

# **Corso per Formatori dell'Area Tecnica della Scuola Regionale dello Sport dell'Umbria**

La programmazione didattica

Scelta e gestione dei compiti

L'organizzazione della pratica

La pratica globale e la pratica per parti

Il feedback esterno

La correzione dell'errore

Perugia 11 novembre 2019

*Valter Durigon*

# ASPETTI METODOLOGICI E DIDATTICI RELATIVI ALL'INSEGNAMENTO DI ABILITA' MOTORIE

## Considerazioni pre-pratica

- ◆ istruzioni      verbali  
                      visive  
                      cinestesiche

## Considerazioni durante la pratica

- ◆ quantità (in funzione del tempo di spiegazione  
e delle modalità di organizzazione del lavoro)
- ◆ variabilità
- ◆ organizzazione      per blocchi  
                              seriale

## Considerazioni dopo la pratica

- ◆ feedback      conoscenza del risultato  
                      (quanto, quando, che cosa)  
                      conoscenza della prestazione

<i>Quali informazioni fornire (o richiedere)?</i>	Verbali, visive, cinestesiche, ecc.
<i>Su quali segnali orientare l'attenzione?</i>	Sensazioni corporee, stimoli esterni
<i>Come agire sugli analizzatori?</i>	Aumento o riduzione delle stimolazioni, orientamento dell'attenzione, ecc.
<i>Quando fornire le informazioni?</i>	Dopo ogni prova, dopo un certo n° di prove, immediatamente, dopo un certo tempo, durante l'esecuzione
<i>Quali principi metodologici adottare?</i>	Variabilità, organizzazione, transfer bilaterale, n° di stimoli, n° di risposte, presenza di disturbi, complessificazione, velocità esecutiva, ecc.
<i>Quali metodi applicare?</i>	Globale, analitico, misto, direttivo, a scoperta guidata, ecc.
<i>Come sviluppare strategie e metastrategie?</i>	Problem-solving, confronto con esperti, autovalutazione, analisi del compito, ecc.

**Obiettivo:** specifico standard di prestazione conseguito in un tempo precisato.

- Dirige l'attenzione e l'azione su aspetti importanti del compito.
- Aiuta ad attivare e a modulare un impegno adeguato.
- Agisce sulla persistenza.
- Sollecita lo sviluppo di strategie di apprendimento e risoluzione del compito.

# Elementi chiave per la definizione degli obiettivi:

*C*oinvolgenti

*A*ssimilabili

*R*ealistici

*S*pecifici

# Obiettivi generali delle attività motorie

- ✓ **Sviluppo delle capacità condizionali.**
- ✓ **Formazione e sviluppo delle capacità coordinative.**
- ✓ **Incremento della mobilità articolare.**
- ✓ **Apprendimento di abilità e di gesti tecnici specifici di una o più discipline sportive.**
- ✓ **Sviluppo del pensiero tattico.**
- ✓ **Sviluppo del pensiero creativo.**
- ✓ **Integrazione nel gruppo e corretta interazione con i compagni.**

# Strategie per conseguire gli obiettivi

- ✓ **Stabilire obiettivi precisi a breve, medio e lungo termine.**
- ✓ **Progettare un piano di lavoro indicando esercitazioni, procedure e sistemi di valutazione per conseguire gli obiettivi.**
- ✓ **Modificare il piano di lavoro in base a capacità, abilità e ritmi di apprendimento individuali.**

# Caratteristiche degli obiettivi

1/2

- Devono essere specifici ed enunciati in maniera precisa, chiara ed inequivocabile.
- Devono descrivere un'attività identificabile attraverso un comportamento osservabile.
- Si devono riferire ad aspetti cognitivi (il sapere) e motori (il saper fare).

# Caratteristiche degli obiettivi

2/2

- Possono essere di risultato, di prestazione e di processo.
- È necessario scandirli nel tempo.
- Devono indicare accuratamente le condizioni nelle quali il comportamento si manifesta.
- Devono indicare il livello di accettabilità della prestazione ed i criteri di valutazione.

# Formulazione degli obiettivi

## 1/2

- ✓ Obiettivi difficili conducono ad una migliore prestazione rispetto ad obiettivi facili.
- ✓ Obiettivi specifici determinano una migliore prestazione rispetto alla mancanza di obiettivi o ad una loro vaga formulazione.

# Formulazione degli obiettivi

## 2/2

- ✓ Gli effetti positivi della formulazione degli obiettivi vengono potenziati fornendo informazioni sulla prestazione o sul risultato conseguito.
- ✓ Il coinvolgimento del soggetto nella formulazione degli obiettivi conduce ad una migliore prestazione.

# Obiettivi: criteri metodologici

1/2

- ✓ Individualizzare gli obiettivi.
- ✓ Fornire al soggetto schede di rilevamento e richiedere valutazioni sistematiche.
- ✓ Incoraggiare il soggetto a stabilire periodicamente obiettivi significativi e realistici.
- ✓ Richiedere la trascrizione dei successi personali sulle schede.
- ✓ Effettuare a distanza di tempo valutazioni su precedenti acquisizioni.
- ✓ Tenere schede riassuntive delle prestazioni di ognuno.

# Obiettivi: criteri metodologici

## 2/2

- ✓ Dimostrare fiducia anche nei momenti di difficoltà.
- ✓ Riconoscere i miglioramenti sottolineando l'evoluzione individuale.
- ✓ Adattare le procedure al livello di evoluzione dei soggetti.

# **Caratteristiche riassuntive degli obiettivi**

- ✓ **Realistici (difficili ma conseguibili).**
- ✓ **Significativi e motivanti.**
- ✓ **Stabiliti di comune accordo.**
- ✓ **Verificati, misurati, oggettivati.**
- ✓ **Autovalutati.**
- ✓ **Registrati.**
- ✓ **Rappresentati graficamente.**

<b>FINALITÀ</b>	<b>CAPACITÀ (Prerequisiti)</b>	<b>CONTENUTI</b>	<b>ABILITÀ (Obiettivi)</b>	<b>COMPETENZA</b>
<b>6-8 anni</b> Agilità, schema corporeo e schemi dinamici	Capacità di assumere varie posizioni e valutazione spazio-temporale	Rotolamenti	Saper cadere senza farsi male e rialzarsi rapidamente	<b>Gestire il corpo nel contatto e proteggere la palla</b>
<b>8-10 anni</b> Adattamento	Gestione informazioni senso-percettive e capacità di differenziazione	Giochi di lotta, contrasto ed opposizione	Equilibrio	
<b>10-12 anni</b> Controllo in stabilità	Forza nel mantenimento delle posizioni (tenuta), cap. di combinazione	Traslocazioni in quadrupedia ed arrampicate	Stabilità	
<b>12-14 anni</b> Controllo in situazioni di instabilità	Capacità di adattamento e propriocezione	Core stability	Postura	

Durigon V., 2015. Non solo rugby (modificato). Calzetti Mariucci, PG

# Presentazione del compito

## Informazioni:

- verbali;
- visive;
- cinestesiche.

# **Presentazione del compito** (1/4)

- Fornire informazioni sintetiche, chiare, precise, limitate agli aspetti essenziali.
- Definire verbalmente punti chiave dell'azione che il soggetto possa poi utilizzare per regolare l'azione.
- Talvolta, soprattutto con i più giovani, dire semplicemente “fai questo” e presentare una dimostrazione.

# Presentazione del compito (2/4)

- Presentare immagini dell'azione (dimostrazioni, fotografie, disegni, filmati).
- Collegare immediatamente le informazioni fornite all'esperienza pratica.
- Utilizzare dimostrazioni corrette o indicare come dovrebbe svolgersi l'azione.

# **Presentazione del compito (3/4)**

- Abbinare le informazioni visive alle istruzioni verbali per dirigere l'attenzione sugli aspetti rilevanti.
- Porre domande e richiedere spiegazioni.
- Far emergere l'organizzazione temporale dell'azione.
- Spiegare in che modo abilità e competenze specifiche siano importanti nella vita quotidiana e nel tempo libero.
- Nella dimostrazione scegliere prospettive adeguate di osservazione.

# Presentazione del compito (4/4)

- Utilizzare solo quando è necessario l'assistenza diretta o altri espedienti per far “sentire” il gesto.

# STIMOLI VERBALI



## PAROLE O FRASI BREVI



Servono a:

- dirigere l'attenzione su informazioni regolatorie o eventi ambientali;
- avviare – controllare l'azione;
- facilitare spostamenti dell'attenzione;
- modificare strutture ritmiche dell'azione.

# STIMOLI VERBALI



## PAROLE O FRASI BREVI



Vanno:

1. Limitati ad aspetti importanti dell'azione;
2. Inseriti nella struttura ritmica del movimento;
3. Individualizzati.

**Feedback aggiuntivo**  
***CR – Conoscenza dei Risultati***  
***(KR Knowledge of Results)***  
***utile per:***

- confermare il feedback intrinseco;
- fornire informazioni di risultato non accessibili con il feedback intrinseco;
- motivare;
- favorire apprendimento per prove ed errori.

# Feedback aggiuntivo

***CP – Conoscenza della  
Prestazione (KP Knowledge of  
Performance) utile per:***

- porre attenzione su dettagli tecnici dell'azione;
- migliorare o correggere particolari del movimento;
- sostituire KR ridondante con feedback intrinseco.

## **Il feedback deve essere:**

- frequente;
- tempestivo;
- fornito solo da persona esperta;
- esaustivo.



***Concezioni ingenuie non  
sempre sostenute dalla ricerca.***

# Feedback aggiuntivo

## *Correzione errore e rinforzo motivazionale (1/3)*

- Ridurre gradualmente il feedback esterno al progredire dell'apprendimento.
- Correggere gli errori uno alla volta a partire da quelli più rilevanti.
- Permettere che un soggetto modifichi subito l'esecuzione dopo un intervento correttivo.

# Feedback aggiuntivo

## ***Correzione errore e rinforzo motivazionale (2/3)***

- Evitare istruzioni formulate in negativo, centrate sull'errore o su ciò che va evitato.
- Utilizzare parole stimolo e frasi brevi per richiamare l'azione corretta.
- Richiedere all'allievo la valutazione di particolari dell'azione e discutere con lui le difficoltà incontrate.

# Feedback aggiuntivo

## *Correzione errore e rinforzo motivazionale (3/3)*

- Coinvolgere il soggetto con domande.
- Impiegare di frequente incoraggiamenti per innalzare la motivazione e rinforzare l'azione corretta.
- Riconoscere i miglioramenti e l'impegno.
- Insegnare all'allievo a fornire informazioni, feedback e rinforzo ai compagni.

# Feedback aggiuntivo (CR e CP)

## *Qualitativo*

“Questa azione è più (meno) veloce (corta, forte)” (CR).

“Ora va meglio” (CR? CP?).

“Fletti di più il ginocchio” (CP).

# Feedback aggiuntivo

(CR e CP)

***Quantitativo*** (*informazioni numeriche*)

“Questa azione è più (meno) veloce (corta, forte) di 3 sec.” (CR).

“Hai ottenuto 9 punti; inclina il busto più di 45°” (CR, CP).

“Fletti il ginocchio a 90°” (CP).

# Feedback aggiuntivo: contenuto

- Relativo a programma motorio generalizzato (prevalente inizio apprendimento).
- Relativo a parametri (anche in fasi successive apprendimento).
- Descrittivo.
- Prescrittivo.

# Feedback aggiuntivo

## ***Necessario qualora:***

- feedback intrinseco non disponibile per particolari caratteristiche del compito, per infortuni, ecc.;
- feedback intrinseco non utilizzabile (ad esempio per inesperienza).

## ***Non necessario se:***

- è ridondante;
- sono disponibili informazioni alternative (ad esempio modeling).

# Feedback aggiuntivo

***Non necessario ma facilitante se***  
agisce su rapidità e livello di  
apprendimento.

## ***Dannoso se:***

- è in concorrenza con il feedback intrinseco;
- viene fornito dopo ogni singola prova;
- è erroneo.

# Feedback terminale

## Caratteristiche temporali: quando?

### **Lunghezza periodo ritardo CR**

Concedere tempo per sviluppo capacità rilevamento errore.

### **Attività nel periodo ritardo CR**

Per l'apprendimento possono risultare:  
non influenti, dannose, vantaggiose.

# Feedback terminale: quanto?

## Frequenza

L'ottimale *non* è il 100% perchè:

- sviluppa dipendenza;
- causa sovraccarico di informazioni.

> Per compiti complessi o fasi iniziali apprendimento.

< Per compiti semplici o fasi avanzate apprendimento.

# **Feedback aggiuntivo: come?**

Porre domande generali o particolari.

Far analizzare l'azione.

Far analizzare l'azione di un compagno.

Richiedere l'autovalutazione.

## Questioni applicative

- Il Feedback è necessario, utile?
- Quando intervenire?
- Quante informazioni?
- Con che frequenza?
- Con che modalità?
- Quali informazioni?
  - *programmi – parametri*
  - *visive – verbali – cinestesiche*
  - *descrittive – prescrittive*

# Quantità di pratica

- Massimizzare i tempi di attività.
- Limitare i tempi di spiegazione.
- In caso di distrazioni richiamare gli allievi sul compito.
- Con gruppi numerosi, suddividere gli allievi in sottogruppi e alternarli di frequente.
- In gruppi numerosi assegnare compiti di osservazione e verifica.

**PRATICA GLOBALE E PER PARTI**

# **PRATICA GLOBALE**

*Vantaggi a livello:*

a) cognitivo;

b) motorio;

c) motivazionale.

PRATICA GLOBALE E PER PARTI

# PRATICA PER PARTI

*Vantaggi:*

- a) nella comprensione dei dettagli;
- b) nella correzione dell'errore.

# PRATICA GLOBALE E PER PARTI

## ORGANIZZAZIONE DEL COMPITO

ALTA



**METODO  
GLOBALE**



BASSA

BASSA



**METODO  
PER PARTI**



ALTA

## COMPLESSITÀ DEL COMPITO

# PRATICA PER PARTI

## Semplificazione:

- riduzione difficoltà del compito;
- riduzione richieste attentive (ad es. fornendo assistenza);
- utilizzo accompagnamento ritmico;
- riduzione velocità.

# **Pratica mista (globale e per parti) facilita:**

- l'orientamento dell'attenzione;
- la rilevazione dell'errore.

**VARIABILITÀ**

***Contenuto***  
**e**  
***Organizzazione***

# **Variabilità (*contenuto*)**

**1) Esecuzione programmi motori diversi.**

***Es.: passare, correre, saltare.***

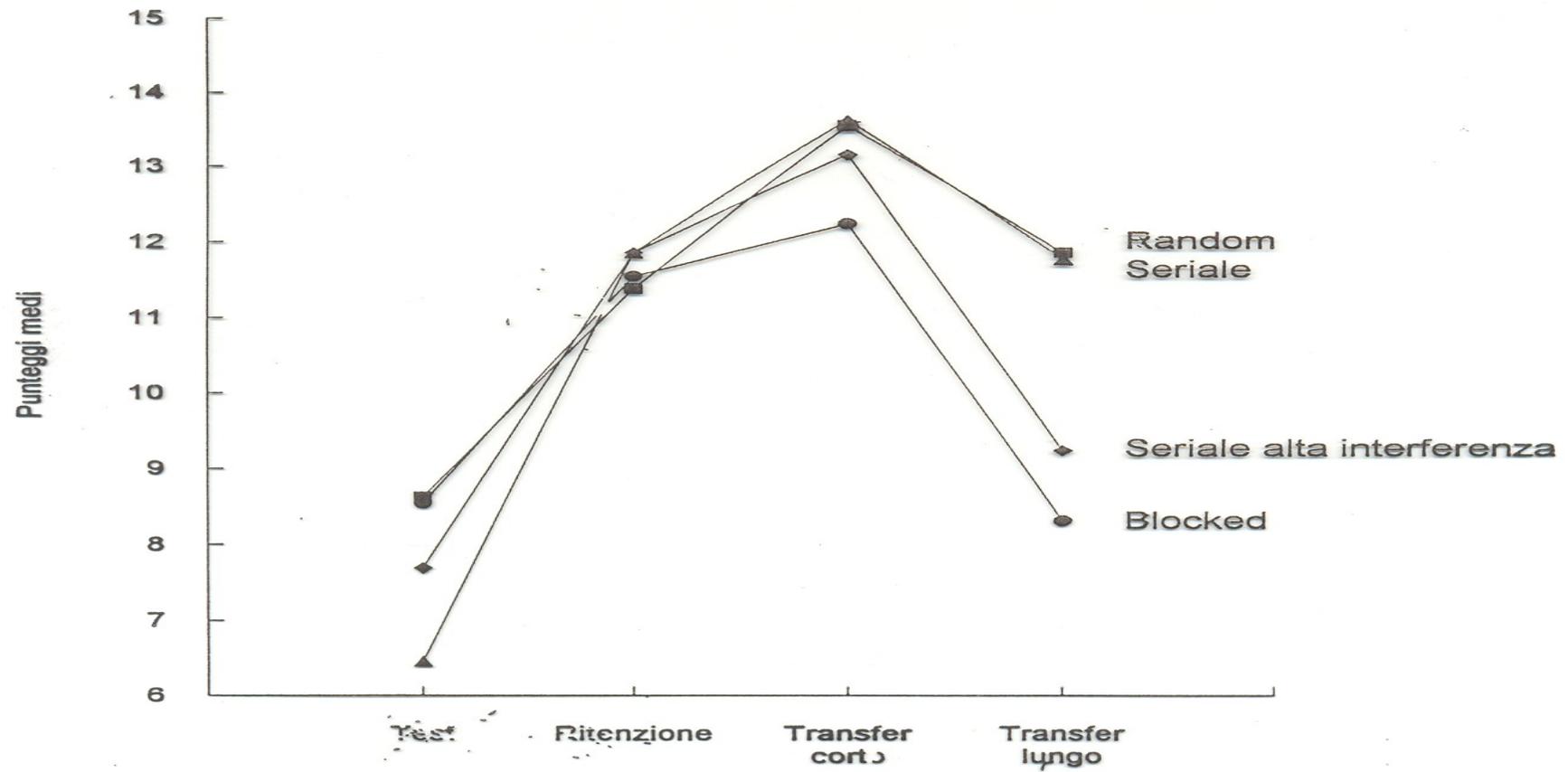
**2) Variazione parametri movimento programma motorio.**

***Es.: passare a velocità e/o distanze diverse.***

# Variabilità

- Proporre esperienze multilaterali soprattutto con i più giovani.
- Proporre esperienze variate anche all'interno di uno stesso programma motorio.
- Richiedere la simmetrizzazione dei movimenti.

### Punteggi medi in test, ritenzione e transfer (battuta pallavolo)



Bortoli, L., Robazza, C., Durigon, V., & Carra, C. (1992).  
Effects of contextual interference on learning technical sports skills.  
Perceptual and Motor Skills, 75, 555-562.

# EFFETTI VANTAGGIOSI INTERFERENZA CONTESTUALE

Variazioni ripetute parametri e/o programmi sollecitano *processi cognitivi* di:

1) elaborazione e confronto delle abilità  
(*ipotesi di elaborazione*);

2) generazione, abbandono e ricostruzione piani esecutivi delle abilità (*ipotesi della dimenticanza*).

# INTERFERENZA CONTESTUALE

- Esercitare più abilità all'interno della stessa lezione.
- Dopo una prima fase di apprendimento, alternare fra loro esercitazioni relative a più abilità nella stessa lezione.
- Combinare l'esecuzione di più abilità con variazioni della singola abilità.
- Richiamare gli elementi esecutivi con una certa costanza distribuendoli nel tempo.

# Scopi della valutazione

- ✓ Diagnosi delle caratteristiche individuali.
- ✓ Orientamento della programmazione.
- ✓ Prescrizione di procedure e proposte metodologiche differenziate e individualizzate.
- ✓ Verifica, aggiustamento del programma in atto.
- ✓ Verifica del ritmo di adattamento e di sviluppo delle capacità.

# VALUTAZIONE

1. Scelta dell'oggetto (osservazione): cosa valutare?
2. Misura (codifica): quali strumenti adottare e misurazione vera e propria.
3. Interpretazione (analisi e giudizio): analisi e confronto; definizione dei criteri e dei parametri.

*Amplaz*

# **Valutare per programmare**

# TIPOLOGIE DI VALUTAZIONE

- Iniziale
  - Intermedia o Formativa
  - Finale o Sommativa
  - Assoluta o relativa
- Sulla base  
della  
scansione  
temporale

# AUTOVALUTAZIONE

- Fornire all'allievo schede di valutazione e richiedere verifiche sistematiche dei livelli personali di prestazione.
- Incoraggiare l'allievo a stabilire periodicamente obiettivi significativi e realistici sulla base delle verifiche e degli incrementi.
- Richiedere la trascrizione su schede personali dei progressi quando questi si manifestano in modo stabile.

# INDIVIDUALIZZAZIONE

- Adattare le proposte alle esigenze degli allievi tenendo conto di età, esperienza, capacità, motivazioni.
- Formare gruppi omogenei.
- Assegnare difficoltà crescenti.
- Richiedere prestazioni differenziate.
- Assegnare compiti differenziati.
- Incoraggiare al lavoro autonomo.
- Incoraggiare alla collaborazione con i compagni.

# TRANSFER

- Influenza prestazione ***compito A*** su prestazione ***compito B***
- Influenza prestazione compito in ***contesto A*** su compito in ***contesto B***

# TRANSFER

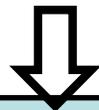
**Stimolo**

<i>Simile</i>	Transfer negativo	Transfer positivo A
<i>Diverso</i>	Assenza di transfer	Transfer positivo B
	<i>Diversa</i>	<i>Simile</i>

**Risposta**

# TRANSFER

- Similarità abilità e contesto  
(*identical elements theory*)
- Similarità richieste elaborative  
(*transfer-appropriate processing theory*)



Similarità percettive (compito e contesto)  
Similarità motorie  
Similarità concettuali

# TRANSFER BILATERALE

- Ipotesi cognitiva
- Ipotesi motoria

# **METASTRATEGIE**

**Procedure di approccio e  
risoluzione di problemi non  
specifiche ma trasferibili.**

# Transfer e Metastrategie

- Stimolare l'allievo nella ricerca di soluzioni ai problemi in maniera autonoma.
- Enfatizzare l'organizzazione temporale delle parti che compongono l'azione.