



La Metodologia dell'Insegnamento Sportivo

Claudio Mantovani

Metodologie e strategie dell'Insegnamento Sportivo

Area molto interdisciplinare con contributi multipli:

psicologia

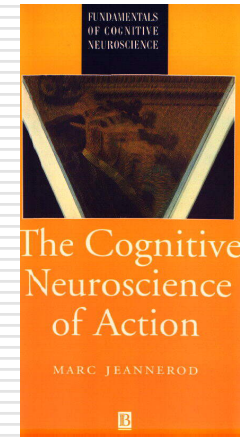
scienze della formazione
(discipline didattiche)

sociologia

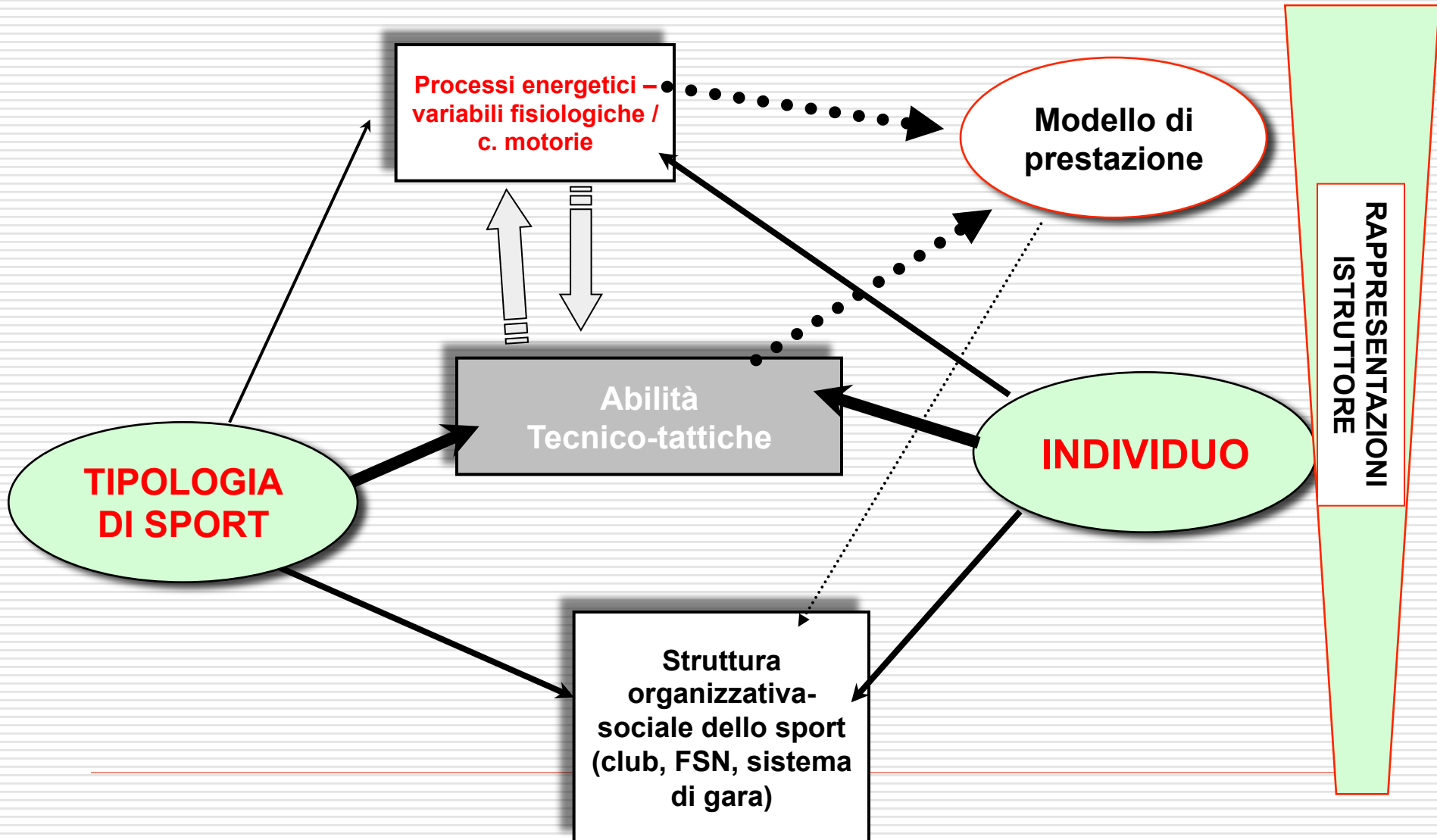
Ma anche contigua a:

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 sportiva praticata
 - Sviluppare una documentazione sulle attività condotte
 - Organizzare le attività in modo efficace e adeguato ai tempi e 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 motivare**
 - Sapere motivare gli allievi ad impegnarsi costantemente in allenamento per raggiungere i diversi obiettivi
 - **Saper comunicare**
 - Entrare in relazione con gli allievi e comunicare efficacemente con loro, fornendo le istruzioni e le indicazioni più opportune
 - **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
-

Domande fondamentali

- Cosa insegno?
 - A chi insegno?
 - Dove insegno?
-

I destinatari: gli allievi

- Somiglianti ma unici
 - Con specificità che influenzano l'insegnamento
 - Motorie (Coordinative/condizionali)
 - Tecniche specifiche
 - Strutturali: antropometriche, posturali, etc.
 - Affettive- emotive
 - Motivazionali
 - Cognitive
 - Sociali
-

Un esempio reale di eterogeneità

- A 7 anni (classe di 24 bambini; di cui 13 F)
 - Sui 30m.
 - La migliore 5"67 (30° percentile delle 11enni) ovvero 19,1 km/h
 - La peggiore 8"19 (13 km/h)
 - Nel salto in lungo con rincorsa
 - La migliore 3,87
 - La peggiore 1,14
-

**movimento
volontario**

**lento
dispendioso
cosciente**

**attraverso
numerose
ripetizioni**

**movimento
automatizzato**

**movimento
riflesso**

**veloce
economico
incosciente**

Definizione delle Abilità tecniche (Skills)

Forme specifiche
di

“**problem
solving**”

**automatizzate
con la
ripetizione**

AZIONI E CLASSI DI
SITUAZIONI E NON
“GESTI”



Il paradosso di Bartlett: ripetere senza ripetere

- Quando effettuo un colpo... non produco qualcosa di assolutamente nuovo, ma non ripeto mai qualcosa di vecchio” (1932)



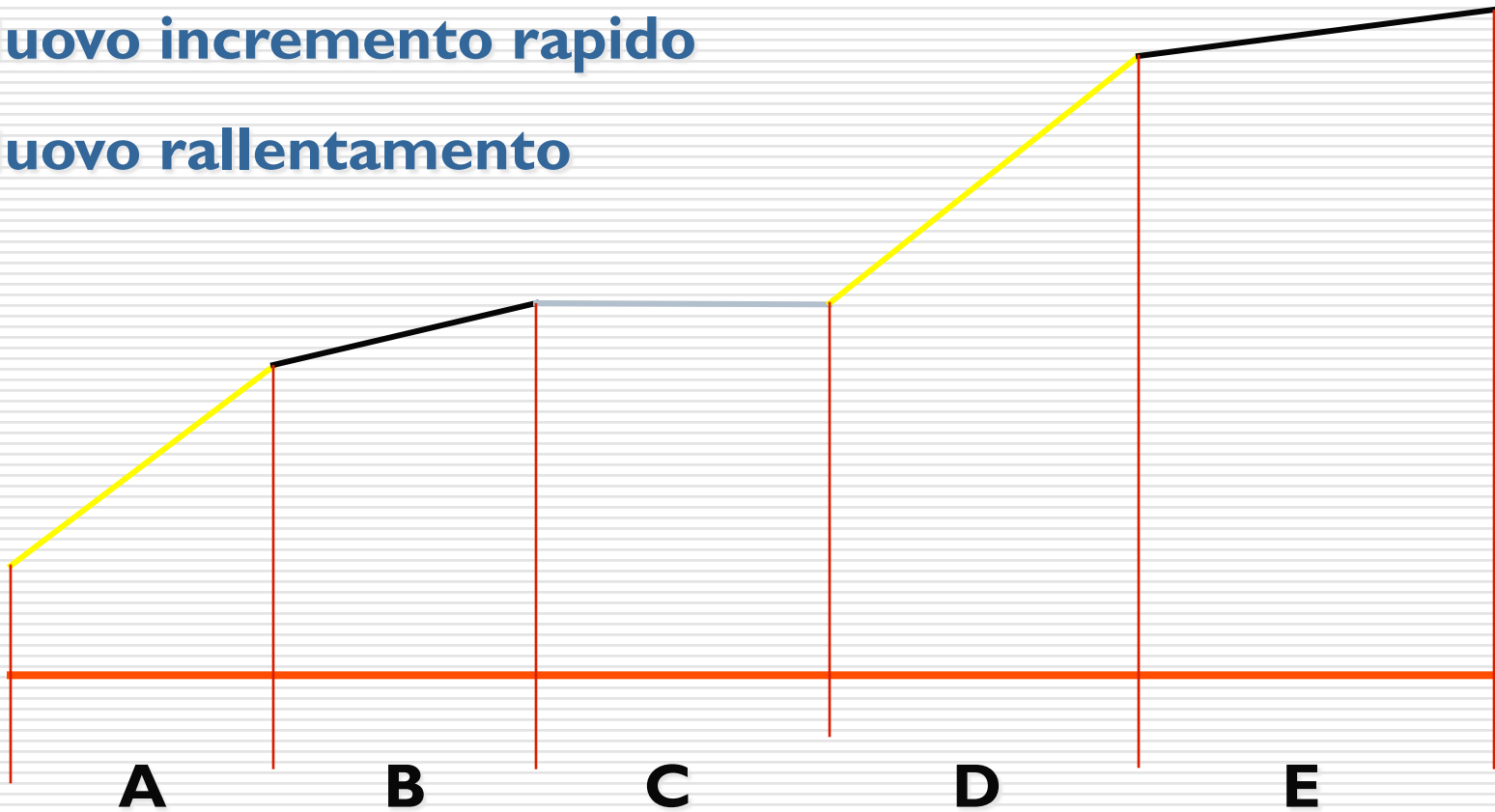
Incremento rapido

Rallentamento

Consolidamento, stasi

Nuovo incremento rapido

Nuovo rallentamento



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%

