

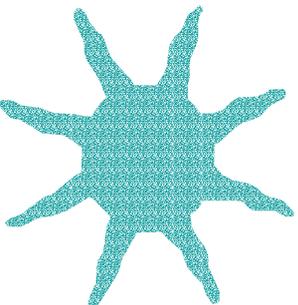
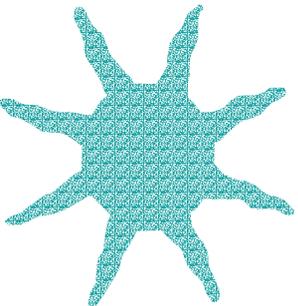
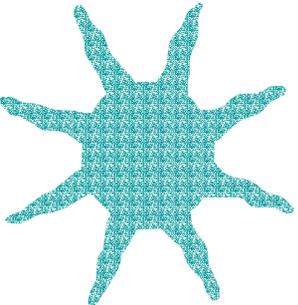


Argomenti del modulo:

- La comunicazione per un insegnamento efficace
- La motivazione
- Definizione e condivisione degli obiettivi
- Gli stili di insegnamento

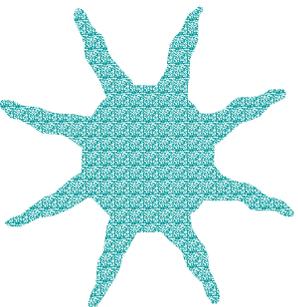
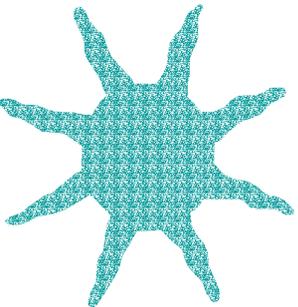
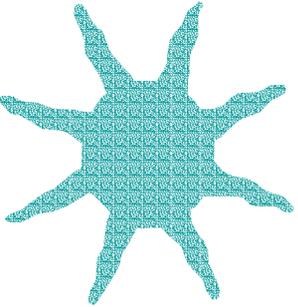
Relatore Prof. **Giuseppe DIMICHINO**

Bari 1 Maggio 2003





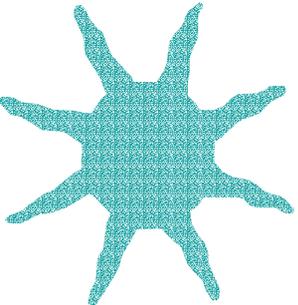
La comunicazione si basa sulla trasmissione diretta ed efficace di impulsi che agiscono nell'immediato, in modo comprensibile, stimolante e in grado di attirare l'attenzione. Deve tener conto, tra l'altro,



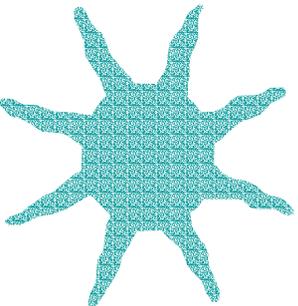
- 1. Dell'età**
- 2. Del Sesso**
- 3. Del livello di apprendimento**
- 4. Deve essere riferita all'azione motoria**



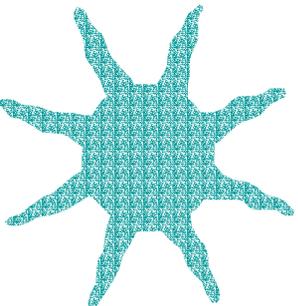
Le informazioni devono essere trasmesse in 3 momenti distinti:



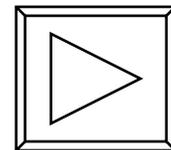
1. Prima dell'inizio dell'azione motoria
(Informazioni preliminari o preparatorie)



2. Durante l'esecuzione dell'azione



3. Dopo l'esecuzione dell'azione



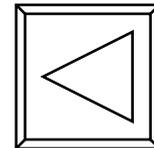
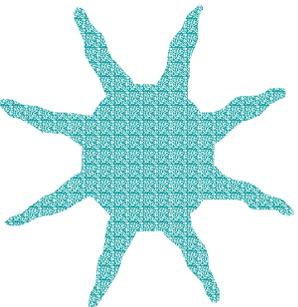
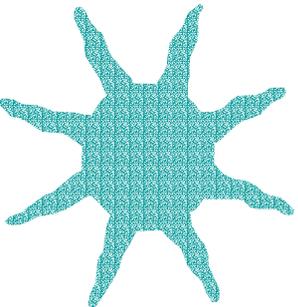
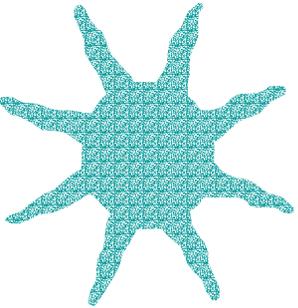


PRIMA

Si dirige l'attenzione verso i punti cruciali del compito assegnato e dell'azione motoria;

Gli atleti preventivamente informati hanno più tempo per "attrezzarsi"; saranno difficilmente colti di sorpresa e quindi meno insicuri

Si preparare in modo mirato l'esecuzione dell'azione.





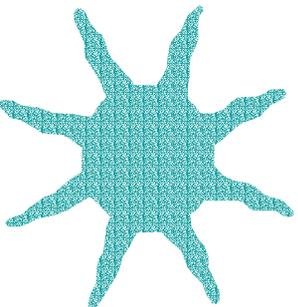
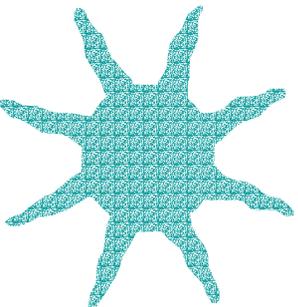
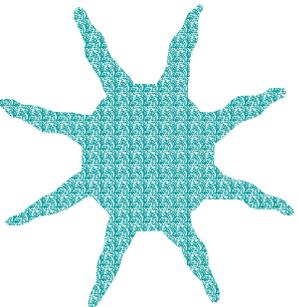
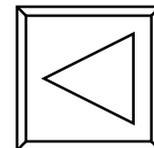
DURANTE

In questa fase tali informazioni possono risultare utili esclusivamente in sport a predominante azione aciclica (quindi vanno bene nel volley), a patto che siano:

programmate, mirate, e calibrate cioè brevi e se possibile, positive.

Si limitino a un aspetto cruciale del gioco

Siano stereotipate, prevedano, cioè, sempre gli stessi cenni, segnali o parole, divenendo più efficaci grazie alla maggiore comprensibilità e chiarezza.



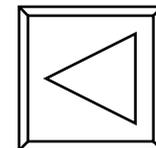
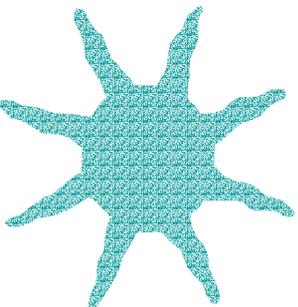
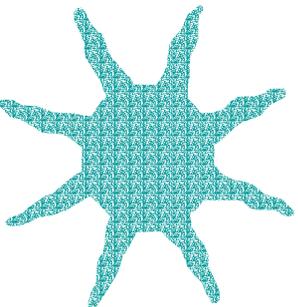
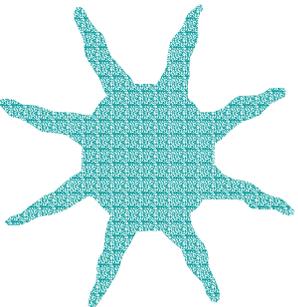


D O P O

Serve a fare il punto tra ciò che si voleva eseguire e ciò che è stato eseguito, pertanto hanno efficacia se:

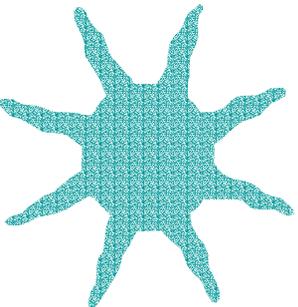
s'incontrano con un'elevata e costante disponibilità dell'atleta ad una azione collaborativa mirante alla correzione dell'errore, evidenziando cosa deve essere fatto di diverso, di migliore o di inalterato nella successiva prova, come deve essere fatto e perché;

hanno un effetto di sprone o di sfida in un rapporto equilibrato tra correzione e rinforzo



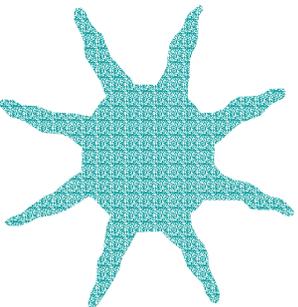


Oltre ad essere trasmesse in vario modo, le informazioni possono anche essere recepite in vario modo, e cioè:



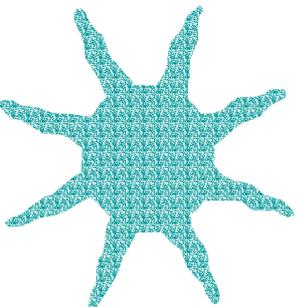
1. A livello cinestetico

2. A livello vestibolare



3. A livello visivo

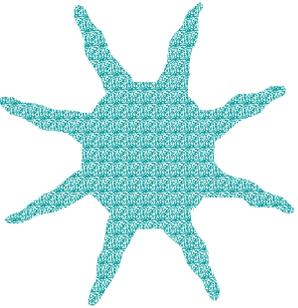
4. A livello acustico



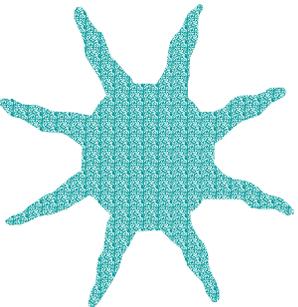
5. In modo mediato attraverso apparecchiature



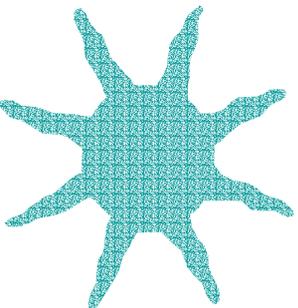
Esistono 3 diversi livelli di comunicazione:



➤ Il primo di natura **TECNICO** : conoscenza dell'argomento tecnico che dobbiamo insegnare



➤ Il secondo di natura **SEMANTICO** correttezza della terminologia usata in relazione al contesto



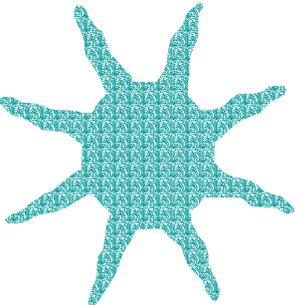
➤ Il terzo di natura **PSICOLOGICO** : e si basa soprattutto sull'uso del rinforzo



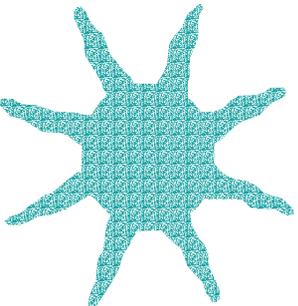
TECNICO



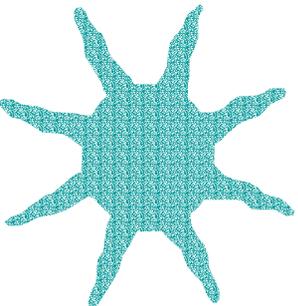
L'importanza di questo livello è in relazione alle fasce di età in cui si andrà ad operare. In particolare:



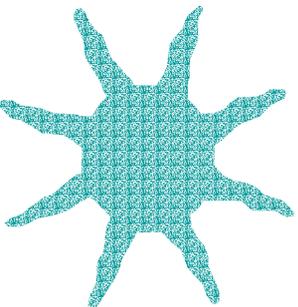
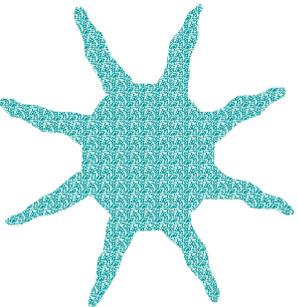
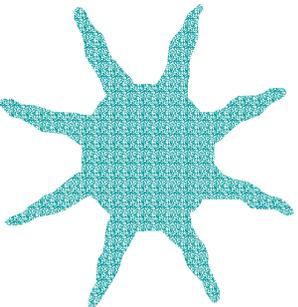
In età compresa tra i 6 ed i 10 anni (minivolley) le competenze tecniche necessarie sono di basso profilo. In questo caso si privilegia l'apprendimento *sulla base delle immagini*, pertanto l'impiego dei mezzi visivi assume un ruolo decisivo, ideale per favorire il processo di feedback



L'età compresa tra gli 11 ed i 13 anni (U/13) vede le capacità coordinative stabilizzate (sviluppo intensivo compreso tra i 6 e i 10 anni), pertanto è possibile cominciare ad insegnare la tecnica utilizzando il metodo delle ripetizioni.



TECNICO

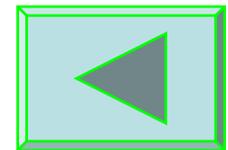
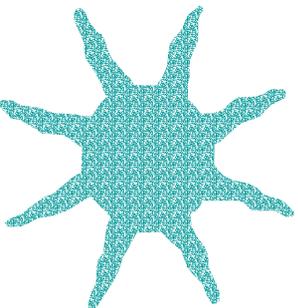
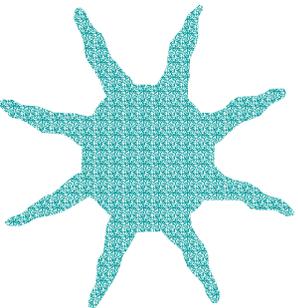
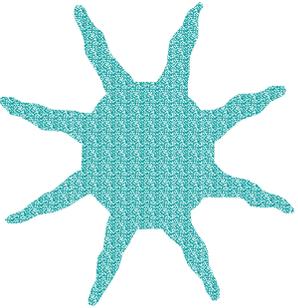


In età compresa tra i 14 ed i 17 anni (U/15 – U/17) le competenze tecniche vanno affinate, è necessario cominciare a lavorare sulle capacità condizionali, pertanto la comunicazione deve presupporre l'utilizzo di forme di comunicazione tecniche specifiche, che favoriscano anche la costruzione di quella che va sotto il nome di “*componente culturale di un atleta*”.



Oltre i 17 anni il livello di comunicazione tecnica assume una grandissima importanza perché

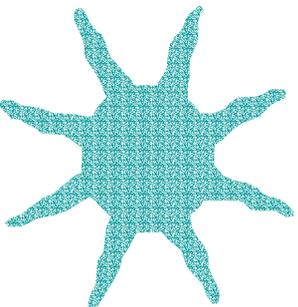
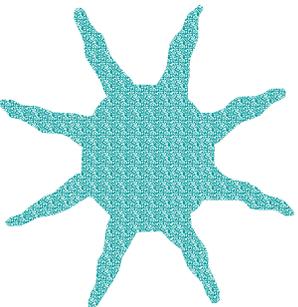
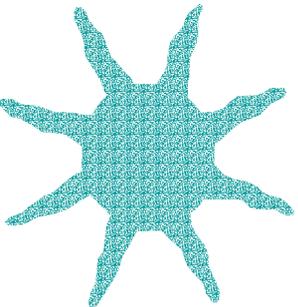
1. il dosaggio quantitativo e dinamico della trasmissione delle informazioni deve coinvolgere in modo attivo e creativo gli atleti in modo tale da favorire lo sviluppo di quelle capacità che devono portare gli stessi ad imparare a organizzare autonomamente le informazioni che riterranno importanti. Lo sviluppo di tali capacità saranno fondamentali per il futuro sviluppo delle capacità di elaborazione tattica
2. tanto più il tecnico sarà bravo nell'interpretare questa fase, tanto più saldo sarà la stima professionale che l'atleta avrà nei suoi riguardi.





SEMANTICO

Anche questo livello, caratterizzato da un profilo elevato, è da considerarsi in funzione dell'età in quanto per essere compresi è indispensabile utilizzare una terminologia adeguata all'età di comprensione dell'allievo. Per poter favorire un'utilizzazione efficace delle informazioni, si possono utilizzare anche metodiche basate sui processi cognitivi del vissuto motorio, ponendo all'allievo domande mirate del tipo: *“su cosa sentivi il peso del corpo mentre effettuavi la rullata?”* – *“In quale punto dell'arto superiore hai sentito impattare la palla nell'azione di muro?”*.





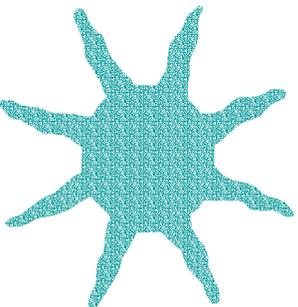
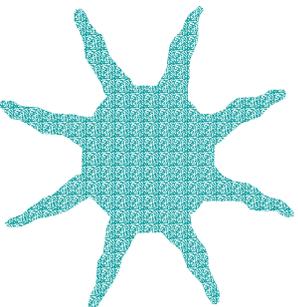
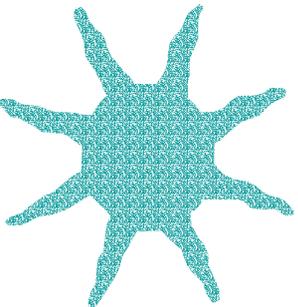
SEMANTICO

A questo livello della comunicazione esistono due principi chiari a cui obbedire:

➤ **Il principio della chiarezza (o della dimostrazione)**

Il principio postula, al di là della percezione, l'approfondimento e l'ampliamento dell'offerta di informazioni e la loro comprensibilità non soltanto di natura mentale.

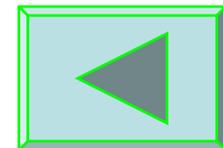
Tramite la dimostrazione si aumentano le probabilità di chi apprende di riuscire a decodificare meglio il messaggio di chi insegna.



➤ Il principio della consapevolezza

Attraverso la *consapevolezza*, il rapporto con l'apprendimento che viene offerto diventa più impegnato ed efficiente.

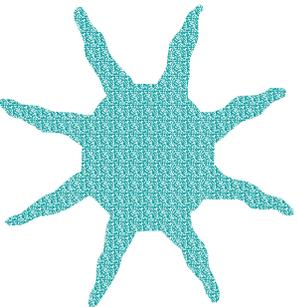
La coscienza della giusta sensazione del movimento, è uno dei “*leitmotiv*” dell'impostazione del processo d'apprendimento e d'allenamento. Il raggiungimento di un livello conscio del vissuto motorio incrementa l'efficacia dell'apprendimento.



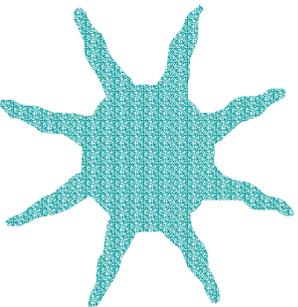


PSICOLOGICO

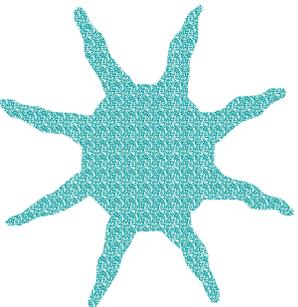
Per rinforzo, in generale, si intende qualsiasi cosa che accresca le probabilità di fare accadere un certo atto o un certo comportamento



Nello specifico va inteso come incoraggiamento, e correzione diretta e immediata. Questo livello raggiunge il profilo più elevato in ambito relazionale tra educatore ed allievo. Il rinforzo è valido solo se riguarda:



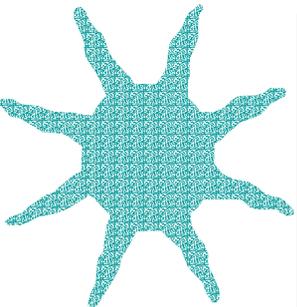
- 1. La prestazione e non il risultato**
- 2. L'impegno piuttosto che il successo**
- 3. Il comportamento oltre l'apprendimento**



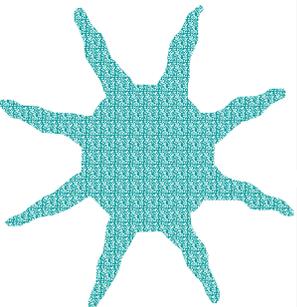


1. comunicazione

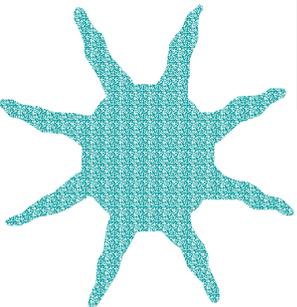
Le informazioni, che vengono fornite sotto forma di rinforzo, sono feedback particolari:



Quando l'azione è svolta correttamente, il **rinforzo è positivo**, in quanto ciò che è stato eseguito bene viene messo in risalto. Viene comunicato che questo o quell'aspetto della soluzione del compito è stato realizzato in modo efficace.



Quando l'azione non è svolta correttamente *il rinforzo è sempre positivo se concentrato sulla **correzione degli errori.***



Si tratti di conferma o di correzione, entrambi i tipi di feedback dovrebbero essere sempre costruttivi.



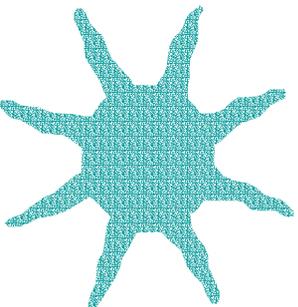
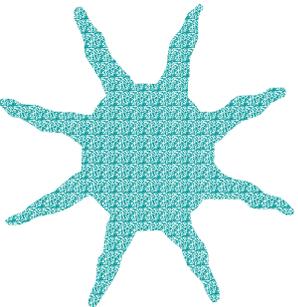
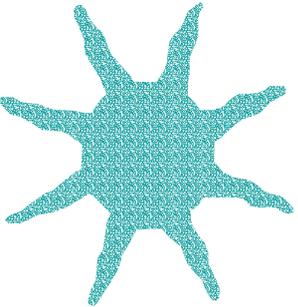
I rinforzi possono essere:

➤ **Diretti**

L'errore individuato viene nominato, reso cosciente, spiegato e, eccezionalmente, dimostrato.

➤ **Indiretti**

L'essenza della correzione indiretta degli errori consiste, invece, in una azione sulle forze esterne che possono influenzare il movimento. Esempio: se si hanno dei problemi con gli angoli di rimbalzo a muro, si può fare effettuare l'azione di muro stando in piedi su una panca, in modo da eliminare l'azione di salto facendo concentrare l'azione del “*muratore*” sulle sole mani.

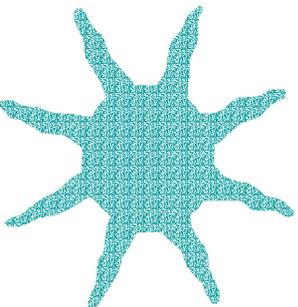
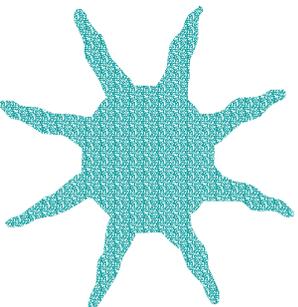
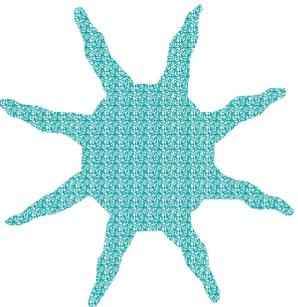


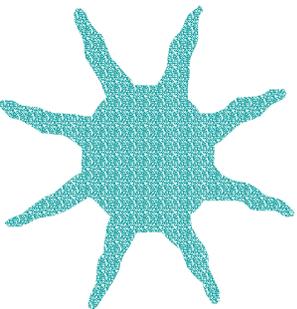
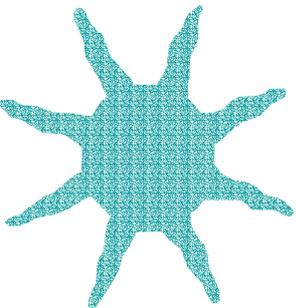
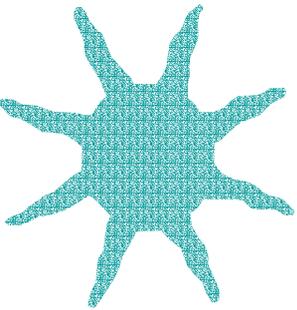


In generale si dovrebbe evitare di fornire delle indicazioni correttive durante l'esecuzione di un movimento di breve durata (generalmente aciclico, tipico, quindi, volley). Infatti esse *disturbano* l'apprendimento, in quanto non possono essere né rielaborate, né realizzate. Un'eccezione è rappresentata dai richiami forniti con una sola parola, come, ad esempio “**salta!**”.

I rinforzi, comunque, dovrebbero limitarsi a informazioni

- **Chiare**
- **Brevi**
- **Comprensibili**





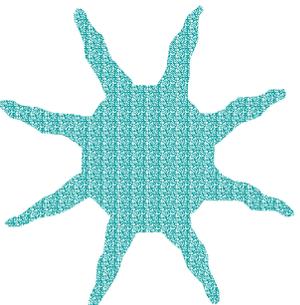
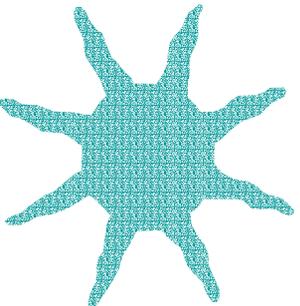
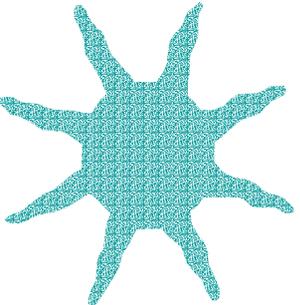
Per concludere, un aspetto molto importante riguarda la percezione. Infatti grazie all'addestramento della percezione di se e dei propri movimenti, si potrebbe accedere allo sviluppo di capacità legate all'autonomia e all'autoattivazione del processo di correzione, che dovrà essere il punto di arrivo di una giusta metodologia della didattica che porti, nelle fasi successive della crescita motoria ad una drastica riduzione dei problemi legati alla comunicazione tra educatore sportivo e allievo prima, ed allenatore ed atleta poi.



La **MOTIVAZIONE** è un fenomeno talmente complesso che spesso risulta difficile capire in quale modo incide sulle decisioni e sul comportamento.

Spesso non è chiaro il meccanismo che ci induce a fare o a voler fare certe cose, ma sicuramente la motivazione influisce su due meccanismi:

- **Quanto impieghiamo a svolgere un determinato compito**
- **Come svolgiamo un determinato compito**



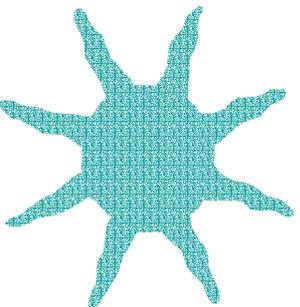
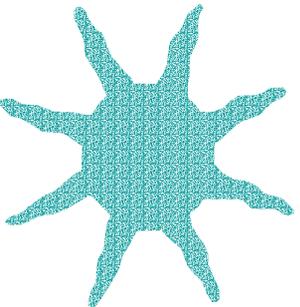
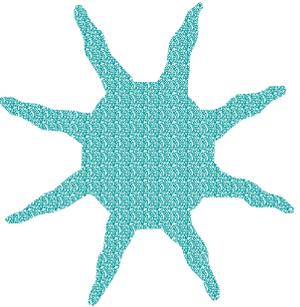


Indubbiamente all'interno di un processo i livelli di motivazione devono essere ottimali sia immediatamente prima che durante la prestazione, ma

ATTENZIONE

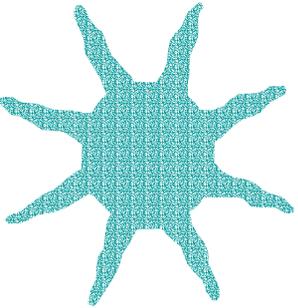
Non sempre più forte è la motivazione, meglio è, anzi:

molte volte atleti stimolati in modo eccessivo non danno prestazioni ottimali, e risulta estremamente difficile trovare la motivazione che meglio si addice alle singole esigenze.

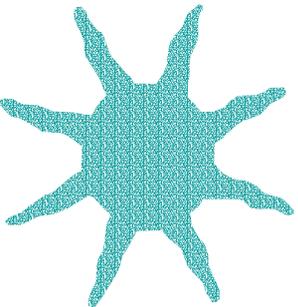




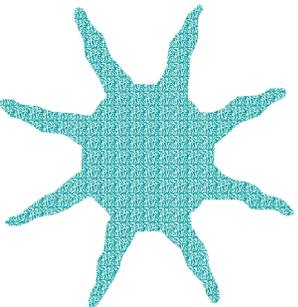
Fatta questa premessa di carattere generale, noi possiamo distinguere nel nostro sport tre tipi di motivazioni che devono essere sempre presenti negli atleti:



1. Migliorare la tecnica individuale per rapportarla alle situazioni di gioco



2. Migliorare gli aspetti condizionali



3. Ricercare il risultato

Questi 3 aspetti sono, ovviamente, strettamente correlati tra di loro, ma vanno curati, da parte dell'allenatore, ed anche "*allenati*" con modalità differenti.

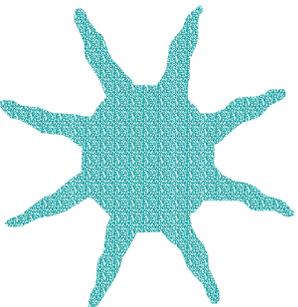
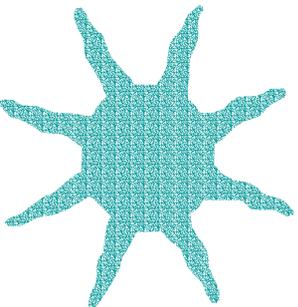
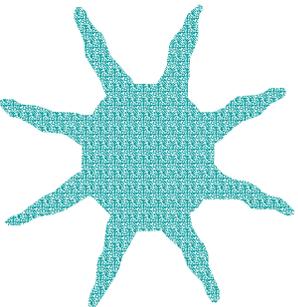


Migliorare la tecnica individuale per rapportarla alle situazioni di gioco

Bisogna inculcare negli atleti il concetto di lavorare sempre per migliorare. Non bisogna mai accontentarsi di quello che si sa fare o del risultato che si è ottenuto.

Questo tipo di motivazione rientra nelle cosiddette
“MOTIVAZIONI INTRINSECHE”

Per ottenere questo i piani per la realizzazione degli scopi devono essere realistici e spiegati per bene ad ogni inizio di allenamento





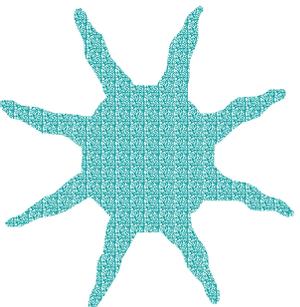
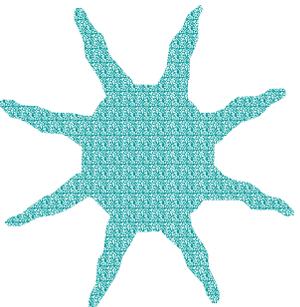
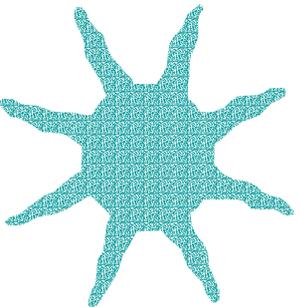
Nella pratica del lavoro quotidiano, questo concetto si estrinseca attraverso due momenti:

- **Le competenze tecniche che l'allenatore deve avere**
- **Il sistema dei premi**

Anche quest'ultimo punto va allenato come qualunque altra componente tecnica o condizionale.

Mediante il sistema dei premi si può indurre chi è scarsamente "*interessato*" a partecipare ad un'attività per primeggiarvi.

Questo sistema si basa sul prevedere premi o punizioni in funzione di quello che si sarebbe o non si sarebbe dovuto fare.





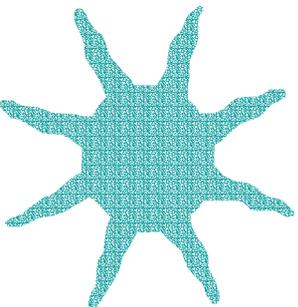
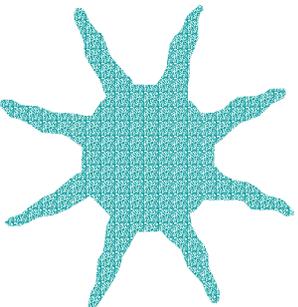
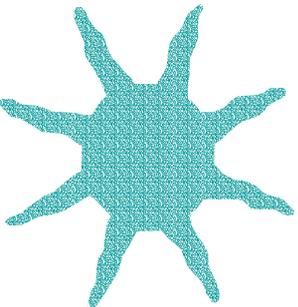
I premi possono essere:

incentivi a partecipare al lavoro (chi non raggiunge determinati obiettivi guarda gli altri che lavorano),

incentivi a terminare prima degli altri un lavoro (chi raggiunge determinati obiettivi va prima sotto la doccia),

aggravare di un surplus di lavoro chi non raggiunge l'obiettivo (suicidio)

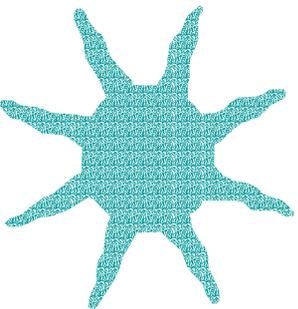
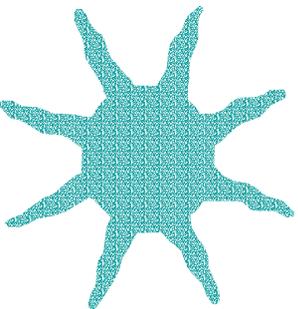
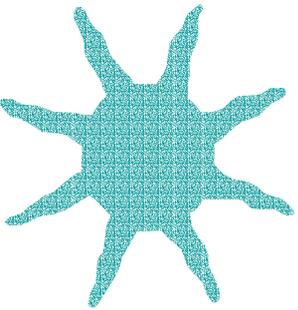
Starà alle capacità dell'allenatore capire quale delle due metodiche applicare, considerando il momento dell'allenamento e le caratteristiche psicologiche di ciascun atleta. In entrambi i casi, il provvedimento adottato potrà essere considerato dall'atleta stesso una punizione o un rinforzo





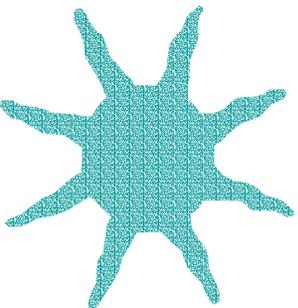
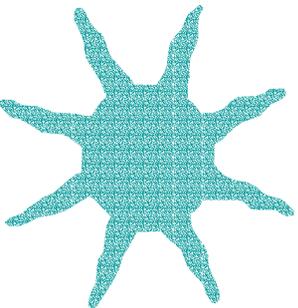
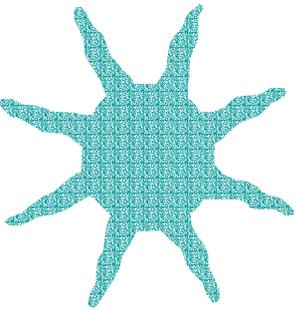
Personalmente ritengo che sia preferibile utilizzare i “*suicidi*” quando si vuole evidenziare una negligenza di gruppo, sviluppando maggiormente il concetto di squadra (il sestetto che perde, fa suicidio), mentre se si vuole cercare di far capire al singolo individuo che deve lavorare meglio sia tecnicamente che, soprattutto, mentalmente, per raggiungere lo scopo (ad esempio migliorare un colpo di attacco specifico) è preferibile utilizzare la “*punizione*” di guardare gli altri.

Mentre della prima metodica si può anche abusare, quest’ultima è bene usarla con parsimonia, in quanto potrebbe innescare processi di scarsa autostima, o di scarsa sicurezza nell’atleta che potrebbe vivere il fallimento in maniera così penosa da essere sempre più demotivato ad impegnarsi.





2. motivazione

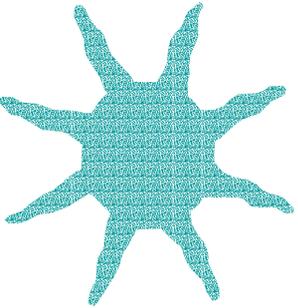


La componente essenziale, però, ai fini del mantenimento elevato della motivazione rimane eminentemente tecnica. Le esercitazioni proposte devono essere, compatibilmente con la propria programmazione, il più possibile ai limiti delle capacità tecniche dei propri atleti. Un compito troppo facile risulterebbe inevitabilmente noioso, e causerebbe una diminuzione del livello di apprendimento e quindi di motivazione.

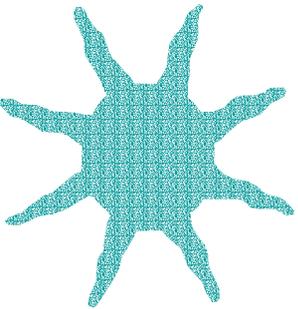
All'interno della programmazione dei singoli cicli settimanali di lavoro, infatti, ci dovranno essere microcicli o sessioni di lavoro di scarico che inevitabilmente creeranno problemi di attenzione.



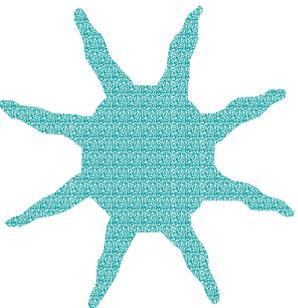
Migliorare gli aspetti condizionali



Questo, soprattutto a livello femminile, è il compito più difficile e rientra nelle capacità comunicative che un allenatore deve avere per cercare di accrescere il bagaglio culturale di ogni atleta.



Ogni atleta deve essere motivato a lavorare, anche da solo, sugli aspetti condizionali che il suo allenatore riterrà opportuno sviluppare, sia per il mantenimento della condizione fisica (quando le gambe reggono tutto diventa più facile) sia per preservare il proprio apparato locomotore da tutti quelli che sono i traumi tipici di questo sport (frequentissimi a tutti i livelli, e ormai a tutte le età).



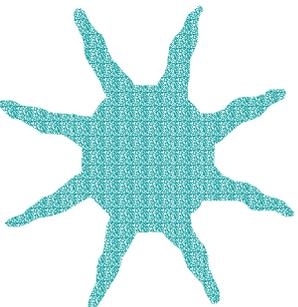
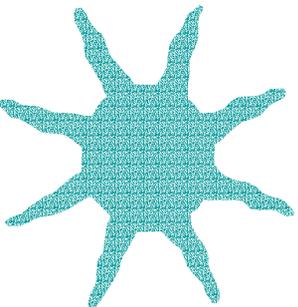
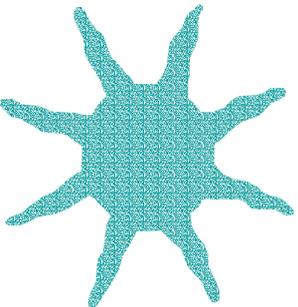


Ricerca il risultato

Questo, apparentemente, è il compito più facile per un allenatore, ma troppo spesso viene dato per scontato.

Non penso che sulla carta ci siano atleti che giochino per perdere. Tutti vanno in campo convinti di vincere. Ma questo non significa avere la motivazione e cercare sempre il risultato.

Creare una motivazione in tal senso, che sia valida sia quando si incontrano avversari definibili “*scarsi*”, sia quando si incontrano avversari definibili “*troppo forti*”, contribuisce a creare la cosiddetta “*mentalità vincente*”, che non è assolutamente un concetto astratto.

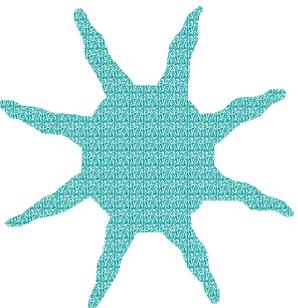
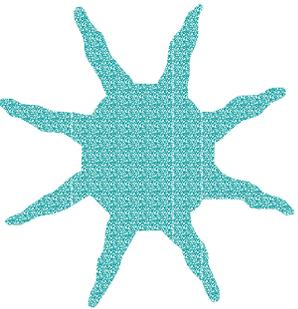
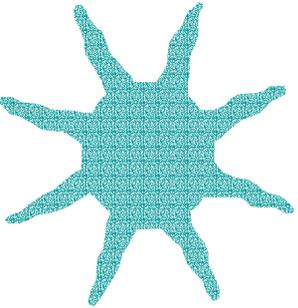




Ogni prestazione è determinata dai cosiddetti fattori causativi definiti “**ATTRIBUZIONI**”, essi sono:

- **L'abilità**
- **L'impegno**
- **La fortuna**
- **La difficoltà che l'attività presenta**

I primi due sono fattori intrinseci. Gli altri due attengono alla situazione e quindi vanno considerati estrinseci, cioè non influenzabili direttamente.

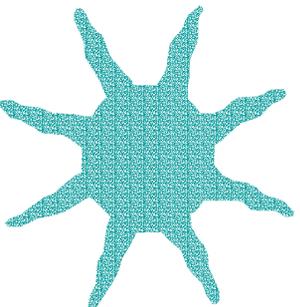
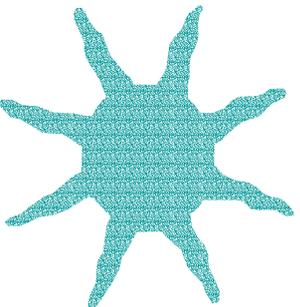
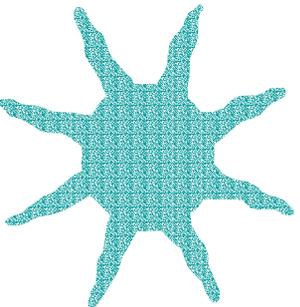


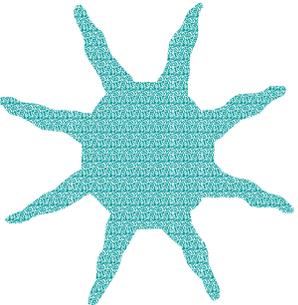


Proprio per questo motivo i fattori estrinseci non sono controllabili e quindi allenabili.

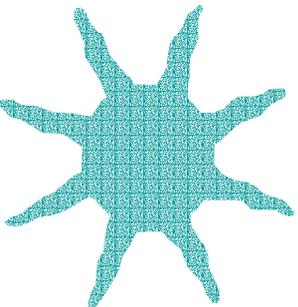
Al contrario l'abilità è un fattore "*stabilizzabile*", cioè si può standardizzare in virtù dell'allenamento tecnico e condizionale, mentre con opportune metodiche, è possibile "*solo avvicinarlo*", a livello emotivo, a quella che è lo stato d'animo che la situazione di gara può provocare.

Ma se si pensa che un fattore stabile possa essere la causa di un eventuale insuccesso, probabilmente si andrebbe incontro a nuovi insuccessi (almeno fino a quando non si migliorano le abilità)

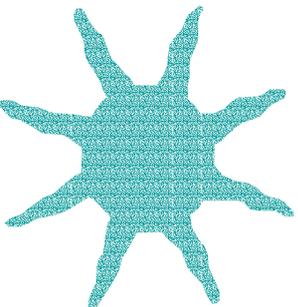




Al contrario l'insuccesso (laddove per insuccesso non si intende la sconfitta, ma il mancato raggiungimento degli obiettivi tecnici che si sa di poter raggiungere) deve essere attribuito sempre al secondo fattore, vale a dire all'impegno.



Questo fattore, infatti, è estremamente controllabile, e bisogna insegnare ai propri atleti che un impegno maggiore, unitamente all'allenamento porta ad ottenere risultati migliori.



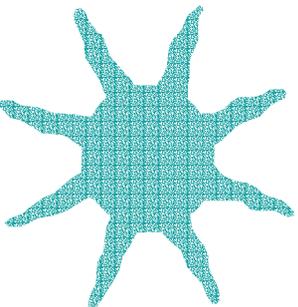
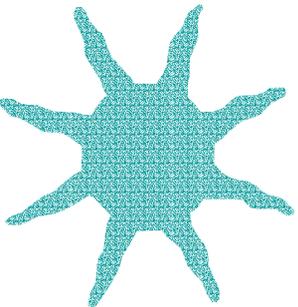
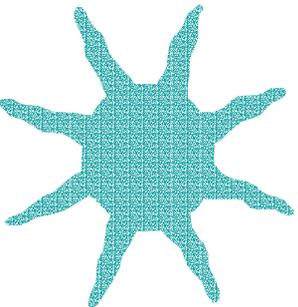


In definitiva, giocare sempre con l'idea di ottenere il risultato tecnico, aiuta a creare la

MENTALITA' VINCENTE

Vista in questa ottica tale concetto va allenato regolarmente utilizzando metodologie specifiche che si basano sui cosiddetti

- **esercizi ad “handicap”**
- **Esercizi con modalità “wash”**





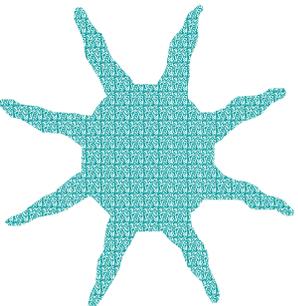
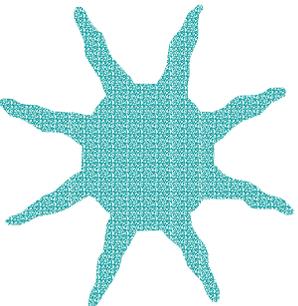
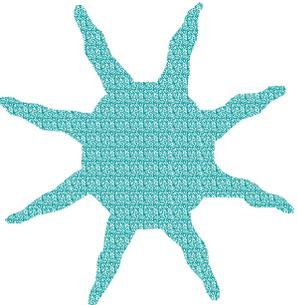
3. Definizione e condivisione degli obiettivi

Per **OBIETTIVO** si intende quella capacità o abilità che l'atleta sarà in grado di realizzare dopo un periodo di

- **Apprendimento (Si ottiene con ripetizioni standardizzate)**
- **Stabilizzazione (Si ottiene con ripetizioni non standardizzate)**

Queste fasi sono strettamente correlate alle due categorie di obiettivi:

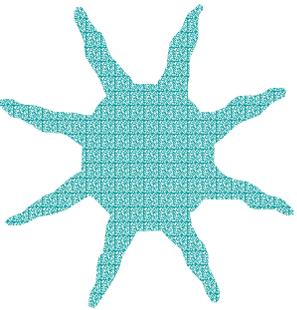
- **Quelli didattici, raggiungibili in tempi definibili (ad. es. le abilità motorie)**
- **Quelli formativi, che portano all'apprendimento completo di una disciplina sportiva (raggiungibili a lungo termine).**



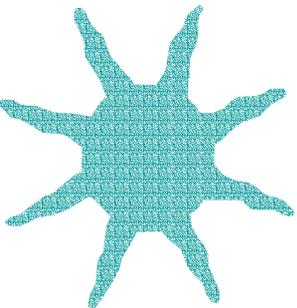


3. Definizione e condivisione degli obiettivi

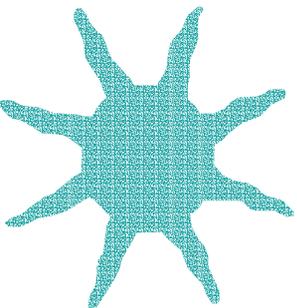
Gli **OBIETTIVI FORMATIVI** specifici del nostro sport da definire con chiarezza sono:



1. Consolidare il proprio benessere psicofisico favorendo l'accrescimento corporeo



2. Conseguire un elevato sviluppo delle capacità coordinative (specifiche della pallavolo quindi principalmente sull'adattamento alla variazione delle traiettorie e alla coordinazione spazio-temporale)



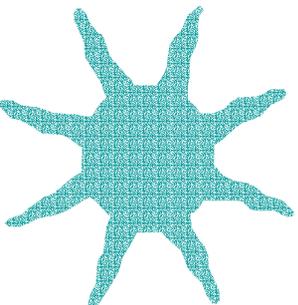
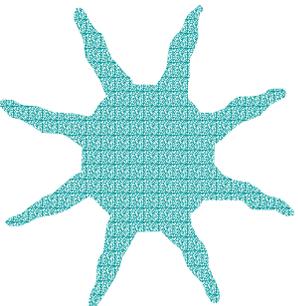
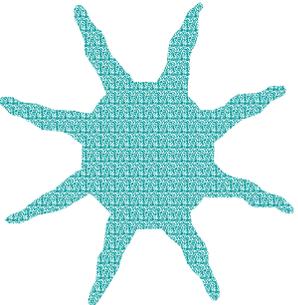
3. Conseguire un adeguato sviluppo delle capacità condizionali (specifiche della disciplina)

4. Acquisire gli elementi tecnici specifici richiesti della disciplina sportiva



3. Definizione e condivisione degli obiettivi

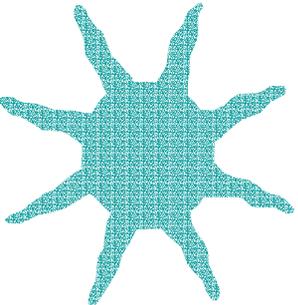
5. Incrementare lo sviluppo delle capacità cognitive
(evitare che l'atleta esegua solo degli ordini)
6. Rendere utilizzabili in futuri comportamenti le abilità apprese (lavorare sempre con esercitazioni in funzione del gioco)
7. Acquisire conoscenze pratiche e teoriche per saper valutare la condizione e lo stato dell'allenamento
(Avere competenze sulla teoria dell'allenamento)
8. Saper prevenire traumi e patologie specifiche
9. Sviluppare la personalità dell'atleta (acquisire sicurezza, autonomia, collaborazione etc.)



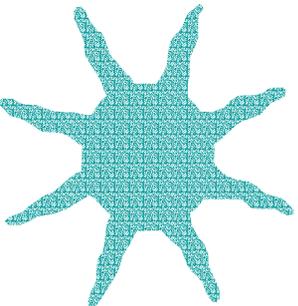


4. Gli stili di insegnamento

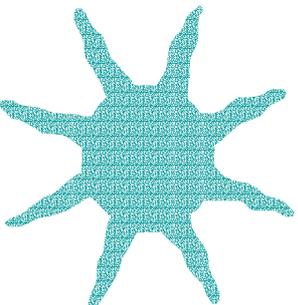
Questi obiettivi formativi elencati, vanno raggiunti mediante **STILI DI INSEGNAMENTO** ben codificati che devono mirare a:



a. trasmettere le informazioni in maniera chiara e inequivocabile



b. Favorire il risveglio degli interessi



c. Promuovere il Feedback



Pertanto le abilità tecnico/tattiche si insegnano ponendo l'accento su 2 aspetti

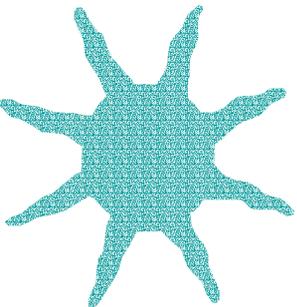
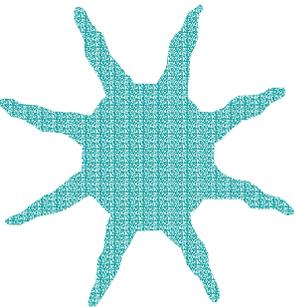
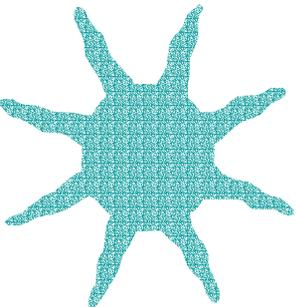
1. SPIEGAZIONE DEL COMPITO

2. OSSERVAZIONE: Strumento per individuare e successivamente correggere.

2.1 NON RILEVANTE: si ritiene l'esercizio sufficiente al raggiungimento dell'obiettivo, senza quindi necessità di intervento

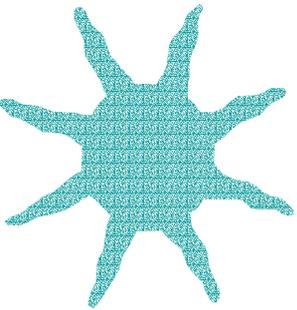
2.2 OCCASIONALE: l'intervento c'è ma non viene programmato

2.3 SISTEMATICA: interventi predeterminati dovuti alla conoscenza delle abilità pregresse

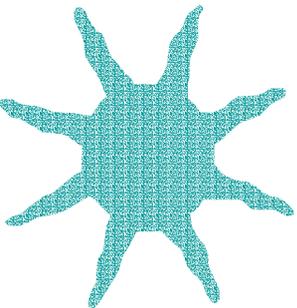
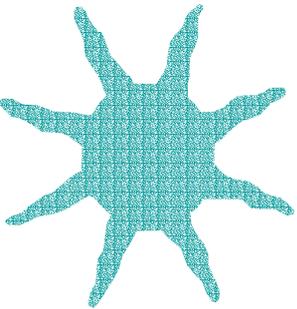




Le esercitazioni che dovranno essere di “*Apprendimento*”, dovranno rispettare i seguenti principi fondamentali:



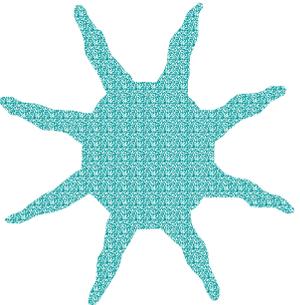
- **Favorire l’apprendimento di movimenti complessi tramite ripetizioni standardizzate**
- **Favorire la stabilizzazione (Rinforzo) tramite ripetizioni non standardizzate.**
- **Creare la motivazione**
- **Favorire il coinvolgimento attivo dell’educatore**





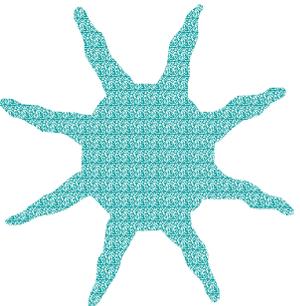
4. *Gli stili di insegnamento*

Affinché l'obiettivo prefissato possa essere raggiunto l'esercizio dovrà avere le seguenti caratteristiche



1. Difficoltà media

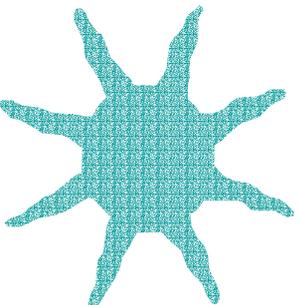
2. Controllabilità



3. Correggibilità

4. Comprensibilità

5. Partecipazione emotiva



6. Partecipazione mentale

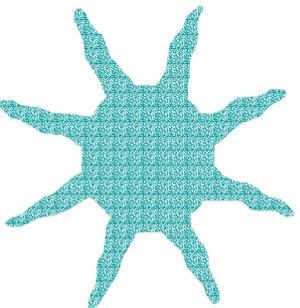
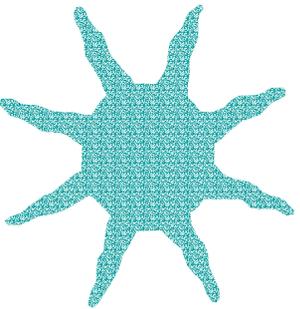
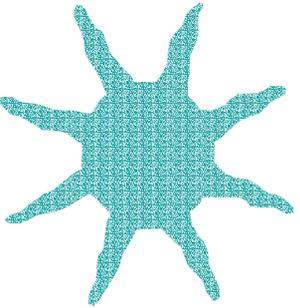


Argomenti del modulo:

- La comunicazione per un insegnamento efficace
- La motivazione
- Definizione e condivisione degli obiettivi
- Gli stili di insegnamento

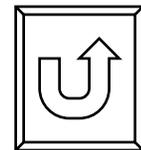
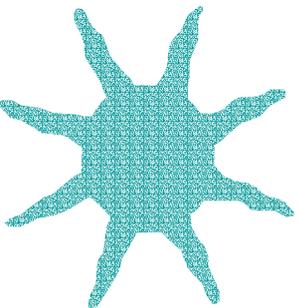
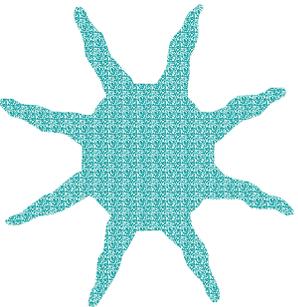
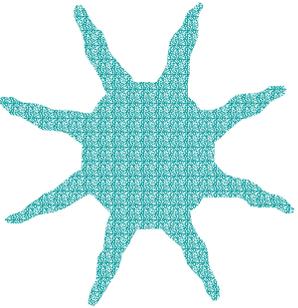
Relatore Prof. **Giuseppe DIMICHINO**

Bari 1 Maggio 2003

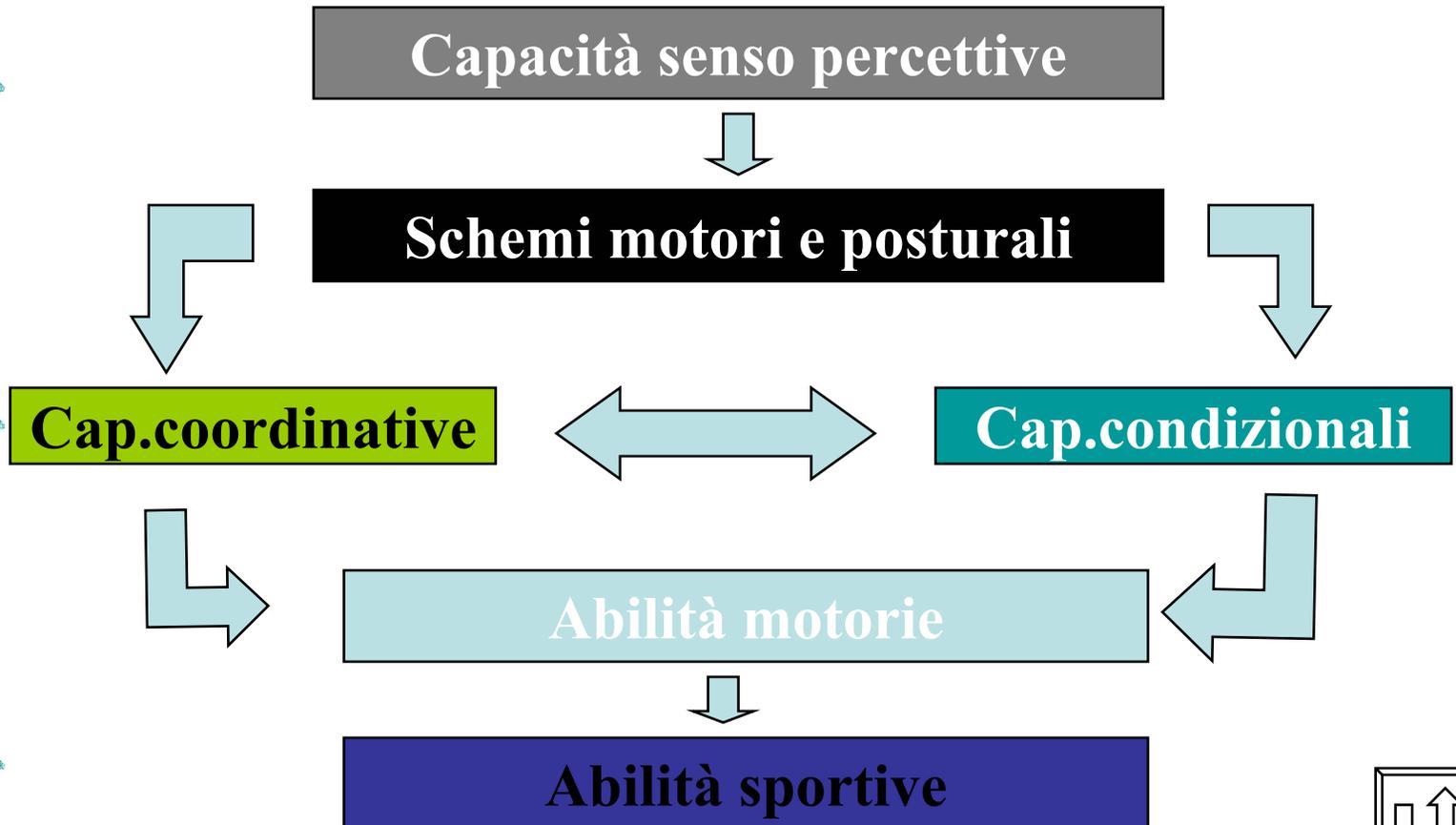




Le **ABILITA' MOTORIE** si strutturano e si affinano sulle capacità motorie e rappresentano un grado più complesso di strutturazione del movimento.

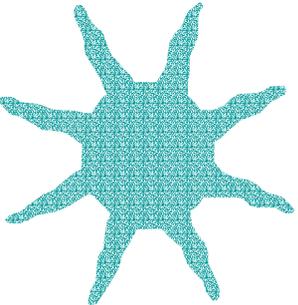


ORGANIZZAZIONE DEL MOVIMENTO

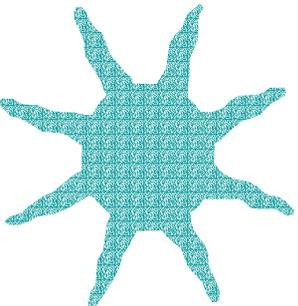




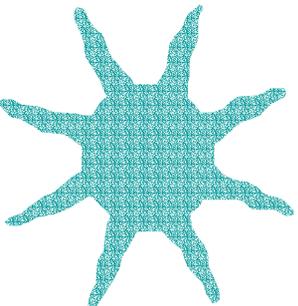
L'intervento sullo sviluppo delle capacità cognitive si basa sul miglioramento di tre variabili fondamentali:



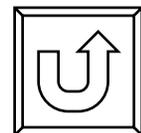
➤ *Il miglioramento delle capacità discriminatorie*



➤ *lo sviluppo dell'attenzione*

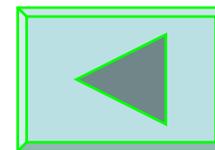
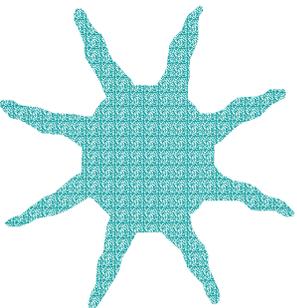
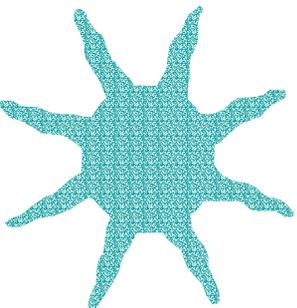
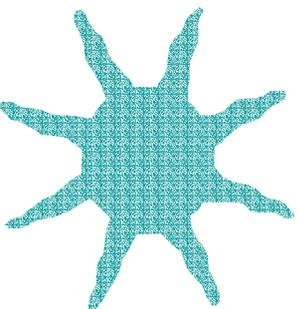


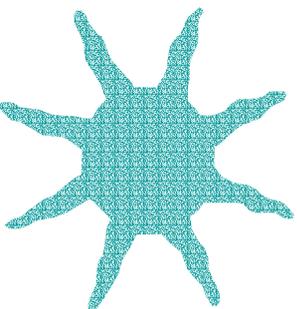
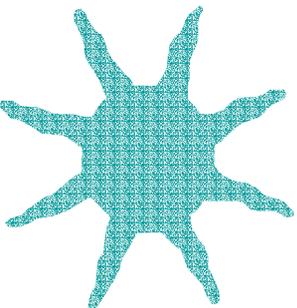
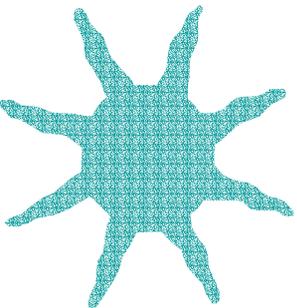
➤ *la capacità di attivare la ricerca dell'invariante*





Per miglioramento delle capacità discriminatorie si intende "*un miglioramento delle capacità di sezionare e catalogare gli stimoli informativi provenienti dall'ambiente esterno*" (ad esempio: ripetitività di una determinata situazione durante l'effettuazione di un esercizio, caratteristiche dell'ambiente in cui si svolge la lezione ecc.). Tale miglioramento si può ottenere inserendo in ogni tipo di esercitazione delle informazioni aggiuntive rispetto a quello che è l'esercizio base.





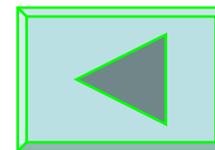
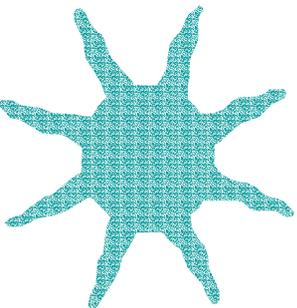
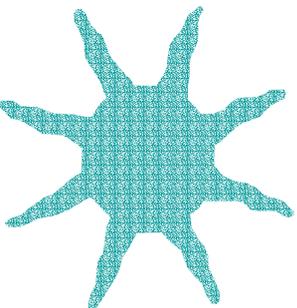
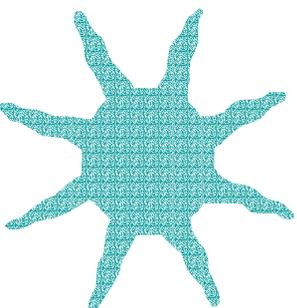
Per favorire lo sviluppo dell'attenzione bisogna educare il bambino a non farsi colpire dalle percezioni in forma passiva, e favorire lo sviluppo di una attenzione selettiva che gli permetta di fornire una risposta motoria di rimando adeguata agli stimoli percepiti. Praticamente questo si può ottenere dando al bambino, durante l'esecuzione di un qualunque esercizio di motricità generale, una doppia serie di informazioni (che possono essere sia di natura visiva che uditiva). A seconda del significato che si intende dare a ciascuna informazione, il bambino dovrà dare una risposta motoria diversa. In questo modo la selezione fa scaturire un tipo di ragionamento consequenziale, per cui la conseguenza di un determinato stimolo è un determinato tipo di risposta

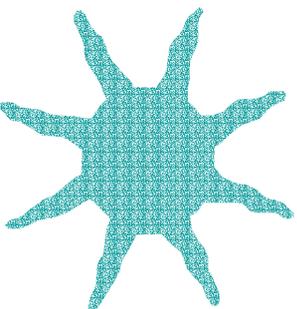
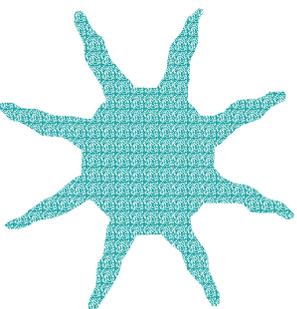
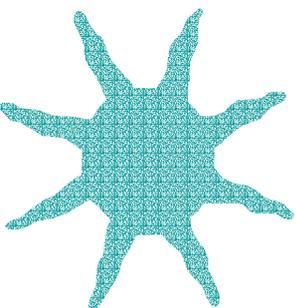
motoria





L'invariante è ciò che mantiene la propria identità, malgrado i tentativi di trasformazione. Tradotto in pratica è il comportamento tenuto in forma più o meno stereotipata di un allievo per raggiungere sempre lo stesso obiettivo utilizzando mezzi diversi. Quindi, sotto l'aspetto dello sviluppo cognitivo, la ricerca dell'invariante, consiste nel cercare e riconoscere gli aspetti invariabili presenti nelle varie situazioni di motricità (ad esempio l'utilizzazione di vari schemi da parte di una squadra che però abbiano come obiettivo quello di portare ad attaccare sempre lo stesso giocatore).





Lavorando con tale metodica si abitua il ragazzo a valutare le caratteristiche comportamentali di un avversario e a memorizzarle, in modo da favorire uno degli elementi fondamentali in cui sfocia la conoscenza: il concetto di *anticipazione*, ovvero essere in grado di prevenire mediante ragionamento le intenzioni di un avversario predisponendo in anticipo le contromisure.

E' chiaro che la massima espressione di sviluppo di tali qualità la si può ottenere soprattutto nel *Volley*.

