

Propedeutica chinesiologica
7 CFU

18 ottobre 2006
Modulo A: Elementi di epistemologia delle scienze motorie

Definizioni e classificazioni del comportamento motorio
Human Motor Behaviour: definitions and classifications

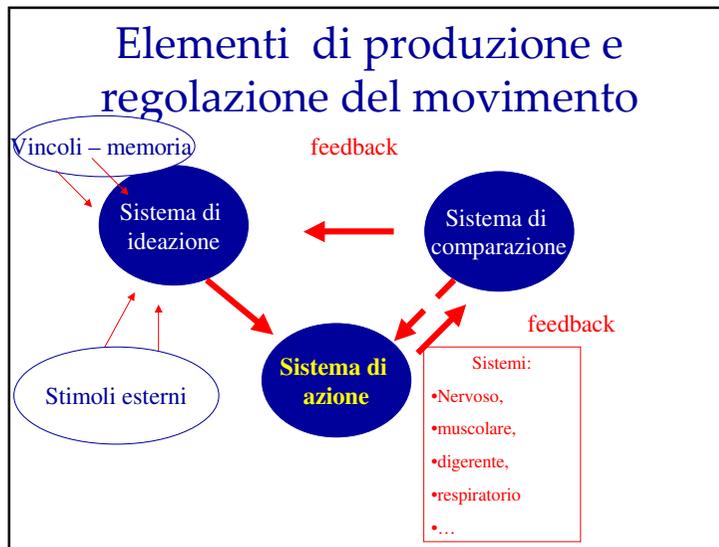
Massimo Lanza

FACOLTÀ DI
SCIENZE MOTORIE
Università degli Studi di Verona



Elementi dell'unità didattica

- Modelli di interpretazione del Comportamento motorio e movimento
 - ◆ Il concetto di schema e immagine corporea
 - ◆ Conoscenza / coscienza corporea / motoria
 - ◆ Livelli di rappresentazione del movimento (Jannerod)
 - ◆ Elementi della produzione e regolazione dei movimenti
- Classificazioni generali
 - ◆ Le Boulch – Jannerod – Schimdt
 - ◆ Volontario, involontario, automatico
 - ◆ Diretto ad uno scopo – riflesso
 - ◆ Locomotorio – manipolativo – posture
- La definizione di Capacità – abilità – tecniche – tattiche – strategie – competenze ... motorie



Feedback

- Propriocettivo sulle condizioni di partenza
 - ◆ Ambientali
 - ◆ Posizione
 - ◆ ...
- Propriocettivo relativo all'azione
- Esterocettivo sui risultati dell'azione

Schema corporeo

- ... intuizione d'insieme ... che abbiamo del nostro corpo allo stato "statico" o in movimento, nel rapporto tra le sue parti e nei suoi rapporti con lo spazio circostante, gli oggetti e gli altri (Le Boulch, 1971)
- Sentimento di " disponibilità "
- Il concetto di "immagine corporea" enfatizza accanto alle componenti cognitive quelle affettive connesse al proprio corpo

Schema motorio

- ... intuizione d'insieme ... di uno specifico atto motorio
- Definizione di una tipologia di movimento secondo le diverse possibili classificazioni

Conoscenza / coscienza ... corporea o motoria

- Possibilità di rappresentare verbalmente, graficamente o in altro modo il corpo o il suo movimento
- Consapevolezza interiore, a volte non comunicabile esplicitamente o compiutamente, del proprio corpo o del proprio movimento

Livelli di rappresentazione del movimento

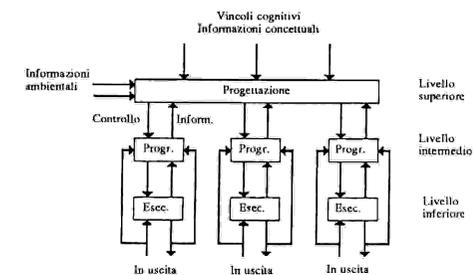


Fig. 2.

Il modello della figura 1 è stato modificato al fine di includere il concetto di struttura modulare del livello intermedio. Il livello superiore ha il ruolo dell'*ephorator* di Bernstein in quanto determina lo scopo e la sequenza temporale dell'azione.

Da Jannerod, 1991; La macchina del cervello, Vallecchi Ed. 21

Classificazioni del movimento

(1 - 2)

Le Boulch

- Tono ed espressione
- Il gesto e la mimica
- Le prassie
- Le tecniche
- Il gioco

Le Boulch, 1971

Movimenti ...

- Discreti
- Continui
- Seriali

Nicoletti, 1992

Classificazioni del movimento

(3 - 4)

Movimenti ...

- Riflesso
- Diretto ad uno scopo

Jannerod, 1991

Movimenti ...

- Riflessi
- Volontari
- Automatici

Classificazione storica della teoria del movimento italiana

Classificazioni del movimento

(5)

Movimenti ...

- Locomotori
- Manipolativi
- Non locomotori
 - ◆ ... posture

Malina, 2004

Le definizioni di

- Capacità ...
- Abilità ...
- Tecniche ...
- Tattiche ...
- Strategie ...
- Competenze ...

... motorie

Capacità motorie / fisiche

Schmidt, 2000

- Tratti stabili e duraturi che, per la maggior parte, sono determinati geneticamente e che sottendono l'esecuzione di abilità individuali

Bellotti, 1999

- ...peculiari quantizzazioni delle qualità fisiche
- Qualità = possibilità funzionali dell'organismo

Lanza (!)

- Le componenti intenzionalmente controllabili, allenabili, modificabili delle funzioni fisiologiche connesse al movimento

Abilità motorie

Schmidt, 2000

- Capacità di conseguire una prestazione con la massima certezza, il minimo dispendio di energia od il minor tempo; si sviluppa come risultato dell'esercizio
- Le capacità possono essere identificate come i fattori che determinano la prestazione

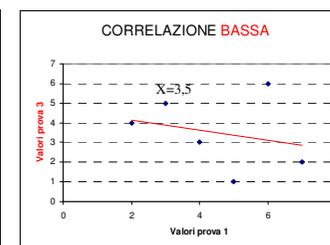
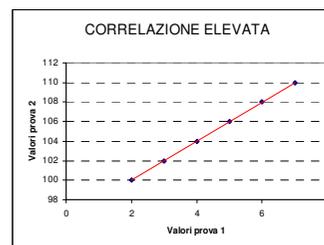
Capacità vs Abilità

Capacità	Abilità
Tratti ereditari	Sviluppate con esercizio
Stabili e durature	Modificate con l'esercizio
Poco numerose	Numerose
Sottendono l'esecuzione di molte abilità	Dipendono da diversi sottogruppi di capacità

L'identificazione delle capacità motorie

(1) (Schmidt, 2000, pag. 25 - 49)

- Una singola capacità motoria globale ?
 - ◆ Smentita dall'analisi di correlazione tra prove apparentemente simili



L'identificazione delle capacità motorie

(2)

Quali capacità motorie ?

■ 1) A prevalente caratterizzazione energetica

Forza

- ◆ statica massimale
- ◆ dinamica
- ◆ esplosiva
- ◆ resistente
- ◆ ...



Resistenza

- ◆ Aerobica
- ◆ Anaerobica

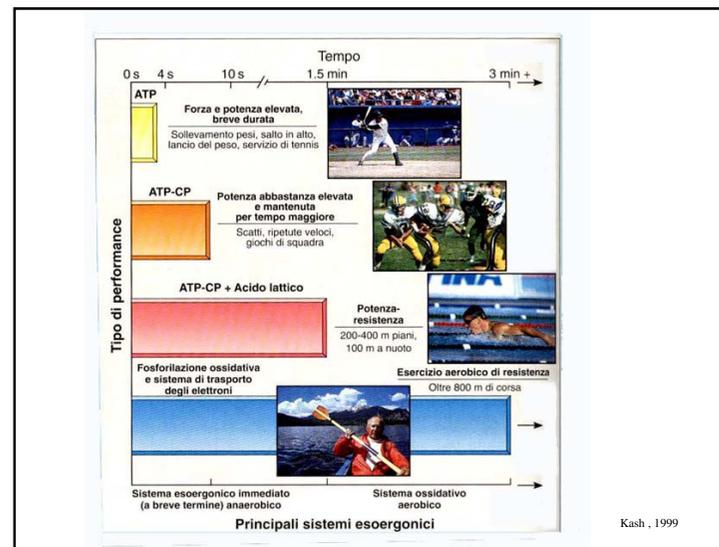
Mobilità articolare

- ◆ flessibilità dinamica
- ◆ ampiezza dei movimenti
- ◆ flessibilità
- ◆ ...

?

Velocità

- ◆ di reazione
- ◆ rapidità
- ◆ resistenza alla velocità
- ◆ ...



L'identificazione delle capacità motorie

(3)

Quali capacità motorie ?

■ 1) A prevalente controllo motorio

Equilibrio

- ◆ propriocettivo
- ◆ con afferenze visiva
- ◆ ...

Coordinazione

- ◆ tra gli arti
- ◆ precisione delle mani e dita
- ◆ ...

Controllo

- ◆ della forza
- ◆ della velocità
- ◆ ...

E molte altre ...

- ◆ Orientamento - differenziazione - ...

La scuola dello sport italiana

■ Capacità condizionali

- Forza
- Rapidità
- Resistenza
- Mobilità articolare

■ Capacità coordinative generali:

- Apprendimento
- Controllo
- Trasformazione

■ del movimento

■ Capacità coordinative speciali:

- accoppiamento
- differenziazione
- equilibrio
- orientamento
- ritmizzazione
- reazione

L'identificazione delle capacità motorie

(4)

- Quali capacità motorie concorrono nel cammino per 20 metri alla velocità di 3,5 km/h ?
- Quali capacità motorie concorrono nel camminare per 20 km alla velocità di 6 km/h ?
- Quali capacità motorie concorrono nel sollevare il maggior numero di volte possibile un peso estremamente elevato per il soggetto ?

Le altre definizioni (1)

Tecniche

- Prassie o abilità specifiche di particolari contesti lavorativi, sportivi, professionali orientate a obiettivi operativi dell'azione

Fondamentali (o Schemi motori fondamentali)

- Elementi del gioco sportivo o della disciplina caratterizzati da aspetti regolamentari, biomeccanici, fisiologici od energetici che presentano unitarietà concettuale ma possono essere realizzati con diverse modalità esecutive o tecniche
 - Servizio – difesa – attacco - ... del Volley
 - Palleggio – passaggio – tiro - ... del Basket

Tattiche

- Combinazione di tecniche individuale o collettiva con esecuzione in sequenza o contemporanea ed orientate a obiettivi intermedi dell'azione
 - ♦ Coreografie
 - ♦ Significato analogo ma in un contesto di valore espressivo e realizzate in mancanza di variabili dipendenti da avversari

Le altre definizioni (2)

Strategie

- Combinazione collettiva (raramente individuale) di tattiche orientate al raggiungimento dello scopo complessivo dell'azione

Bibliografia di riferimento dell'unità didattica

- Carraro A., Lanza M., 2004; Insegnare – apprendere in educazione fisica, armando Roma
- Le Boulch J., 1975; Verso una scienza del movimento umano, armando, Roma
- Nicoletti I., 1992; Il controllo motorio, il mulino, Bologna
- Schmidt R., Wrisberg C.A., 2000; Apprendimento motorio e prestazione. Roma, Società Stampa Sportiva
- Jannerod M.; 1991; La macchina del cervello, Vallecchi Ed.
- Meinel K., 1984; Teoria del movimento; Roma; Società Stampa Sportiva
- Malina M., Bouchard C., Oder Bar-Or; 2004; Growth, Maturation and Physical Activity; Human Kinetics; Champaign
- Bellotti P., Matteucci E.; 2000; *Allenamento Sportivo*; UTET; Torino