



La Metodologia dell'Insegnamento Sportivo

Claudio Mantovani

Metodologie e strategie dell'Insegnamento Sportivo

Area molto interdisciplinare con contributi multipli:

psicologia

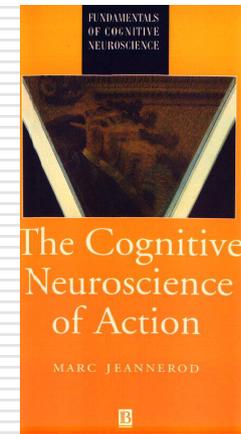
scienze della formazione
(discipline didattiche)

sociologia

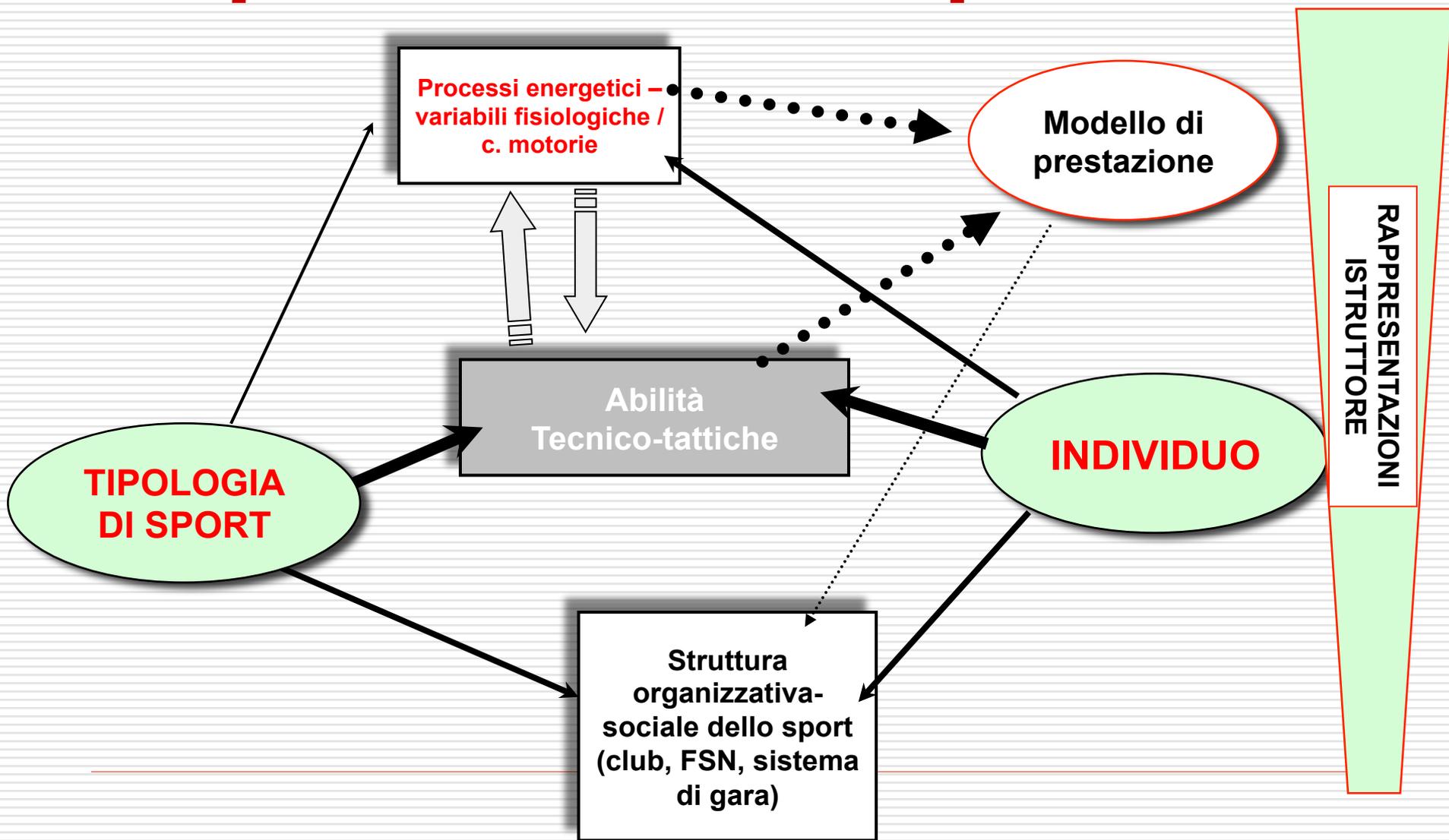
Ma anche contigua a:

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
 - **Sapere 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)

**Solidità della
performance**

**Incertezza della
performance**



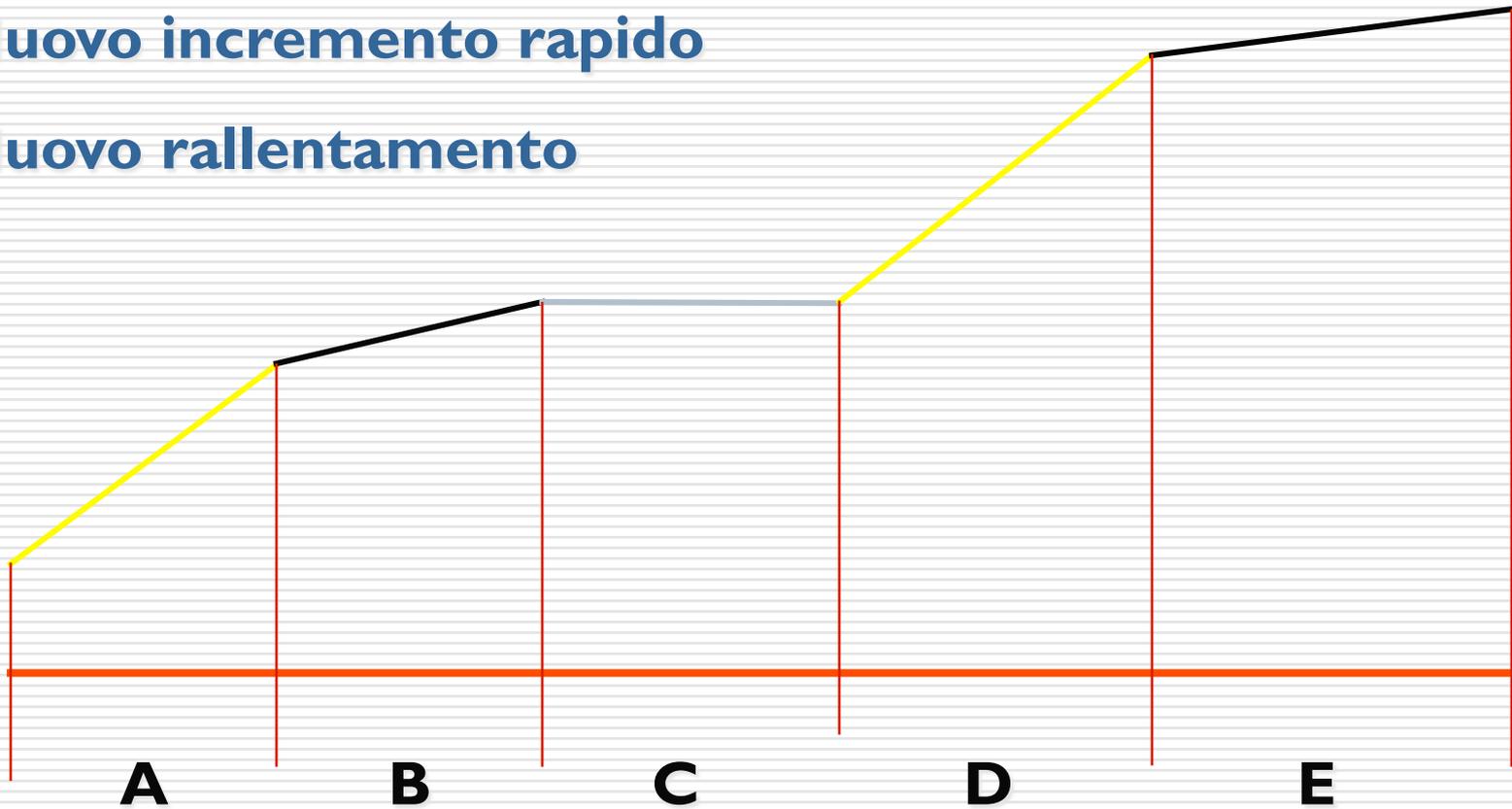
Incremento rapido

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%

