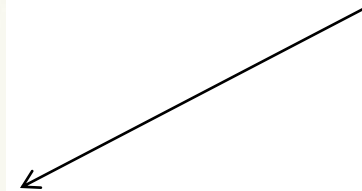


# I PRINCIPI METODOLOGICI PER L'APPRENDIMENTO

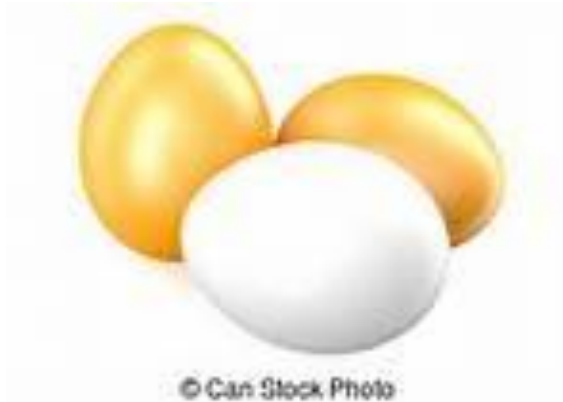
- **Formulazione degli obiettivi**
- **Presentazione del compito**
  - **Quantità di pratica**
  - **Variabilità della pratica**
  - **Correzione dell'errore**
- **Transfer di apprendimento**



# **Apprendimento motorio**

**“è un cambiamento  
relativamente permanente nella  
prestazione o nella potenzialità  
di comportamento, conseguibile  
attraverso pratica o  
osservazione di altri” ( Magill  
2001)**

**Gli apprendimenti sono  
fondamentalmente irreversibili (Schmidt e Lee, 1999) acqua e  
uovo.**



**La dialettica  
apprendimento/insegnamento,  
riguarda l'insegnante e l'allievo**

# **( insegnante) PRESENTAZIONE DEL COMPITO**

**È dato dalla spiegazione e da una dimostrazione che può avvenire prima, durante o dopo. Serve per facilitare la comprensione della consegna e per sviluppare nell'allievo, la rappresentazione mentale del compito**

# Spiegazione prima del compito



# Dimostrazione durante la spiegazione



# Dimostrazione durante la spiegazione





# Dimostrazione dopo la spiegazione



**L'allievo decodifica e trasforma il compito in una rappresentazione mentale che agisce come modello interno ( McCullagh e Weiss, 2001)**

# **CORREZIONE DELL'ERRORE**

**Deve avvenire verso gli errori principali e le loro cause.**

**Si esprime seguendo principi simili a quelli che fondano la presentazione del compito e si esplicano attraverso feedback ovvero correttivi per trasmettere informazioni e per modificare azioni**

# **Feedback**

- **Deve dare informazioni sintetiche**
- **Deve essere chiaro e preciso**
- **Limitato agli aspetti essenziali: l'errore fondamentale e, al massimo, il secondario**
- **Deve individuare punti chiave che poi possano servire a regolare il movimento**

**Il Feedback v`a gradualmente ridotto per non generare dipendenza nell'allievo.**

**Pertanto si dovrebbe usare solo quando l'errore `e grave, al di sotto della soglia di accettabilit`a o quando l'azione esuli dal tema della consegna data.**

**Feedback sommativo: quando avviene dopo che ci sono stati un certo numero di tentativi di autocorrezione**

**Il feedback deve essere tecnico**

# **Feedback positivi “bravo” o “ ti si impegnato” ecc.**

**servono a stabilizzare l'azione corretta,  
innalzano la motivazione, aumentano  
l'interesse e stimolano l'impegno ( Robazza,  
2004)**

# **DISTRIBUZIONE DELLA PRATICA**

**L'apprendimento risulta più proficuo con una distribuzione della pratica spalmata nel tempo, così il compito motorio è riproposto, più volte per tante lezioni.**

**La distribuzione della pratica può riguardare la singola lezione ( vedi stili di insegnamento) oppure la modalità di lavoro su una abilità o un programma**

# **DISTRIBUZIONE DELLA PRATICA**

**L'insegnante può scegliere diversi modi di  
lavorare su un'abilità:  
per blocchi;  
con pratica alternata;  
con pratica casuale**



**Apprendimento concentrato: è l'apprendimento intensivo, ininterrotto. Si usa all'inizio di un processo di apprendimento motorio grezzo nel quale partecipano gruppi muscolari ed è notevole il numero di tentativi.**

**Apprendimento distribuito: è un apprendimento che viene interrotto più volte e se supportato da apprendimento concentrato, garantisce una base favorevole all'attivazione dei processi mnemonici nei bambini**

# **DISTRIBUZIONE DELLA PRATICA**

**In una prima fase di apprendimento, v`a bene la ripetizione per fissare bene il compito motorio; se `e superata questa fase si pu`o lavorare con pratica alternata o casuale cos`i da determinare INTERFERENZA CONTESTUALE. Essa determina apprendimenti pi`u duraturi e con possibilit`a di transfer in situazioni simili, migliore della pratica per blocchi ( Bortoli, Spagolla e Robazza, 2001)**

# **VARIABILITA' DELLA PRATICA**

**Riguarda sia le esperienze multilaterali che si svolgono nell'attività motoria proposta in età evolutiva, sia le prassi diversificate relative ad uno stesso programma motorio.**

**Le pratiche diversificate, se generalizzate a situazioni mai sperimentate in precedenza, possono determinare transfer motori e i presupposti di sviluppo della disponibilità variabile**

# VARIABILITA' DELLA PRATICA



# L'APPRENDIMENTO MOTORIO AVVIENE SECONDO TRE STADI

- a. Comprensione del compito**
- b. Coordinazione grezza**
- c. Coordinazione fine**
- d. Stadio autonomo o di disponibilità variabile**



# **1. Coordinazione grezza**

**È caratterizzata da prestazioni scadenti,  
errori frequenti e movimenti poco  
economici**

## **2. Coordinazione grezza**

**In questa fase l'insegnante deve far evolvere l'apprendimento progressivamente partendo da ciò che l'allievo sa fare . Creare similitudini con ciò che ha già appreso e introdurre difficoltà crescenti**

# **1. Coordinazione fine**

**L'azione è diventata più fluida e l'allievo riconosce i punti chiave dell'esecuzione del movimento ciò gli permette di prestare attenzione solo a questi evitando di disperdere energie. Se le condizioni esterne o interne peggiorano, riemergono imprecisioni ed errori**



## **2. Coordinazione fine**

**L'insegnante in questa fase favorisce l'introspezione, il dialogo e l'analisi dell'esecuzione e delle sensazioni cinestesiche percepite. Inoltre crea *prassie* in cui sia favorita la variabilità della pratica**

# **1. Disponibilità variabile e autonomia**

**L'azione è controllata e l'esecuzione è coordinata ed efficace. In questo stadio i miglioramenti sono lenti e poco vistosi rispetto agli altri due stadi**

## **2. Disponibilità variabile e autonomia**

**L'insegnante userà istruzioni sintetiche o parole chiavi utili alla regolazione del movimento. Propone esperienze molto varie IN MODO DA AMPLIARE IL REPERTORIO DI ADATTAMENTI.**

**QUALI SONO LE  
CARATTERISTICHE CHE  
L'ALLIEVO DEVE AVERE  
AFFINCHÉ POSSA  
APPRENDERE DELLE ABILITA'  
MOTORIE? ( Rink, 2002)**

- 1. Deve possedere i pre-requisiti**
- 2. deve avere una chiara idea del compito da eseguire**
- 3. possedere disposizioni attentive e motivazionali verso le abilita' da sviluppare**

# **1. POSSEDERE I PRE-REQUISITI**

**ESSI riguardano le capacità fisiche ( capacità organico muscolari o capacità fisiche)**

**Capacità motorie e senso-percettive ( capacità coordinative e capacità cognitive)**

**Le possibilità di sviluppo in un arco di tempo ( età evolutiva)**

**L'adeguatezza rispetto al compito ( e qui conta la capacità dell'insegnante di definire gli obiettivi)**

# **1. I pre-requisiti in ambito motorio e sportivo**

**in ambito motorio: sono i pre-requisiti intesi come le capacità che rappresentano il presupposto e l'obiettivo dell'acquisizione delle abilità ( Hotz 1996)**

# **1. I pre-requisiti in ambito motorio :**

**Le capacità coordinative e condizionali che determineranno le abilità.**

**Tra le abilità ci sono le abilità motorie fondamentali ovvero gli schemi motori di base che non sono il diretto risultato di un apprendimento, ma di un processo di maturazione psicofisico**



# **1. I pre-requisiti in ambito motorio e sportivo**

**Si distinguono in capacità senso-percettive; coordinative e condizionali.**

**Esse determinano l'apprendimento e la costituzione delle **abilità motorie** , semplici e complesse che rappresenta **l'obiettivo primario di sviluppo in età evolutiva****

# **1. I pre-requisiti in ambito motorio e sportivo**

**Le abilità motorie, *skill*, sono definite come il compito che richiede un movimento volontario per raggiungere un obiettivo con successo ( Magill, 2001).**

**Le abilità possono diventare abitudini motorie , in quanto tecniche apprese e consolidate dalla pratica e l'automatizzazione del movimento**

**1. I pre-requisiti in ambito  
SPORTIVO un esempio di pre  
requisito nella pratica del  
tennis**

**2. CHIARA IDEA DEL COMPITO  
DA ESEGUIRE**

**3. DISPOSIZIONI ATTENTIVE  
VERSO L'ABILITA' DA  
SVILUPPARE**

**LA CONDIZIONE NECESSARIA  
DI APPRENDIMENTO è relativa  
ai seguenti stati**

**ATTIVAZIONE** è il livello che si ha all'inizio ( vado che ho una gran voglia; vado che non ho voglia..)

**ATTENZIONE** è la capacità di cogliere da una situazione tutte le informazioni che mi possono essere utili

**CONCENTRAZIONE** posso essere attento, ma posso non essere concentrato. Se mi concentro, consumo di più. Se sono motivato, riesco a concentrarmi

# **ATTENZIONE**

**L'INDIVIDUO ESEGUE SIMULTANEAMENTE  
ALMENO DUE ATTIVITA'**

**In realtà si alterna la concentrazione prima su un'attività poi su un'altra ( il passaggio di attenzione può avvenire ogni 300-500 msec.) ipotesi di Broadbent**

**Alcuni stimoli possono essere percepiti anche con un minimo di attenzione ( esperimento di Cherry 1953)**

# **ATTENZIONE**

**E' POSSIBILE COMPIERE PIU' ATTIVITA' IN  
PARALLELO**

**UNA COME FIGURA E LE ALTRE COME SFONDO**

# **ATTENZIONE**

**UNA SOLA DI QUESTE RICHIEDE PARTICOLARI  
ENERGIE**

**QUELLE POSTE A LIVELLO DI SFONDO SONO  
SEMPLICI E RICHIEDONO POCO IMPEGNATIVE**

**MA**

**POSSONO PASSARE FACILMENTE A LIVELLO DI  
FIGURA**



# **ATTENZIONE**

## **MOVIMENTO VOLONTARIO**

- **Lento**
- **Dispendioso**
- **Cosciente**

## **MOVIMENTO RIFLESSO**

- **Veloce**
- **Economico**
- **Incosciente**

# **ATTENZIONE**

**RIPETERE TANTE VOLTE UN MOVIMENTO  
SIGNIFICA  
CREARE UN AUTOMATISMO**

**NEGLI SPORT DI SITUAZIONE SIGNIFICA  
CREARE UNA RISPOSTA MOTORIA ( ovvero tutti  
quei processi che permettono di dare una risposta  
motoria, senza fatica)**

# **CONCENTRAZIONE**

**LA CAPACITA' DI ANTICIPAZIONE MOTORIA E'  
POSSIBILE SOLO SE C'E' UN BUON LIVELLO DI  
CONCENTRAZIONE TRA I BAMBINI**

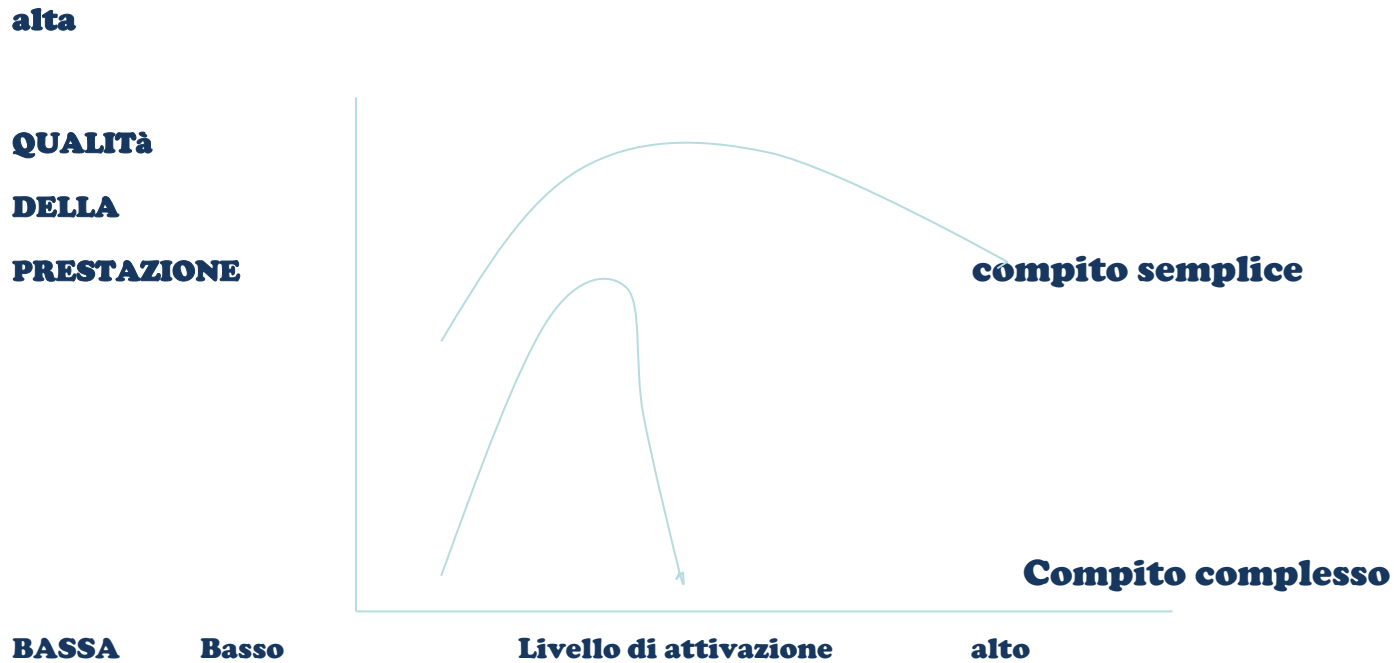
**QUANDO SI E' CONCENTRATI SI CONSUMA DI PIU',  
DA QUI L'IMPORTANZA DI CREARE AUTOMATISMI**

# **CONCENTRAZIONE**

**QUANDO IL COMPITO E' SEMPLICE LA QUALITA'  
DI PRESTAZIONE E' MIGLIORE PIU' A LUNGO**

**QUANDO IL COMPITO E' COMPLESSO LA QUALITA'  
DI PRESTAZIONE SCENDE PRIMA**

# TROPPO SFORZO PRODUCE CATTIVE PRESTAZIONI



**La legge di Yerkes-Dodson**

**QUANDO SI HA IL FOCUS AMPIO, SI VEDONO MOLTE COSE** anche cose che non servono o distraggono

**QUANDO SI E' CONCENTRATI IL FOCUS E' STRETTO** e si vede solo quello che serve

**Intelligenza motoria. Teoria ecologica (Pesce, 2002) passaggio da un metodo di tipo prescrittivo ad uno di tipo euristico. Secondo questo modello l'insegnante si mette in secondo piano durante il processo di apprendimento e organizza solo l'ambiente in modo che sia ottimale per la realizzazione dell'apprendimento**

# Metodo euristico





**3. DISPOSIZIONI  
MOTIVAZIONALI VERSO  
L'ABILITA' DA SVILUPPARE**

**Valorizzazione personale  
E  
Divertimento**

**Sono due principi del  
comportamento umano.  
L'insegnante dovrebbe  
impostare la propria pratica  
educativa secondo questi due  
principi**

**Processi motivazionali,  
Roberts 1992, Bandura 1997**  
**Ritenersi in grado di affrontare una certa  
attività determina la messa in atto di  
comportamenti utili alla riuscita quali.**

- **impegno**
- **sfida personale**
- **Persistenza anche di fronte ad eventuali  
difficoltà**

**La mancanza di  
Valorizzazione personale è  
causa di frustrazione** (condizione in  
cui si trova l'individuo quando è ostacolato nella  
soddisfazione dei propri bisogni)  
**essa è legata**

- **All'aggressività ( i bambini non mascherano questo sentimento come gli adulti)**
- **Alla repressione: è l'inibizione volontaria di un impulso per ridurre l'ansia e mantenere integra l'autostima**

**La motivazione è un fatto interno, noi non possiamo motivare una persona, ma possiamo creare un ambiente e un clima motivante.**

$$P \times M =$$

**Se P è 10 ma M è 0, il risultato è sempre 0**

**Quando siamo concentrati esclusivamente sul compito che stiamo facendo e perdiamo un po' di vista il contesto generale, può succedere che il contesto generale ci inghiotta**



**... e noi -avanti a stringere il bullone-**

**..poi magari capita che qualcuno o qualche situazione o qualcosa ci permetta di uscire o di ritornare indietro**



**Però il rischio è quello di continuare a commettere anche banali errori...**

***“ Ci sono bambini che  
l’agonismo non lo tollerano,  
amano lo sport ma non  
l’agonismo, sarebbe come  
costringere un vegano a mangiare  
un pesce vivo! Altri che fanno  
agonismo anche mentre  
apparecchiano la tavola.  
Uno studente mi disse un giorno:  
“prof, quando finisce il  
divertimento, finisce anche lo  
sport”.***