

**CORSO ALLIEVO ALLENATORE
PRIMO LIVELLO GIOVANILE**

**MODULO 4
PREPARAZIONE MOTORIA 1
“CENNI SUL RAPPORTO TRA MOTRICITÀ ED
ACCRESIMENTO – L’APPRENDIMENTO
MOTORIO”**

1

OBIETTIVO GENERALE DEL MODULO

**DALLE PROBLEMATICHE DELLO SVILUPPO
AUXOLOGICO DELLA PERSONA E DALLA LORO
INCIDENZA SUI PROCESSI DI APPRENDIMENTO
MOTORIO SI SVILUPPA UNA ANALISI DEI
MECCANISMI DELL’APPRENDIMENTO STESSO
FAVORITI DA OPPORTUNE STRATEGIE DI
INTERVENTO.**

© by FIRW - Centro
Qualificazione Nazionale



2

L’APPRENDIMENTO MOTORIO

- ① ASPETTI GENERALI
- ② LE STRATEGIE DI APPRENDIMENTO
- ③ L’APPRENDIMENTO PER IMITAZIONE
- ④ L’APPRENDIMENTO SIMBOLICO

© by FIRW - Centro Qualificazione
Nazionale



3

4

L'APPRENDIMENTO MOTORIO

L'APPRENDIMENTO MOTORIO PUÒ ESSERE DEFINITO COME INSIEME DI PROCESSI ASSOCIATI CON L'ESERCIZIO O L'ESPERIENZA CHE DETERMINANO UN CAMBIAMENTO RELATIVAMENTE PERMANENTE NELLA PRESTAZIONE O NELLE POTENZIALITÀ DI COMPORTAMENTO

(MAGILL, 2001; SCHMIDT E LEE, 1999; SINGER, 1980).

5

1. L'APPRENDIMENTO È UN PROCESSO DI ACQUISIZIONE DI ABILITÀ

2. È LA CONSEGUENZA DELL'ESERCIZIO O DELL'ESPERIENZA

3. NON È OSSERVABILE DIRETTAMENTE, POICHÉ I PROCESSI CHE DETERMINANO I CAMBIAMENTI NEL COMPORTAMENTO SONO INTERNI

4. PER ESSERE SEGNO DI APPRENDIMENTO, I CAMBIAMENTI DEVONO ESSERE RELATIVAMENTE PERMANENTI.

6

MIGLIORAMENTO GENERALE NEI MECCANISMI MENTALI DI ELABORAZIONE DELLE INFORMAZIONI

I MECCANISMI MENTALI DIVENTANO PIÙ RAPIDI, ECONOMICI ED EFFICACI

LE ABILITÀ ED I MOVIMENTI SI FANNO PRECISI, SICURI E FLUIDI

IL SOGGETTO È CAPACE DI CONSEGUIRE OBIETTIVI PRESTABILITI IN MANIERA STABILE, RAPIDA E PRODUTTIVA, CON IL MINIMO COSTO ENERGETICO O ATTENTIVO.

CLAUDIO ROBAZZA

MAGILL (2001) DESCRIVE LE CARATTERISTICHE DELLA PRESTAZIONE CHE INDICANO APPRENDIMENTO:

7

A) MIGLIORAMENTO. DOPO UN CERTO TEMPO L'ABILITÀ È ESEGUITA IN MODO MIGLIORE RISPETTO A PRIMA;

B) COSTANZA. L'ESECUZIONE NEI TENTATIVI SUCCESSIVI DIVIENE SIMILE. UN TERMINE COLLEGATO A TALE CONCETTO È STABILITÀ: UN NUOVO COMPORTAMENTO ACQUISITO NON VIENE FACILMENTE MODIFICATO DA PICCOLE VARIAZIONI DI CARATTERISTICHE PERSONALI O AMBIENTALI;

MAGILL (2001) DESCRIVE LE CARATTERISTICHE DELLA PRESTAZIONE CHE INDICANO APPRENDIMENTO:

8

C) PERSISTENZA. LA MIGLIORATA CAPACITÀ DI PRESTAZIONE SI MANTIENE PER PERIODI DI TEMPO SEMPRE PIÙ LUNGHI (È RELATIVAMENTE PERMANENTE);

D) ADATTABILITÀ. AUMENTA LA CAPACITÀ DI REALIZZARE L'ABILITÀ CON SUCCESSO ANCHE QUANDO SI MODIFICA LA SITUAZIONE.

**I STADIO
VERBALE-COGNITIVO O DI SVILUPPO DELLA
COORDINAZIONE GREZZA**

9

CARATTERISTICHE:
IL COMPITO È NUOVO

PROBLEMA= COMPrensione DI COSA FARE E QUAL'È LO SCOPO DELL'AZIONE

STRATEGIE ADOTTATE = VERBALIZZAZIONI SUBVOCALI SUL CONTROLLO DELL'AZIONE, PROCEDURE E MODALITÀ

VANTAGGI = STRATEGIA SPONTANEA, CREA UN APPROSSIMAZIONE DEL GESTO

SVANTAGGI = IMPEGNA NOTEVOLMENTE I PROCESSI ATTENTIVI, OSTACOLA L'ELABORAZIONE SIMULTANEA DI ALTRE INFORMAZIONI.

(SINGER, 2002; SINGER, LIDOR E CAURAUGH, 1993)

I STADIO
CARATTERISTICHE DELLA
PRESTAZIONE

10

SCADENTE
ERRORI FREQUENTI
MOVIMENTI POCO ECONOMICI
SENZAZIONI MOTORIE CONFUSE
TENSIONI MUSCOLARI E RIDUZIONE DEI GRADI
LIBERTÀ DEL MOVIMENTO
ACQUISIZIONE MOVIMENTI BASE SOLITAMENTE
RAPIDA

I STADIO
POSSIBILI STRATEGIE DA ADOTTARE

11

EVOLVERE GRADUALMENTE CON LE ACQUISIZIONI
INIZIARE DA CIÒ CHE IL SOGGETTO SA GIÀ FARE (QUANDO
POSSIBILE)
FAR NOTARE AL SOGGETTO LE SIMILITUDINI TRA LE ABILITÀ GIÀ
POSSEDUTE E QUELLE DI NUOVA ACQUISIZIONE.
USARE MODELLI ESECUTIVI, GRAFICI, DISEGNI, FILMATI ECC.
ISTRUZIONI VERBALI CHIARE, SINTETICHE, LIMITATE AGLI
ASPETTI RILEVANTI DEL COMPITO
IDENTIFICAZIONE DEGLI ASPETTI CHIAVE DEL COMPITO.
ALLE CONSEGNE VERBALI E VISIVE FARE SEMPRE SEGUIRE
L'ESECUZIONE REALE

II STADIO
STADIO MOTORIO O DI SVILUPPO DELLA COORDINAZIONE FINE

12

IL COMPITO È COMPRESO PIÙ A FONDO
L'AZIONE È PIÙ PRECISA, REGOLARE E FLUIDA
LA RAPPRESENTAZIONE MENTALE DEL GESTO È PIÙ RICCA DI
INFORMAZIONI MULTISENSORIALI
I COSTI ENERGETICI SONO RIDOTTI
LE UNITÀ MOTORIE CHE COMPONGONO L'AZIONE VENGONO
PROGRESSIVAMENTE INTEGRATE IN UNITÀ DI LIVELLO SUPERIORE
MIGLIORI CAPACITÀ DI PREVISIONE DEGLI EVENTI

13

II STADIO
STADIO MOTORIO O DI SVILUPPO DELLA COORDINAZIONE FINE

IN CONDIZIONI FAVOREVOLI IL COMPITO È SVOLTO FACILMENTE, IN
CONFORMITÀ AD UN MODELLO DI RIFERIMENTO INTERIORE
IN SITUAZIONI DIFFICILI O IMPREVISTE EMERGONO IMPERFEZIONI
ED ERRORI TIPICI DELLO STADIO PRECEDENTE DI APPRENDIMENTO
I CAMBIAMENTI DI QUESTO STADIO SONO PIÙ LENTI E GRADUALI
DELLA FASE PRECEDENTE, IN QUANTO POSSONO PROTRARSI PER
DIVERSI GIORNI, SETTIMANE O MESI

14

II STADIO
STADIO MOTORIO O DI SVILUPPO DELLA COORDINAZIONE FINE

POSSIBILI STRATEGIE DA ADOTTARE

A LIVELLO DIDATTICO È IMPORTANTE FAVORIRE
L'INTROSPEZIONE E L'ANALISI DELL'ESECUZIONE
RICHIEDENDO UNA DESCRIZIONE DELLE SENSAZIONI
PERSONALI COLLEGATE ALL'AZIONE

È IMPORTANTE MODIFICARE GRADUALMENTE E
SISTEMATICAMENTE I FATTORI DI VARIABILITÀ, AD ESEMPIO
PROPONENDO DIVERSE VELOCITÀ ESECUTIVE, RICHIEDENDO
REAZIONI RAPIDE E DIVERSIFICATE A STIMOLI IMPROVVISI E
MODIFICANDO GLI SPAZI DI AZIONE.

15

III STADIO - STADIO AUTONOMO O DI SVILUPPO DELLA
DISPONIBILITÀ VARIABILE

Il terzo stadio è raggiunto a seguito di una grande quantità di
pratica,

potenzialmente non è mai concluso

III STADIO - STADIO AUTONOMO O DI SVILUPPO DELLA
DISPONIBILITÀ VARIABILE

16

I PROGRAMMI MOTORI RAGGIUNGONO UN LIVELLO ELEVATO DI PERFEZIONAMENTO
L'AZIONE È ACCURATAMENTE CONTROLLATA
IL COMPITO È SVOLTO CON SICUREZZA
L'ESECUZIONE È COORDINATA ED EFFICACE ANCHE IN SITUAZIONI DIFFICILI,
VARIATE ED IMPREVISTE
LE SENSAZIONI MOTORIE PRECISE E DETTAGLIATE SONO FACILMENTE COLLEGATE
ALLE SPIEGAZIONI TEORICHE DELL'AZIONE
LA RAPPRESENTAZIONE MENTALE MULTISENSORIALE CONSENTE LA CORREZIONE
DEL MOVIMENTO ATTRAVERSO UN PRECISO CONFRONTO FRA RISULTATO ATTESO E
RISULTATO REALE

III STADIO - STADIO AUTONOMO O DI SVILUPPO DELLA
DISPONIBILITÀ VARIABILE

17

LE OPERAZIONI MENTALI SONO AUTOMATIZZATE DALLA PERCEZIONE
ALL'EFFETTUAZIONE
L'ATTENZIONE NON È PIÙ RIVOLTA AI COMPITI DI CONTROLLO MOTORIO
MAGGIORE ATTENZIONE PER L'ANALISI DELLE INFORMAZIONI AMBIENTALI

PRESTAZIONE DI ALTO LIVELLO

III STADIO - STADIO AUTONOMO O DI SVILUPPO DELLA
DISPONIBILITÀ VARIABILE

18

I MIGLIORAMENTI SONO LENTI E DI MINORE ENTITÀ
RISPETTO ALLE FASI PRECEDENTI
COMUNQUE POSSIBILI

RIDURRE IL LINGUAGGIO INTERIORE (DISTURBO DELL'AZIONE
AUTOMATIZZATA)
ESPERIENZE MOLTO VARIATE ED INSERIRE DIFFICOLTÀ AGGIUNTIVE
AMPLIARE IL REPERTORIO DI ADATTAMENTI E RISPOSTE DELL'ALLIEVO

MODELLING

22

FATTORI CHE INFLUENZANO IL MODELLING

SOMIGLIANZA DELLE PRESTAZIONI
SOMIGLIANZA DELLE CARATTERISTICHE PERSONALI TRA
OSSERVATORE E MODELLO
MOLTEPLICITÀ E VARIETÀ DEI MODELLI
LA COMPETENZA DEL MODELLO

*L'identificazione che si instaura tra modello e modellato è
fondamentale.*

MODELLING

23

L'ATTENZIONE DELL'OSSERVATORE È RIVOLTA VERSO IL
MODELLO. TALE ATTENZIONE SI RIVOLGE A LUI ANCHE SENZA
ESSERE RINFORZATA O PREMIATA.
L'OSSERVATORE DEVE COGLIERE IL COMPORTAMENTO
OSSERVATO COME MODELLO VALIDO DA APPRENDERE (ALTO
COINVOLGIMENTO NEI CONFRONTI DEL MODELLO).
DEVE ESISTERE LA CAPACITÀ DI RICORDARE E RICHIAMARE IL
MODELLO COMPORTAMENTALE A DISTANZA DI TEMPO QUANDO
SI SVILUPPANO LE SITUAZIONI ADEGUATE.

LA TEORIA DELL'APPRENDIMENTO SIMBOLICO (SACKETT, 1934)

24

La ripetizione mentale rappresenta un importante occasione
per l'atleta di riflettere ulteriormente sulla sequenza dei
movimenti propri di un gesto tecnico complesso.
(Feltz e Landers, 1983)

Fornisce al soggetto l'opportunità di allenare gli elementi
simbolici di un compito motorio e di preparare/pianificare
mentalmente la prestazione
(Bandura, 1969)

APPRENDIMENTO
SIMBOLICO-RICOSTRUTTIVO VS PERCETTIVO-MOTORIO

25

IL MECCANISMO FONDAMENTALE
DELL'APPRENDIMENTO SIMBOLICO-
RICOSTRUTTIVO È QUELLO DI "DECODIFICARE
SIMBOLI E RICOSTRUIRE NELLA MENTE CIÒ A CUI
ESSI SI RIFERISCONO" E QUESTO RICHIEDE UNO
SFORZO IMMENSO DI COMPrensIONE E
CONCETTUALIZZAZIONE, IN MODO PARTICOLARE
AL BAMBINO IN ETÀ SCOLARE.

APPRENDIMENTO
SIMBOLICO-RICOSTRUTTIVO VS PERCETTIVO-MOTORIO

26

L'APPRENDIMENTO
PERCETTIVO - MOTORIO AVVIENE ATTRAVERSO LA
PERCEZIONE E L'AZIONE MOTORIA SULLA REALTÀ
ATTRAVERSO UN PROCESSO DI CONOSCENZA
FATTO PER *prove ed errori*.

FUNZIONE DELL'ALLENATORE - ISTRUTTORE

27

AGISCE DA MODELLO ED È
DISPONIBILE A ORIENTARE,
GUIDARE E CORREGGERE IL FARE
ESPERENZIALE DEL ALLIEVO.

FRANCESCO ANTINUCCI
