Francia	43.9	14.6
Germania	50.5	3.8
Italia	46.8	3.9
Olanda	36.8	15.8
Spagna	47.2	2.7
Totale	45.9%	9.0%

Apprendimento tecnico

L'insieme dei processi associati con l'esercizio o l'esperienza che determinano dei cambiamenti relativamente permanenti nella capacità di prestazione in una certa abilità.
(Schimdt e Lee, 1999)

L'apprendimento è un processo:

- ◆ individuale
 - ◆ non direttamente osservabile
 - ◆ a volte immediato
 - ◆ altre su periodi molto lunghi
-



Tipi di feedback esterni

Feedback generici
Feedback specifici

Feedback positivi
Feedback negativi
Feedback neutri

Feedback descrittivi
Feedback prescrittivi
Feedback interrogativi