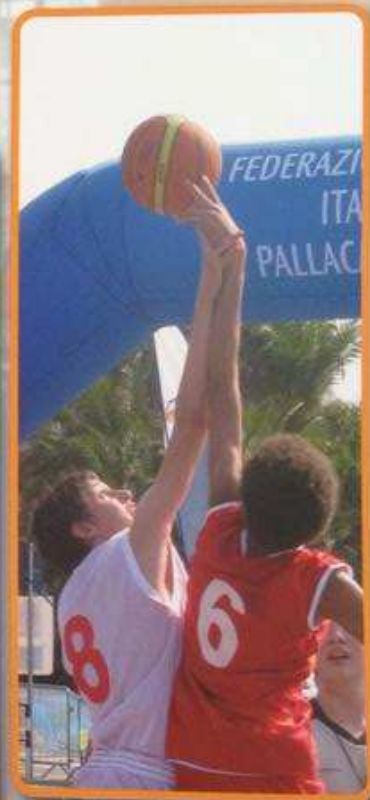


Maurizio Cremonini - Fabrizio M. Pellegrini



# Il Minibasket

L'emozione • La scoperta • Il gioco



FEDERAZIONE  
ITALIANA  
PALLACANESTRO



# CAPITOLO 7

## LE COMPETENZE SPECIFICHE DELL'ISTRUTTORE

### 7.1 NON SOLO CONOSCENZE E COMPETENZE GENERALI

Occorre partire dalla considerazione che non si è più in presenza solo di "competenze generali" ma anche di "competenze specifiche" che riguardano gli istruttori di minibasket.

Esse riguardano appositi piani di formazione e specifiche materie, le cui conoscenze ed abilità sono connesse ai ruoli ed ai compiti che si dovranno agire in ambito sportivo. Occorre rilevare inoltre che il livello di conoscenze e di abilità e, di conseguenza, di acquisizione di competenze specifiche è connesso ai livelli di formazione (iniziale, aggiornamento, specializzazione, eccetera).

Il focus della questione consiste nel dichiarare che le competenze specifiche hanno senso non di per sé o perché formulate da **"intelligenze da tavolino"**, ma in quanto sono state verificate e validate e si sono dimostrate funzionali ai contesti in cui si esplicheranno.

### 7.2 Per andare oltre le definizioni

**Esse non possono cioè essere definite se non a partire da un'accurata ricognizione del contesto e degli obiettivi delle diverse attività nelle quali gli istruttori sono solitamente impegnati e delle "competenze specifiche" loro necessarie per agire efficacemente in quel determinato contesto.**

Si può perciò affermare che le competenze specifiche scaturiscono dalla definizione operativa **di conoscenze** (disciplinari e interdisciplinari) e **di abilità** (saper fare e far fare qualcosa); tale affermazione va centrata sull'oggetto (giocosport Minibasket), su ciò che c'è da saper (conoscenze) e da saper fare e far fare (abilità) in base alle aspettative sociali e al grado di sviluppo raggiunto dalle scienze in tale ambito.

**In definitiva nell'ambito del Minibasket la FIP è chiamata a rispondere alla domanda: quali sono le conoscenze disciplinari e interdisciplinari, nonché le abilità metodologico-didattiche che un istruttore di minibasket deve possedere alla fine di un determinato processo formativo per essere certificato come tale in ragione delle esigenze specifiche del minibasket e di quelle più generali della pallacanestro?**

In buona sostanza, quale dovrà essere il profilo terminale delle sue COMPETENZE in ragione del contesto educativo e formativo in cui agisce?

**E qui con estrema franchezza e rigore epistemologico occorre richiamare l'attenzione sulla circostanza "sostanziale e non accidentale" che l'istruttore di minibasket ha un compito molto più rilevante di altri nell'ambito della pallacanestro.**

**Piaccia o non piaccia quest'affermazione si fonda sul fatto che egli allo stesso tempo insegna e allena, educa e forma, e cioè per tornare a S.Bonaventura egli**

durante la sua azione si occupa sia di sostanza (cioè di educazione) che di accidente (cioè di prestazione).

E non se la prendano a male gli esegeti dello sport per lo sport in quanto è incontrovertibile che l'educazione della persona è "vera sostanza" mentre la sua prestazione sportiva è "mero accidente".

Tutto ciò ha a che fare con i due ordini di problemi che abbiamo suaccennato e che convivono nell'azione dell'istruttore di minibasket che spesso vive borderline una sorta di condizione che rischia d'essere schizofrenica (alla Dr.Jekyll e Mr Hide per intendersi) se non conosce e non sa applicare ciò che afferisce all'insegnamento e ciò che afferisce all'allenamento: si tratta di due faccende serie le cui competenze, nell'interesse e per la tutela dei bambini, **non sono "negoziabili"**.

In ogni caso i due schemi che seguono servono appunto a chiarire le idee a chi sull'argomento ancora e purtroppo ne possiede poche e confuse.



Giusto, infine, evidenziare due elementi:

- **Il primo** è che conoscenze e abilità non hanno valore in sé, ma solo se promuovono il profilo delle competenze di ciascun istruttore nella misura in cui fanno parte prima del "suo percorso formativo" per divenire poi "le sue competenze specifiche" disponibili e spendibili.
- **Il secondo** è che la FIP, nella definizione delle competenze specifiche non può che far riferimento al proprio know-how culturale, tecnico e sportivo, impegnandosi peraltro a contaminarsi con le culture appartenenti al mondo della scuola ed a quello della ricerca psicologica e medica applicata allo sport.

## 7. 2 Le competenze specifiche degli istruttori di minibasket

In ragione delle azioni che un istruttore dovrà realizzare nei contesti in cui verrà chiamato ad operare e che sono connesse al suo ruolo ed ad i suoi compiti, si potranno distinguere per grandi linee le seguenti COMPETENZE SPECIFICHE:

- ❑ **Saper programmare**
- ❑ **Saper insegnare**
- ❑ **Saper allenare**
- ❑ **Saper promuovere**

Ciascuna di queste competenze mette in gioco tutta una serie di altre apposite competenze che in buona sostanza mettono l'istruttore in condizione di scegliere e decidere le diverse azioni da intraprendere.

### **Saper programmare**

La competenza connessa al SAPER PROGRAMMARE (secondo il modello della programmazione per obiettivi che si richiama alle teorie associazionistiche e comportamentiste), ad esempio, presuppone competenze relative a:

- ❑ Saper definire i contesti
- ❑ Saper indicare gli obiettivi
- ❑ Saper definire le attività
- ❑ Saper definire i contenuti
- ❑ Saper scegliere i metodi
- ❑ Saper scegliere i materiali
- ❑ Saper osservare e valutare

Se ad esempio si prende in considerazione la seconda competenza specifica, vale a dire quella di SAPER INDICARE GLI OBIETTIVI, essa presuppone l'acquisizione di nuclei concettuali (ad esempio la distinzione tra capacità motorie e abilità motorie), di

conoscenze (ad esempio la conoscenza dei meccanismi della coordinazione motoria) e di esperienze (ad esempio la pratica di quello sport).

In buona sostanza, l'essere competente in queste cose, si fonda comunque sull'acquisizione di nuclei concettuali, di conoscenze e di esperienze connesse a ciascuno dei diversi saperi necessari per SAPER PROGRAMMARE.

## **L'azione educativa e la programmazione nel minibasket**

L'azione educativa nell'ambito del minibasket va fondata saldamente sulle competenze e sul principio della persona come fine, così da evitare realizzazioni spersonalizzanti.

Nell'ambito di un rigoroso intervento educativo rientra l'instaurazione di un 'clima relazionale' significativamente educativo.

I tratti del clima relazionale derivano dalla natura e dal valore dell'obiettivo generale proprio dell'educazione sportiva.

Se educare significa inoltre "aiutare lo sviluppo", il complesso delle attività realizzate per predisporre "aiuto" è sempre espressione di rispetto, solidarietà e dedizione.

Esso comporta peraltro un complesso di strategie che possono essere così sintetizzate:

- ☐ conoscere le particolari condizioni fisiche, psichiche, culturali e socioambientali dei singoli allievi;
- ☐ formulare ipotesi di lavoro educativo chiaramente finalizzato;
- ☐ fornire gli stimoli adeguati perché l'attività risulti motivata, mantenendoli vivi nel corso di tale attività;
- ☐ impiegare le attrezzature e gli strumenti necessari, e organizzare lo spazio di attività secondo procedure studiate affinché gli allievi realizzino autonomamente gli obiettivi previsti con i relativi contenuti e le corrispondenti abilità;
- ☐ stabilire con i giovanissimi allievi rapporti interpersonali positivi e di collaborazione sul piano dell'operatività;
- ☐ verificare e valutare periodicamente i risultati conseguiti per impostare in modo corretto l'attività successiva.

Quanto è stato detto mette in evidenza che l'educazione sportiva tende a realizzarsi come attività intenzionale e sistematica.

**L'intenzionalità e la sistematicità dell'azione educativa nel minibasket si esplicano, anzitutto, nella formulazione della sua programmazione.**

L'attività programmatoria tende a evitare che il pensare e il fare del bambino si riducano a mero spontaneismo. Le manifestazioni spontanee, che esprimono bisogni e interessi del bambino, sono assunte dall'educatore come punti di partenza per una attività in cui si cerca di utilizzare al meglio i mezzi disponibili per ottenere il massimo risultato educativo possibile.

## **Caratteristiche delle azioni nell'intervento educativo**

- ☐ Conoscere l'allievo
- ☐ Individuare e formulare il problema educativo
- ☐ Definire gli obiettivi educativi e didattici

- ☐ Formulare ipotesi di intervento
- ☐ Programmare l'intervento educativo
- ☐ Realizzare quanto programmato
- ☐ Valutare le variazioni indotte con l'intervento educativo

Una volta stabiliti quali sono i caratteri generali del rapporto educativo-formativo e in qual modo si devono valorizzare ed evidenziare le capacità di apprendimento dei giovanissimi allievi, occorre stabilire come programmare l'attività d'insegnamento-apprendimento.

Nell'ambito delle attività motorie e di giocosport, si possono annoverare esperienze e tradizioni consolidate da oltre un ventennio e la programmazione educativo-didattica è stata formalmente introdotta per rendere controllabile e verificabile l'intero processo formativo.

Nell'educazione motoria si devono adattare le varie operazioni della programmazione didattica al compito specifico.

Nello schema che segue vediamo in particolare ciò che si deve fare per progettare e realizzare una programmazione didattica delle attività motorie, attraverso la definizione delle sue fasi.

### **Fasi della programmazione didattica**

- ☐ Analisi della situazione di partenza
- ☐ Definizione degli obiettivi
- ☐ Scelta dei metodi
- ☐ Definizione dei contenuti
- ☐ Individuazione dei mezzi e delle attrezzature
- ☐ Valutazione

#### **(1) L'insegnante deve, anzitutto, conoscere i bisogni formativi di ciascun allievo.**

Deve perciò compiere un'analisi della situazione iniziale, cercando di determinare il grado di sviluppo della motricità individuale, l'atteggiamento di collaborazione e di partecipazione al gruppo-classe, le caratteristiche comportamentali e la capacità di apprendimento degli allievi.

#### **(2) La seconda operazione da compiere è la definizione degli obiettivi.**

Nell'azione metodologico-didattica - soprattutto quando si tratta di programmazione - si distinguono gli 'obiettivi educativi' dagli 'obiettivi didattici'. In generale, nelle varie materie di insegnamento i soli obiettivi realizzabili sono i secondi, perché sono ben definibili e sono altrettanto ben definibili le attività didattiche con cui si possono realizzare, come le forme di verifica, che consentono di capire se essi sono stati realizzati o meno.

Invece gli obiettivi educativi non sono facilmente definibili, realizzabili e verificabili. Nel campo dell'educazione motoria le cose sono relativamente più facili, perché l'educazione in questione è apprezzabile attraverso comportamenti motori che sono direttamente osservabili e verificabili.

#### **(3) L'insegnante deve poi selezionare i metodi didattici.**

Per le attività di jogosport proprie dell'età primaria, sono particolarmente indicati quei metodi che lasciano libertà di espressione ai singoli allievi e che favoriscono innanzitutto l'acquisizione di conoscenze, di abilità e di competenze.

**(4) Definiti gli obiettivi e i metodi, l'insegnante deve stabilire i contenuti didattici, ossia le attività da svolgere in palestra o in cortile.**

Tali attività devono non solo tener conto del grado di sviluppo psicofisico degli allievi, ma anche della maturità motoria raggiunta e degli interessi individuali.

**(5) Strettamente legata alla scelta dei contenuti è la definizione dei mezzi e delle attrezzature didattiche.**

I mezzi sono costituiti dai vari tipi di 'esercizi' che l'insegnante conosce o riesce a creare; le attrezzature sono quelle della palestra, come le palle, gli over, le materassine, ecc., o quelle che si possono costruire da soli con corde, cartoni, palle di carta.

**(6) Infine vi è la valutazione che nelle attività motorie e di jogosport proprie dell'età primaria è prevalentemente descrittiva; essa può ricorrere anche a prove oggettive standardizzate.**

La valutazione si rivolge sia all'attività didattica dell'insegnante, sia agli obiettivi raggiunti dagli allievi, quali il livello di maturità motoria, il perfezionamento degli schemi e delle capacità motorie, il grado di sviluppo dell'apprendimento.

In termini pedagogici essa è "formativa" durante tutto il processo di insegnamento-apprendimento, e "sommativa" a conclusione di un ciclo di attività didattica.

In conclusione si può affermare che da una buona programmazione delle attività motorie e di jogosport, deriva un'attività didattica ricca di stimoli motori, cognitivi, affettivi e di partecipazione collettiva.

## **Saper insegnare**

E' costituito da "saperi" che appartengono sia ai campi di conoscenze che ai campi di esperienze mentre le evidenze scientifiche sono contenute nella teoria e metodologia dell'insegnamento. L'agire in tal senso presuppone competenze in ordine a:

- ❑ Saper comunicare (la comunicazione didattica)
- ❑ Sapere come insegnare (i metodi didattici)
- ❑ Sapere come insegnare (i contenuti della didattica)

## **Saper comunicare**

E' una competenza specifica che presuppone l'acquisizione di nuclei concettuali (ad esempio gli assiomi della comunicazione), di conoscenze (ad esempio gli elementi della comunicazione) e di esperienze (ad esempio esercitazioni di stili di comunicazione in situazioni didattiche).

## La comunicazione didattica nell'ambito della formazione

Piaccia o meno nell'ambito della formazione le competenze comunicative rivestono un ruolo concretamente rilevante.

Ciò non vuol dire che le conoscenze o in termini più generali, i saperi ed i loro contenuti non siano importanti. E' però un fatto che rischiano di restare lì come "incistati" se non si è capaci di trasmetterli.

D'altra parte oggi si fa un gran "straparlare" di comunicazione. Tutto e tutti comunicano qualcosa a qualcuno come si direbbe in latino "erga omnes" e, come ci sentiamo di sostenere, spesso "Cicero pro domo sua".

Ma perché tirare in ballo il latino e Cicerone ? Ma perché il termine comunicazione viene dal verbo COMUNICARE che deriva dal latino "communis agere" e significa mettere in comune, condividere.

Di fatto, e tanti di coloro nei media si vantano di saperla lunga non lo sanno, quanto oggi viene fatto passare come i "fondamenti moderni della comunicazione", in realtà viene da molto, molto lontano.

Un certo Marco Tullio Cicerone (106-46 a.c.) politico, filosofo, scrittore, giurista, massimo divulgatore del pensiero greco nella cultura romana, nel "De oratore" a proposito della retorica (comunicazione verbale), scriveva che l'oratore deve possedere:

- ❑ **INVENTIO** cioè trovare che cosa dire, idee, argomentazioni, fatti;
- ❑ **DISPOSIZIO** cioè strutturare, mettere in ordine ciò che si è trovato;
- ❑ **ELOCUZIO** cioè scegliere lessico, registro, ornamenti e figure retoriche.

E' ovvio che Cicerone si riferiva alla sua cultura e per farlo tirava in ballo la cultura della Grecia antica e guardava all'oratoria tribunizia sia in ambito giuridico che politico, ma si riferisce anche ai precettori ed ai "precepta" che il "magister" trasmetteva ai discepoli.

E allora siccome vogliamo insegnare Minibasket, siamo insegnanti e perciò siamo grandi comunicatori e dobbiamo sapere che insegnare bene comincia dal mettere al centro della comunicazione chi ci sta ascoltando e dal comunicare con loro in maniera efficace.

Ma quando possiamo affermare che una comunicazione è efficace ? La risposta è che una comunicazione quale che sia è efficace se raggiunge **lo scopo** e questa affermazione è l'idea guida tanto del marketing (scopo è vendere un prodotto e fidelizzare il cliente) quanto della politica (scopo è ottenere il voto e fidelizzare l'elettore) ma lo è anche per chi, come noi, cerca d'insegnare qualcosa a qualcuno.

**Lo scopo** dell'insegnante (comunicatore) è quello di farsi comprendere ed apprezzare dai suoi allievi e di guidarli ad acquisire conoscenze, abilità, comportamenti e competenze.

### Gli interrogativi preliminari della comunicazione

Chi come noi ha percorso in lungo e largo l'ambito dell'educazione e della formazione non può dimenticare d'aver vissuto "il terribile momento della prima volta da insegnante o da istruttore". E spesso si è trattato d'una specie di "notte prima degli esami" quella che precedeva il giorno stabilito, con tante domande che ci frullavano per la mente.

Naturalmente allora non sapevamo che domande come:

- ☐ Che cosa devo dire ?
- ☐ Che cosa voglio dire ?
- ☐ Quali parole devo usare ?
- ☐ Quali parole sarò capace di usare ?

sono di fatto le domande sbagliate se vogliamo imparare a comunicare in maniera efficace, mentre le domande giuste sono:

- ☐ Che cosa voglio ottenere ?
- ☐ Che cosa devo ottenere ?
- ☐ Che cosa voglio comunicare ?
- ☐ Che cosa devo comunicare ?
- ☐ Come devo comunicare ?
- ☐ A chi mi sto rivolgendo ?
- ☐ Chi o cosa rappresento io per loro ?

**Quello che dicono le scienze della comunicazione**

## LA MAPPA DELLA COMUNICAZIONE



Quello indicato in figura è uno degli schemi più usuali per visualizzare la mappa generica della comunicazione verbale.

Allo stesso tempo un ruolo rilevante è rivestito dai **codici** che vengono utilizzati nel corso della comunicazione ed il **quanto** vorremmo che passasse della nostra comunicazione e quello che in realtà riesce a passare e restare.

Per quanto riguarda i CODICI DELLA COMUNICAZIONE, l'attribuzione di significato al messaggio e l'eventuale reazione, anche attraverso un'azione o un comportamento da parte dei bambini, sono regolati dai codici (linguaggi e metalinguaggi) usati dall'insegnante e da quelli posseduti dai singoli bambini.

Spesso e per i più piccini, i codici utilizzati da chi ascolta non sono necessariamente gli stessi usati da chi parla.

Rispetto al quanto in ogni caso ed anche nelle migliori condizioni di comunicazione occorre tenere sempre in buon conto che L'EMITTENTE vuole comunicare il 100% ma riesce a comunicare il 70% mentre IL RICEVENTE riceve il 50% comprende il 20% ricorderà il 10%. Sostanzialmente di una comunicazione si perde all'incirca il 90% !

## **Gli obiettivi della comunicazione**

Il primo obiettivo è costituito dal fatto che una comunicazione didattica non serve per trasmettere un messaggio o dire semplicemente delle cose e che la comunicazione vera consiste nel risultato ottenuto e non nel contenuto trasmesso.

Per fare ciò occorre impegnarsi concretamente per ottenere una reazione o influenzare un comportamento e solo se il risultato ottenuto è coerente con l'obiettivo programmato, allora la comunicazione sarà stata efficace.

## **Elementi costitutivi della comunicazione**

Secondo P..Watzlawich (Palo Alto Institute Calif. Univer.) in una comunicazione ed in quella didattico-formativa in particolare, vengono rappresentati la dimensione del contenuto e quella della relazione.

In una comunicazione La dimensione dei contenuti è relativa ai codici verbali, mentre quella della relazione riguarda i codici non verbali ed il metalinguaggio, mentre il senso ed il significato di un messaggio viene interpretato dall'interlocutore sostanzialmente nell'ambito della relazione, specialmente quando è un giovanissimo allievo.

## **I canali della comunicazione**

Gli esperti ci indicano tre vie preferenziali o canali:

- ☐ **il canale verbale (le parole)**
- ☐ **il canale paraverbale (la voce)**
- ☐ **il canale non verbale (il corpo)**

Si potrebbe pensare allora che l'efficacia di una comunicazione dipenda in parti uguali da questi tre canali; invece le parti sono:

- ☐ il 7% si deve alla comunicazione verbale
- ☐ il 38% si deve alla comunicazione paraverbale
- ☐ il 55% si deve alla comunicazione non verbale

Vale al pena di ricordare che al canale verbale afferisce il **COSA**, mentre ai canali paraverbale e non verbale afferisce il **COME** di una qualsiasi comunicazione.

Come comunicare significa in buona sostanza saper governare i canali verbali (parole), paraverbali (voce) e non verbali (corpo) di una comunicazione. Alcune regole generali:

- ☐ Saper leggere il contesto
- ☐ Saper interpretare i segnali (feedback)
- ☐ Saper usare il proprio stile naturale

### **Come governare le parole**

- ☐ Ricchezza del lessico
- ☐ Fluidità verbale
- ☐ Uso di sinonimi e contrari
- ☐ Soggetto, predicato, complemento

### **Come governare la voce**

- ☐ Tono
- ☐ Volume
- ☐ Ritmo, velocità, modulazione
- ☐ Pause, silenzi, attese

### **Come governare il corpo**

- ☐ Espressione del viso
- ☐ Contatto visivo
- ☐ Postura
- ☐ Respirazione
- ☐ Gestione del territorio
- ☐ Prossemica
- ☐ Gestualità

### **L'ascolto nella comunicazione**

K.Rogers ci ricorda che “saper ascoltare è lo strumento che guida la comunicazione” indica tre punti importanti da considerare:

#### **1. GLI OBIETTIVI DELL'ASCOLTO**

**Il primo obiettivo** è costituito dalla conquista della fiducia di chi ci ascolta. Essa si conquista per gradi attraverso:

1. Ascolto
2. Empatia
3. Relazione d'aiuto
4. Condivisione degli obiettivi
5. Autorevolezza

**Il secondo obiettivo** è rappresentato dalla comprensione dei bisogni. Soltanto attraverso l'ascolto si può comprenderli e quindi averne maggiore consapevolezza .

## 2. L'ASCOLTO DIFFICILE

Perché:

1. Non hai tempo
2. Hai già una tua opinione
3. Chi hai davanti non ti piace
4. Il fatto è reciproco
5. Sei concentrato solo sui tuoi obiettivi
6. Sei convinto d'aver capito cosa serve a chi hai davanti
7. Sei impegnato a parlarti addosso, a non far parlare e soprattutto a non ascoltare

**Per rendere facile l'ascolto basta declinare al contrario i punti precedenti !  
(... e quindi provate adesso a declinarli ...)**

## La capacità di ascolto

1. Ascoltare con empatia e senza pregiudizi
2. Armonizzarsi con i tempi e i modi dell'interlocutore
3. Non distrarsi inseguendo altri pensieri
4. Non interrompere e usare il silenzio e le pause
5. Ascoltare con gli occhi e con la mente ... e col cuore
6. Cercare prima di capire e poi di farsi capire
7. Ascoltare gli altri come se poi si dovesse raccontare quello che hanno detto
8. Accertarsi che l'interlocutore abbia compreso
9. Incoraggiare tutti ad esprimersi
10. Impegnarsi per diventare ascoltatori migliori

## Gli effetti della comunicazione efficace

E' un fatto che, al di là delle migliori intenzioni, non sempre una comunicazione si riveli efficace. Se l'ambito delle "migliori intenzioni" è quello della formazione, l'effetto può

davvero essere deleterio e chiunque è chiamato ad insegnare qualcosa a qualcuno deve tenerne veramente conto.

Se, viceversa la comunicazione, confermando le intenzioni migliori, si dovesse rivelare efficace, allora essa produrrebbe diversi importanti effetti positivi, quali il miglioramento di:

- ☐ **clima positivo nelle dinamiche sociali**
- ☐ **costruzione dell'autostima**
- ☐ **comprensione dei messaggi**
- ☐ **processi d'apprendimento**
- ☐ **livello di consapevolezza**
- ☐ **motivazione al compito**

Ma allora se le cose stanno così, come si fa per cercare di rendere efficace una comunicazione nell'ambito della formazione ? Di seguito si suggeriscono alcuni criteri utili in tal senso:

- ☐ **ESSERE CONSAPEVOLI D'INSEGNARE QUALCOSA A QUALCUNO**
- ☐ **CONTRIBUIRE ALLA COSTRUZIONE DELL'AUTOSTIMA DEGLI ALLIEVI**
- ☐ **CONSIDERARE I BISOGNI INDIVIDUALI E DEL GRUPPO**
- ☐ **MOTIVARE ADEGUATAMENTE GLI ALLIEVI**
- ☐ **COMPRENDERE LE RELAZIONI INTERPERSONALI TRA GLI ALLIEVI**
- ☐ **PORSI IN RELAZIONE D'AIUTO DI TIPO ASIMMETRICO E RESPONSABILE**
- ☐ **UTILIZZARE SEMPRE I FEED-BACK DI PROCESSO E DI PRODOTTO**

## **CONCLUSIONI SULLA CORDA DELLE EMOZIONI**

Nella comunicazione didattica riveste realmente grande importanza la dimensione emotiva. Essa deve trasparire sin dalle prime parole di chi insegna; si deve poter percepire la sua partecipazione, la sua immedesimazione, il suo vissuto relativo all'ambito che sta trattando.

E' per questo che ci piace concludere questa breve ma intensa parte dedicata alla comunicazione didattica, offrendo il ricordo delle parole di un grande film e di una grande interpretazione.

## **CAPITANO MIO CAPITANO**

**“Ho imparato a salire e scendere dalla cattedra per ricordare a me stesso che dobbiamo sempre guardare le cose da angolazioni diverse. E le cose appaiono diverse a seconda del luogo o del tempo da cui le osserviamo.  
Non vi ho convinti? Venite a vedere voi stessi, ora e qui. Coraggio, provate almeno una volta a salire o scendere dalla vostra cattedra !**

**Solo così vi accorgete che è proprio quando credete di sapere qualcosa che dovete guardarla da un'altra prospettiva.”**

**(J.F. Keating in “L’attimo fuggente”)**

### **Breve bibliografia**

- ☐ Pragmatics of human communication – Paul Watzlawick
- ☐ On becoming a person – Carl Rogers
- ☐ Beyond the language – M.Adelman – M.A.Levine – R.Deena
- ☐ Governare le relazioni – Toni Muzi Falconi
- ☐ Parlare, scrivere, comunicare – M.L.Crast – N.Oliviero
- ☐ La retorica in “De oratore” – M.Tullio Cicerone
- ☐ L’attimo fuggente – J.F. Keating

**(pure questa mini biblio si può spostare in fondo assieme a quella generale)**

## **SAPERE COME INSEGNARE**

La competenza specifica del SAPERE COME INSEGNARE, coinvolge l'ambito della metodologia dell'insegnamento e presuppone l'acquisizione di nuclei concettuali (ad esempio le differenze tra metodologia dell'insegnamento e metodologia dell'allenamento), di conoscenze (ad esempio la tipologia dei diversi metodi didattici) e di esperienze (ad esempio l'applicazione in situazione di metodi didattici diversi per il raggiungimento di determinati obiettivi).

### **I metodi didattici nelle attività motorie e di gioco sport**

Se volessimo definire la funzione dei metodi-didattici, potremmo identificarla in quella di guida e di risorsa per l'insegnante durante la sua azione didattica, tesa al conseguimento di determinati obiettivi.

È il caso di ricordare come il discorso metodologico sia incentrato sulle risposte da dare all'interrogativo "come insegnare"?

Se è vero che non esistono risposte assolute, in quanto il discorso è legato alle diverse situazioni e contesti, agli obiettivi, ai contenuti e ai mezzi, è altrettanto vero che essendo mutevoli e variabili gli elementi di collegamento con le altre fasi di una corretta programmazione didattico-educativa, nessun metodo in assoluto è da preferire e prevaricherà gli altri; forse questa è la vera, unica, corretta scelta metodologica.

Ci vengono alla mente in termini talvolta angosciosi le solite, obsolete discussioni tra fautori e detrattori dei metodi di tipo induttivo o di tipo deduttivo.

A difesa d'ufficio dell'induttivo sperimentale spesso corrispondono piattezze metodologiche riconducibili al più sterile deduttivismo di maniera, o peggio ci si trova di fronte ai soliti fautori del "non metodo", magari contrabbandato come "approccio spontaneo".

La convinzione di alcuni che ritengono che lo sviluppo personale possa progredire spontaneamente verso positivi livelli di capacità e di abilità, a prescindere da qualsiasi itinerario sistematicamente strutturato di insegnamento-apprendimento, non ci sollecita più di tanto, anzi.

D'altra parte un approccio esclusivamente deduttivo alle attività motorie, magari di tipo sistematico-addestrativo risulta altrettanto pericoloso e inadatto, soprattutto nelle fasce d'età inferiori, in quanto farebbe riferimento quasi esclusivo all'efficacia della realizzazione dei movimenti e ai loro attributi esecutivi.

E se da una parte procedimenti siffatti hanno il conforto positivo di itinerari strutturati che trovano riscontro nelle strategie dell'istruzione programmata e nella tecnologia didattica, dall'altra hanno limiti precisi quando finiscono con il trascurare le potenzialità individuali, uniche ed irripetibili, il pensiero divergente e creativo, cioè tutte quegli aspetti riconducibili alla ricerca, alla scoperta, alla esplorazione, alla costruzione che risultano indispensabili ai processi di apprendimento dei bambini.

In tempi più o meno recenti, non risultano essere molte le classificazioni dei metodi didattici in educazione motoria. Ci sentiamo tuttavia di condividere il fatto che, mentre "l'approccio spontaneo" (con tutti i limiti già citati) e "l'induttivo sperimentale" possono essere considerati approcci metodologici di tipo induttivo, quello "sistematico addestrativo" e quello "imitativo deduttivo", possono considerarsi appunto di tipo deduttivo.

## **La scelta dei metodi didattici**

L'azione educativo-didattica intenzionale presuppone che l'insegnante sappia scegliere gli obiettivi che intende conseguire. Per realizzare ciò egli utilizza metodi d'insegnamento adeguati a ciascuna attività e situazione.

**I metodi sono allora mezzi o strumenti didattici attraverso i quali l'insegnante organizza e conduce le situazioni di apprendimento-insegnamento con l'intento di indurre modificazioni e cambiamenti significativi nelle condotte e nei comportamenti dei propri allievi.**

La funzione principale del metodo è, pertanto, quella di guidare il docente nei suoi sforzi per conseguire gli obiettivi ipotizzati. Il corretto impiego dei metodi o della tecnica metodologica diventa fondamentale perchè la funzione docente sia produttiva al massimo e produca i cambiamenti desiderati nella personalità degli allievi.

Purtroppo i centri d'investigazione e di ricerca del nostro Paese hanno dedicato pochissimo spazio a questo importante ambito culturale, per cui tutto ciò che sappiamo è stato mutuato da altre scienze e adattato all'educazione motoria, e si fonda su concetti teorici parzialmente verificati e su esperienze pratiche scientificamente poco fondate.

Gli attuali metodi d'insegnamento dell'educazione motoria trovano la loro origine nelle due forme classiche della deduzione e dell'induzione.

**I metodi induttivi** si basano sull'investimento preventivo nelle capacità dell'alunno di scoprire autonomamente le conoscenze e di fare esperienze, sotto la guida dell'insegnante, a seconda dei diversi stadi evolutivi e maturativi raggiunti.

**I metodi centrati sulla deduzione** partono viceversa dall'ipotesi che l'insegnante possieda adeguate informazioni (conoscenze ed esperienze) che deve semplicemente trasmettere ai propri allievi, a seconda del grado di maturità da essi conseguito per riceverle e valorizzarle.

## **I metodi didattici di tipo induttivo**

Dai metodi riconducibili ad un approccio di tipo induttivo ne derivano tre, che, sia nelle fasi sperimentali iniziali che nelle attuali situazioni applicative, hanno dato risultati altamente positivi, anche se essi rimangono per lo più sconosciuti alla stragrande maggioranza degli educatori sportivi. Questi tre metodi sono:

- ☐ **Il metodo della libera esplorazione**
- ☐ **Il metodo della scoperta guidata**
- ☐ **Il metodo della risoluzione dei problemi**

### **Il metodo della libera esplorazione**

Consiste nella ricerca di esperienze motorie da parte dell'alunno, relativamente agli attrezzi, ai contenuti e ai mezzi.

L'insegnante è uno degli elementi della proposta educativa, la cui principale funzione è quella di dirigere l'attenzione degli allievi, in determinati momenti, verso l'attività più interessante e originale, sviluppata autonomamente da uno o più di loro.

Gli alunni sono perciò protagonisti principali di tale metodo di tipo induttivo, che consiste essenzialmente nella libera ricerca di esperienze motorie.

L'insegnante rischia, se non è in grado di gestirne le conseguenze, di ricoprire un ruolo quasi ininfluente; il suo compito è quello d'indirizzare di volta in volta l'attenzione e l'interesse degli alunni verso una determinata situazione motoria, affrontata da uno o più allievi.

In questo si lascia guidare dalle sollecitazioni degli stessi alunni mentre l'attenzione di questi ultimi può essere concentrata sui diversi aspetti dell'attività mediante l'interazione verbale, fatta di domande e riflessioni su quanto man mano si va svolgendo.

Tradizionalmente si ritiene tale metodo molto vicino a situazioni metodologico-didattiche tipiche della "libera espressione corporea" o della "libera interazione con l'ambiente", care a numerosi indirizzi psicomotori.

Ciò è vero se l'insegnante, abdicando al suo ruolo di guida e protagonista attento dell'attività e non tenendo conto della programmazione educativa-didattica su cui si fonda il suo intervento intenzionale, si fa trasportare dal fascino inquietante "dell'anarchia motoria e comportamentale", ritenendola a torto rivelatrice di chissà quali comportamenti o meccanismi psicologici nascosti o peggio terapia e panacea di non meglio identificati conflitti interiori dei suoi allievi.

### **Il metodo della scoperta guidata**

Di carattere induttivo, tale metodo assomiglia, nella sua struttura, a quello della risoluzione dei problemi. Esso prevede che l'allievo risolva individualmente e liberamente dei problemi, ma all'interno di alcune restrizioni stabilite dall'insegnante.

Ad es., con la domanda "chi è capace di tirare a canestro?" l'insegnante stabilisce una chiara restrizione; si tratta di tirare a canestro, però non dice come, lasciando all'alunno la possibilità di una risposta spontanea e autonoma.

Ciascuna risposta motoria potrà costituire o una nuova **scoperta**, ovvero potrà richiamare situazione già vissute, conosciute o sperimentate in altre situazioni (trasferibilità delle esperienze).

Nel passaggio da una scoperta esecutiva all'altra, il susseguirsi delle domande-stimolo o la modificazione della situazione di partenza potranno essere utili come pause di recupero tra un'attività e l'altra.

In un processo dal semplice al complesso e dal facile al difficile ogni nuova situazione determinerà nuovi quesiti, secondo una progressione coerente che solleciterà risposte complesse, che si baseranno però su elementi conseguiti precedentemente in situazioni più semplici (concatenazione, fruibilità, trasferibilità).

A tale proposito risulta evidente l'importanza che riveste il corretto e coerente uso da parte dell'insegnante delle fasi della didattica e dei contenuti delle attività; egli inoltre non dovrà proporre soluzioni, restringendo semmai il campo della ricerca e della scoperta di soluzioni in un ambito di più facile accesso alle possibilità dei bambini, le cui risposte dovranno comunque essere guidate al successo (rinforzo).

Il principale merito di questo metodo è collegato allo sviluppo dell'attività cognitiva che l'allievo realizza attraverso la motricità. Per ogni domanda formulata dall'insegnante l'alunno deve memorizzare, comparare, trarre conclusioni e prendere decisioni per elaborare un progetto motorio che deve essere immediatamente realizzato.

Questa intensa attività intellettuale mette in condizione l'alunno di scoprire qualcosa di importante per sé: ogni nuova risposta è la scoperta di qualcosa che fino a quel momento gli era sconosciuta. Scoprire qualcosa di nuovo, per poco che possa essere, significa spezzare una "barriera cognitiva" che impedisce in un modo o nell'altro l'evoluzione della persona.

## **Il metodo della risoluzione dei problemi**

Tale metodo consiste nel proporre agli allievi un problema affinché essi lo risolvano in modo personale e creativo. Di norma l'insegnante presenta una situazione alquanto incompleta, dando così l'opportunità agli allievi di scoprire o di inventare da soli qualcosa di nuovo per completare il quadro della situazione.

Ci vengono in mente a tale proposito, preziosi suggerimenti di due grandi insegnanti esperte di motricità quali A.M. Seybold e L. Diemm quando suggeriscono domande e quesiti chiave da rivolgere ai nostri alunni, proprio per stimolarli alla ricerca di soluzioni motorie, la cui verbalizzazione contestuale o successiva fa parte della significatività di questo metodo.

Difatti le domande che l'insegnante rivolgerà ai propri alunni acquistano una evidente rilevanza in funzione dei processi induttivi, propri del metodo della risoluzione dei problemi.

Secondo esperienze consolidate in merito, le domande e i quesiti da utilizzare nel corso dell'interazione verbale con gli alunni potranno essere:

- in che modo possiamo fare per...?; - chi è capace di...?;
- chi vuole provare a...?;
- in quale altro modo si può...?;

Ma altre potranno scaturire dalle diverse situazioni che l'insegnante programmerà.

A volte potrà rendersi necessaria una parziale dimostrazione di un segmento del problema complessivo; ciò non dovrà indurci a pensare d'aver fallito nel metodo, in quanto sarà come offrire un segmento di un disegno, dicendo poi... "completalo come vuoi...", oppure "cosa ci vedi...?".

Offriremo cioè una soluzione parziale di un sub-problema, parte di quello fondamentale, che contribuirà a indicare le possibili soluzioni complessive.

Per ciascuna situazione-problema, si devono poter ipotizzare soluzioni diverse, tutte accettabili, allo scopo di motivare, attraverso il conseguimento del successo da parte di tutti e di ciascuno secondo le proprie capacità e di mantenere viva la tensione della ricerca di soluzioni sempre nuove e diverse anche collettive.

Per le sue caratteristiche e per gli aspetti organizzativi e didattici, tale metodo risulta essere molto indicato per gli alunni delle fasce d'età del primo ciclo elementare.

**Può comunque essere usato con alunni di età superiore, particolarmente nelle attività riferibili ai giochi sportivi, in vista di soluzioni di problemi tattici e di strategia di gioco o di gara.**

### **I metodi didattici di tipo deduttivo**

Dalla pratica riconducibile da un approccio di tipo deduttivo, dei metodi derivano quelli attualmente più utilizzati nell'ambito dell'educazione motoria e sportiva, che sono:

- ☐ **Il metodo dell'assegnazione dei compiti**
- ☐ **Il metodo misto (sintesi-analisi-sintesi)**
- ☐ **Il metodo prescrittivo o del comando**

### **Il metodo dell'assegnazione dei compiti**

Come indica la definizione, esso consiste nell'assegnare compiti agli alunni che li realizzano autonomamente e liberamente.

E' un metodo che si utilizza soprattutto nei percorsi misti e nei lavori in circuito, che prevedono la suddivisione della classe in vari sottogruppi e l'esecuzione di determinati esercizi in ogni stazione

Ad ognuno di essi l'insegnante indica l'esercizio che dovrà essere svolto in ciascuna stazione e nel caso del lavoro in circuito i tempi di recupero tra stazioni.

Questo metodo implica sempre le seguenti fasi: una spiegazione di ciò che dovrà essere realizzato, una dimostrazione da parte dell'insegnante e una ripetizione continua del lavoro da parte di ogni sottogruppo.

Presenta però degli svantaggi: poca spontaneità da parte degli allievi, una non sempre corretta ed efficace realizzazione tecnica degli esercizi, se l'insegnante non controlla i vari gruppi, e infine uno scarso interesse degli alunni a questa attività.

L'insegnante, nell'utilizzare tale metodo deve essere quanto mai competente, dovendo controllare sistematicamente il volume e l'intensità del lavoro eseguito da ogni allievo.

### **Il metodo misto (sintesi-analisi-sintesi)**

E' costituito dall'integrazione delle due fasi dei metodi deduttivi, la sintesi e l'analisi. Mediante la sintesi l'insegnante offre agli allievi una visione d'insieme del gioco e dell'esercizio da realizzare. A questa fase segue l'analisi delle diverse parti o segmenti che costituiscono l'attività.

Per ultimo si ricompone l'esercizio o il gioco nella sua totalità e le varie parti o segmenti vengono realizzati in forma sequenziale. Questo metodo presenta notevoli vantaggi, quali il rapido orientamento tecnico di allievi, la facile correzione degli errori e l'acquisizione in tempi brevi delle tecniche soprattutto sportive.

### **Il metodo prescrittivo o del comando**

Questo metodo dà una rilevanza estrema al ruolo del docente, che in ogni momento è in grado di controllare minuziosamente sia il gruppo degli allievi, sia tutta l'attività svolta da questi ultimi.

Il metodo prescrittivo comporta quattro fasi: l'esplicativa, la dimostrativa, l'esecutiva, la correzione degli errori. Nella prima l'insegnante annuncia e spiega ogni esercizio, nella seconda dimostra la corretta esecuzione dell'esercizio, nella terza gli allievi realizzano gli esercizi, l'ultima fase è destinata alla correzione individuale o collettiva degli errori commessi.

Questo metodo permette un controllo totale della classe, ivi compreso l'ambito disciplinare. E' un metodo quasi sempre negativo per l'eccessivo dogmatismo che permea la figura del docente e per l'annullamento diretto o indiretto della spontaneità e della creatività degli allievi.

### **L'applicazione dei metodi didattici**

L'intenzionalità dell'intervento educativo è insita nella consapevolezza di utilizzare procedure metodologico-didattiche controllabili, verificabili attraverso opportuni momenti di osservazione e di valutazione.

La procedura d'interazione progressiva tra i diversi metodi didattici si configura pertanto come metodo didattico complesso (già citato appunto come metodi dell'interazione tra metodi).

Vediamo ora di esplicitare meglio tale procedura, attraverso un esempio che preveda di applicare ad una determinata situazione stimolo, metodi didattici diversi a partire da quelli induttivi e verso quelli deduttivi.

### **Obiettivo dell'apprendimento è il tiro a canestro dalla lunetta**

**Situazione di partenza** - Si predispongono palle e palloni di tipo e dimensioni diverse (spugna, tennis, minivolley, minibasket, minihandball, ritmica, calcio, etc.).

**Attività proposta** - Giocare con la palla liberamente.

- ☐ **Metodo della libera esplorazione** - I bambini, giocando liberamente con la palla, sperimenteranno tutte le diverse possibilità di movimenti che si possono effettuare,

anche in riferimento ai diversi tipi di palla, con l'attrezzo in rapporto all'ambiente (cose, persone, etc.)

**Osservazione** : le risposte saranno ovviamente le più diversificate e varie; i bambini lanceranno con le mani, calceranno la palla, se la scambieranno, la tireranno verso il muro, verso un canestro, un bersaglio, la faranno rimbalzare, etc.

**Si verificherà** inoltre se i bambini stiano **tutti**, ciascuno a suo modo, giocando con la palla. Ricordarsi di rinforzare e motivare l'attività proponendo piccole sfide (vediamo chi è capace di...)

- **Metodo della scoperta guidata** - Mantenendo la situazione organizzativa precedente, l'insegnante inviterà i bambini, e li guiderà, alla scoperta di tutte le possibilità di giocare con la palla **solo con le mani**, delimitando quindi il campo di esperienze a taluni schemi d'azione.

**Osservazione** : rispetto alla fase osservativa precedente, l'insegnante interverrà nel corso dell'attività, guidando i bambini alla scoperta dei diversi modi di giocare a palla con le mani (lanciare e afferrare con una o due mani, palleggiare con una o due mani, passarla tra due o più compagni, impedire o intercettare il passaggio, tirare con una o due mani verso un bersaglio, una porta, un settore, oltre una rete, verso un canestro, etc.)

**Si verificherà** se tutti i bambini, ciascuno a suo modo, sanno giocare con la palla utilizzando diversi schemi o condotte che prevedono l'uso delle mani. Sarà utile proporre sfide alla scoperta di come ...

- **Metodo della soluzione dei problemi** - La situazione stimolo verrà modificata in parte predisponendo il **problema** in termini di palla o pallone che bisogna riuscire a mandare dentro uno scatolone, un cerchio, (vert. o orizz.), un cesto, un bidone, un canestro da basket, etc., utilizzando un  **tiro** (lanciare) con una o due mani.

**Osservazione:** l'insegnante prenderà nota delle diverse modalità di tiro utilizzate dai bambini (una o due mani, dal petto, da dietro la testa, eccetera) delle diverse distanze o posizioni dal bersaglio che gli stessi sceglieranno (vicino, lontano, dritto, obliquo, etc.).

Il proporre problemi multipli (tiri a bersagli diversi da distanze diverse) con rotazione dei singoli o di piccoli gruppi da un problema all'altro, consentirà di esercitare varie abilità (condotte).

**Si verificherà** che tutti i bambini, ciascuno a suo modo, sappiano trovare soluzione ed esecuzioni idonee a risolvere i problemi posti dalle diverse situazioni. Inserire brevi gare magari ripetute nelle diverse situazioni.

- **Metodo dell'assegnazione dei compiti** - Si tratterà di predisporre una situazione più definita in termine di gamma delle risposte possibili (gamma più ristretta) a partire dal ventaglio di abilità già esercitate e possedute (derivate dalle esperienze precedenti). Il compito assegnato sarà quello di fare canestro, usando il pallone da minibasket, naturalmente tirando verso un canestro da minibasket.

**Osservazione** : verrà osservato il tipo di abilità che i bambini utilizzeranno e le modalità di esecuzione (la posizione rispetto al canestro, la distanza dallo stesso, l'uso di una o due

mani, la gamma di tiri diversi, la riuscita o meno del punto, il miglioramento graduale delle singole prestazioni, etc.).

**Si verificherà** che tutti i bambini, ciascuno a suo modo, siano in grado di tirare verso il canestro con il pallone da minibasket e di colpire almeno il tabellone, il ferro, la retina, eccetera.

- **Metodo misto (sintesi-analisi-sintesi)** - Verrà effettuata la dimostrazione completa del gesto tecnico relativo al tiro dalla lunetta. I bambini cercheranno di imitarne l'esecuzione senza che vengano apportate di volta in volta correzioni. Si provvederà quindi ad effettuare un'ulteriore dimostrazione dei vari movimenti parziali nelle diverse fasi esecutive (posizione delle mani sul pallone, posizione dei piedi, delle gambe, delle braccia, etc.); seguiranno poi analoghe esecuzioni collettive e individuali delle singole fasi del gesto, fino alla ricomposizione della sua totalità e complessità.

**Osservazione:** l'insegnante e gli alunni osserveranno di volta in volta le singole esecuzioni, le diverse fasi di analisi del gesto e le relative correzioni da apportare.

Sarà utile far ripetere diverse volte le esecuzioni sia in forma individuale che collettiva, e si comunicheranno di volta in volta le osservazioni affinché ci sia informazione e consapevolezza.

**Si verificherà** il livello complessivo di miglioramento del gesto, sia a livello individuale che collettivo, e gli effetti delle diverse correzioni e delle varie ripetizioni. Un'azione di supporto utile è quella di far ricoprire il ruolo di "osservatori/correttori" a turno dagli stessi bambini.

- **Metodo prescrittivo** - La situazione (esercitazione) che verrà predisposta sarà di tipo assolutamente deduttivo, in quanto prescriverà ogni cosa affinché l'esecuzione sia definita in partenza in ogni singolo aspetto. Potrà ad esempio essere una gara di tiri a canestro dalla lunetta, con tempi prestabiliti, punteggio prestabilito, modalità di esecuzione tecnica determinate ad esclusione progressiva di giocatori che non effettueranno il punto, etc.

**Osservazione** : assieme ad un'osservazione complessiva di tipo tecnico, verranno annotati i punteggi, i tempi delle squadre e dei singoli; verrà inoltre stilata una classifica, sia riferita ai punteggi singoli, che all'esecuzione del gesto. Ogni tipo di valutazione verrà comunicata affinché vi sia consapevolezza dei valori e delle prestazioni conseguite.

**Si verificherà** il livello di abilità motoria raggiunta dai singoli e dal gruppo in rapporto al coincidente obiettivo che ci si era preposto all'inizio del nostro lavoro (il tiro a canestro dalla lunetta).

**Conclusioni** : la procedura proposta è riproducibile e proponibile all'infinito in relazione ad ogni tipo di obiettivo di apprendimento che si voglia perseguire, anche sul piano dell'apprendimento di tattiche e strategie di gioco, dalle più semplici alle più complesse.

## Saper allenare

In relazione al SAPER ALLENARE vale la pena di rammentare che tale competenza coinvolge l'ambito della teoria e della metodologia dell'allenamento, dei suoi principi e delle sue leggi, e che postula l'acquisizione di nuclei concettuali fondamentali (ad esempio i principi del carico), di conoscenze (ad esempio la tipologia delle diverse metodiche di allenamento delle capacità motorie) e di esperienze (ad esempio la

dimestichezza con la periodizzazione dell'allenamento e la sua organizzazione i cicli di sedute).

Il SAPER ALLENARE i giovani presuppone competenze relative a:

- ☐ Saper definire il modello di prestazione sportiva giovanile
- ☐ **Conoscere i principi del carico fisico (\*)**
- ☐ Saper programmare e periodizzare l'allenamento
- ☐ Saper definire gli obiettivi dell'allenamento
- ☐ Saper scegliere i contenuti ed i mezzi dell'allenamento
- ☐ Saper applicare le metodiche di allenamento
- ☐ Saper valutare gli effetti dell'allenamento

**(\*) Per esempio** - Presa in esame questa competenza, precisando che al termine CARICO FISICO corrisponde la distinzione tra CARICO ESTERNO (gli esercizi) e CARICO INTERNO (la reazione e l'adattamento dei sistemi di organi), ad essa afferisce la capacità di conoscere le diverse caratteristiche generali che può avere un determinato carico di allenamento quali:

- ☐ CARATTERE - carico generale - carico specifico
- ☐ FINALITA' - in relazione ai meccanismi energetici impegnati (aerobico/anaerobico/ecc.)
- ☐ LIVELLO TECNICO-COORDINATIVO - elevato, medio, basso
- ☐ GRANDEZZA - massima, elevata, media, scarsa riferita alla complessità dell'impegno
- ☐ FREQUENZA - numero di sedute per periodo di tempo, eccetera

Si tratterà poi di saper scegliere e applicare una serie di esercizi o di azioni idonee alle caratteristiche del tipo di carico di allenamento che s'intende realizzare, le cui componenti sono:

- ☐ INTENSITA' - grandezza (forza) dell'azione
- ☐ DENSITA' - rapporto tra tempi di azione e tempi di recupero
- ☐ DURATA - tempo dell'azione o di una serie di azioni
- ☐ VOLUME - durata e numero di azioni per seduta di allenamento

Una regola generale della fisiologia afferma che:

- ☐ Un carico di allenamento migliora e incrementa le funzioni dell'organismo se supera la soglia di stimolo dell'attività quotidiana;
- ☐ Quando il carico di allenamento risulta eccessivo rispetto alla soglia di stimolo, produce un effetto negativo, peggiora le funzioni organiche e ne compromette il corretto sviluppo;
- ☐ Se il carico di allenamento resta al disotto della soglia di stimolo, esso è privo di effetti.

## I PRINCIPI DEL CARICO DI ALLENAMENTO DEI GIOVANI

- ☐ **unità tra carico e recupero** → tale da consentire i processi di adattamento interno

- ❑ **progressività del carico** → da volumi di carico stabilizzati a volumi più elevati
- ❑ **continuità del carico** → considerare le connessioni tra diverse occasioni di attività
- ❑ **variazione del carico** → successione di esercizi nella singola seduta e di attività nell'anno
- ❑ **ciclicità del carico** → valido in occasione di periodizzazioni in vista d'impegni agonistici rilevanti
- ❑ **unitarietà del carico** → coerenza tra multilateralità generale, orientata e mirata
- ❑ **sistematicità del carico** → da semplice a complesso, da facile a difficile, da conosciuto a nuovo
- ❑ **stabilità del carico** → tale da consentire di consolidare le capacità e stabilizzare le abilità
- ❑ **evidenza del carico** → usare dimostrazioni e test per rendere "evidenti" le esercitazioni
- ❑ **adeguatezza del carico** → ai livelli di partenza, all'età, al sesso, alla tipologia di attività
- ❑ **consapevolezza del carico** → uso adeguato della comunicazione e del feedback

**N.B.** Per tutti gli aspetti suindicati valgono le linee guida di cui ai **punti 3 e 4 del capitolo 5** dedicato agli aspetti connessi alle problematiche fisiologiche e funzionali della prestazione.

## Saper promuovere

Promuovere significa dare impulso a qualcosa per farla progredire, per condurla ad un grado di realizzazione o ad una dignità maggiore attraverso un preciso progetto: ciò impone di avere, da parte dell'attore, un'idea esatta su cosa vada considerato come progresso di quell'oggetto.

Promuovere è, dunque, un agire che ha per obiettivo la struttura e/o le condizioni dell'attività sportiva, orientato in modo tale che, alla fine, essa si svolga effettivamente "più avanti" rispetto a prima. Questo è l'aspetto **oggettivo** della competenza dell'operatore sportivo.

Il suo significato è evidentemente più vasto e più profondo della sua derivazione mercatistica (la promozione delle vendite) e non può essere ridotto a questa. L'idea fondante è che lo sport debba essere promosso, piuttosto che promozionato.

Il promuovere obbliga innanzitutto a definire il contesto evolutivo: cosa fa evolvere la mia disciplina? E cosa lo sport tutto intero? Cosa si deve intendere per evoluzione di un'associazione sportiva? Più medaglie? Più iscritti? Più soldi in bilancio?

Le prospettive sono numerose e diverse, ma devono inevitabilmente nascere da un pensiero realmente strategico, cioè capace di elaborare lo schema evolutivo: il pensiero rappresenta l'aspetto **soggettivo** della competenza..

Il promuovere è azione globale e strategica che, come tale, non può essere né estemporanea, né saltuaria. E non può essere delegata all'esterno - per esempio ad

un'agenzia di pubblicità - perché ha natura sostanziale all'organizzazione stessa. La promozione riguarda il modo in cui un'Associazione, o una Federazione, sta in relazione con i suoi ambienti vitali.

Essa è, quindi, responsabilità di tutti coloro che partecipano all'organizzazione, atleti, tecnici e dirigenti. Perciò il promuovere impone la gestione di un'efficace comunicazione interna all'organizzazione sportiva, che riguarda sia la prospettiva (il quadro evolutivo) sia il progetto nei suoi dettagli.

La comunicazione però non va confusa con il puro trasferimento di informazioni, perché si realizza solo nel momento della ricezione da parte di un soggetto che la interpreta. La comunicazione intreccia continuamente azioni comunicative, informazioni, atti di interpretazione e si nutre del "senso" che viene trasferito. Perché una comunicazione si stabilisca, occorre che il ricevente condivida il senso costituito dal quadro evolutivo richiamato in precedenza: comunicare appare quindi come l'aspetto **relazionale** della competenza.

Le competenze specifiche possono quindi essere le seguenti:

- ☐ Saper elaborare uno schema evolutivo dell'organizzazione
- ☐ Saper pianificare le relazioni con gli ambienti vitali
- ☐ Saper progettare le azioni al fine di promuovere
- ☐ Saper condividere l'analisi e gli obiettivi organizzativi
- ☐ Saper comunicare all'interno ed all'esterno dell'organizzazione

## L'IMPORTANZA DELLE REGOLE NEL MINIBASKET

### Le regole vengono sempre prima dei regolamenti

Il bambino che gioca, è sempre protagonista attivo delle proprie azioni, mette nel gioco il meglio di se stesso e misura i propri limiti. Definire il gioco come il “recupero di energie perse in attività impegnative”, oppure riposo , significa non aver mai visto giocare i bambini e non capire assolutamente che cosa è veramente il gioco.

Il bambino che gioca, impegna in maniera diffusa gran parte delle strutture nervose mature. Questo impegno profuso liberamente e dal quale si ricava piacere, è alla radice e probabilmente costituisce la condizione preliminare, di ogni futura conoscenza significativa.

E' una importante caratteristica del gioco, la possibilità di “montare” e “smontare”, organizzare e rielaborare sequenze comportamentali.

La libertà individuale che si incontra con altre libertà individuati, per dar vita a forme più complesse e soddisfacenti di gioco (la socializzazione e la conoscenza di nuovi compagni sono spesso l'input che dà il via al gioco), permette la nascita di regole comuni.

Chiunque giochi rispetta le regole accettate senza obblighi (anche nel gioco individuale) e la regola è la garanzia della libertà di ognuno. La regola è fonte di ogni reale forma di socializzazione, riconoscimento spontaneo di essa e la partecipazione a crearla.

Unita alla possibilità di modifiche, forma la personalità morale individuale del bambino e crea il senso del vivere civile, che è il fondamento di ogni forma di società.

Se nel gioco è essenziale stabilire regole comuni, cioè convenzioni che permettono di creare una parte di tempo e di spazio, disgiunta dalle leggi del mondo reale, significa che in ogni gioco si fa uso di immagini, segni o simboli.

Parlare di regole nel giocoport è molto importante, in quanto nelle regole si sintetizzano tutti gli aspetti fisici e psichici dello sport. Le regole possono essere poche, tante, tantissime, semplici e difficili, ma ogni regola per essere valida, deve possedere una "valenza ludica" e deve definire, in linea di massima, i confini entro i quali si può giocare.

La regola manifesta la sua ambiguità e la sua contraddittorietà, in quanto si pone contemporaneamente come limitazione delle possibilità e come unico modo attraverso il quale il gioco si manifesta concretamente. Le regole relazionano i comportamenti; non esisterebbe la vita, intesa in senso fisico, se non esistessero le regole.

L'attività sportiva, in quanto parte della nostra esistenza, deve avere delle regole.

Se lo sport è al passo della società che cambia e si evolve, le regole non devono avere il carattere di fissità nel tempo; i Regolamenti devono cambiare ed adeguarsi alla realtà in continua evoluzione.

Non devono esistere interpretazioni rigide e costrittive delle regole, ma un Regolamento flessibile in relazione all'età e al grado di apprendimento dei bambini.

L'applicazione di un Regolamento viene dopo, come esigenza di dare ordine al gioco, come richiesta del bambino, che prende coscienza che le regole non sono un fallo restrittivo o autoritario, ma una condizione necessaria per il giocare meglio. “

“Educare alla regola” significa aiutare i bambini a crescere nella comprensione e nel rispetto di se e degli altri, significa educare alla convivenza democratica, rafforzare la consapevolezza ed incoraggiare la comunicazione. La regola non deve essere subita, deve essere vissuta: chi gioca deve essere coinvolto nell'apprendimento delle regole, deve conoscere e comprendere le motivazioni che sottendono ad ogni regola.

Insegnare le regole significa stabilire un ponte tra il bambino e il gioco: primo legame che porta successivamente alla conduzione del gioco stesso. Il giocoport Minibasket deve rispondere alle esigenze complessive della crescita globale della personalità del bambino e come tale deve rispettare il bisogno alla creatività e alla comunicazione. Deve essere regolamentato, per permettere ad ogni bambino di esprimersi al meglio, rispondendo alle motivazioni primarie di gioco e di agonismo e alle motivazioni secondarie di affiliazione e autorealizzazione.

Il Regolamento del Minibasket deve essere utilizzato secondo uno spirito, all'interno di un metodo di insegnamento e con gradualità. Per i bambini più piccoli le regole devono essere semplici e non restrittive, insegnate durante il gioco, capite, vissute ed infine applicate.

Con il passare del tempo sarà il bambino stesso a chiedere di diminuire la tolleranza nell'applicazione delle stesse, per poter organizzare un piano di gioco rispondente alle sue conoscenze ed abilità.

Non bisogna pertanto far rispettare le regole ai bambini in modo punitivo, ma è importante aiutarli a capire il perché dei loro errori. Il Regolamento di gioco non deve svilire lo spirito del gioco stesso, deve fare in modo che il disordinato modo di giocare dei bambini diventi più ordinato.

Il compito di tutti gli Istruttori è quello di guidare con tale spirito i bambini alla scoperta delle regole, del gioco e del confronto leale.

Il Minibasket si apprende lentamente (capacità di gioco) e progressivamente; il medesimo procedimento vale per l'apprendimento delle regole di gioco, che sono la base dei fondamentali cestistici del gioco stesso. I bambini devono apprendere le regole, più per il desiderio di perfezionarsi, che per il timore di subire una sanzione.

Le regole di gioco del Minibasket non devono costituire il punto di partenza degli apprendimenti, ma il punto di arrivo nella messa in pratica di quanto appreso in palestra.

L'Istruttore, durante il gioco, gli esercizi e le gare, deve far rispettare le regole (in modo differente a seconda delle età dei bambini) ed utilizzare il "buon senso pedagogico" nell'insegnamento delle stesse (saper comunicare ed accertarsi che i bambini sappiano discriminare tra il corretto e il non corretto).

Per quanto attiene infine ai regolamenti veri e propri del Minibasket e del Settore, si farà riferimento alle Carte Federali ed all'apposita Guida Organizzativa.

**TUTTA LA SECONDA PARTE DEL LIBRO SCRITTA DA MAURI  
ANDREBBE MESSA QUI OVVIAMENTE PRIMA DELLA BIBLIO ALLA  
QUALE ANDREBBE AGGIUNTA QUELLA PROPOSTA DA MAURI**

## **BIBLIOGRAFIA.**

A.A.VV

*"Corpo, movimento e prestazione"*

CONI-IEI, Roma 1987

A.A.VV

*"L'Educazione Motoria di Base"*

CONI-IEI, Roma 1988

A.A.VV

*"Motor Coordination in Sport and Exercise"*

FIDAL, Bologna 2000

A.A.VV

*"Supercorso e seminario monodisciplinare per Istruttori Nazionali Minibasket"*

SdS, Roma 1991

A.A.VV

*"Clinic Nazionale Minibasket – Appunti"*

Treviso 1999 – 2000 – 2002

A.A.VV

*"Clinic Nazionale Minibasket – Appunti"*  
Riccione 1997 – 1998 - 1999 – 2000 - 2002

A.A.VV

*"Clinic Nazionale Minibasket – Appunti"*  
Gaeta 2000 – 2001 – 2002

A.A.VV

*"Clinic Internazionale Minibasket – Appunti"*  
Verbania 2000

A.A.VV

*"Corsi Istruttori Nazionali – Appunti"*  
FIP 1992/2003

A.A.VV

*"Master Nazionale Istruttori Minibasket – Appunti"*  
FIP 1999/2003

Abate Dinouart

*"L'arte di tacere"*  
Rizzoli, Milano 1995

Amodeo-Cremonini-De Giorgio-Marcangeli-Mondoni

*"Conoscere e insegnare il Minibasket"*  
FIP, Roma 1999

Amodeo-Cremonini-De Giorgio-Marcangeli-Mondoni-Mura-Tamantini-Venturini

*"Tutti i segreti del Minibasket"*  
FIP, Roma 2002

Beltrami C. – Mondoni M.

*"Infanzia, Movimento, Educazione"*  
Padus, Cremona 1988

Berna F.

*"Il corpo in cartella"*  
Edi-Ermes, Milano 1997

Buonamano – Cei A. – Mussino A.

*"La motivazione alla pratica sportiva nei giovani"*  
SdS, Roma 1992

Carbonaro G. – Madella A. – Manno F.- Merni F. – Mussino A.

*"La Valutazione nello sport dei giovani"*  
S.S.S., Roma 1988

Cei A. – Madella A.

*"Le tecniche della comunicazione didattica"*  
SdS, Roma 1992

Cremonini M.

*"Educare Giocando"*  
Insieme per Crescere, Brescia 2002

Le Boulch J.

*"L'Educazione Psicomotoria nella Sc.Elementare"*  
E.S.U., Milano 1989

Lombardozzi A.– G. Musella – F. Calducci – E. Bargelli  
*Giochi sportivi*

Piccin – 2001

Madella A. – Cei A. – Londoni M. - Aquili N.  
*“Metodologia dell’allenamento sportivo”*  
SdS, Roma 1998

Mahlo F.  
*L’acte tactique en jeu*  
Paris – Victor Frères – 1974

Mango P.

**“L’allenamento delle Capacità Senso-Percettive nel Basket”**  
Rocco C.E., Napoli 1992

Mantegazza R.  
*“Con la maglia numero sette”*  
Unicopli, Milano 1999

Martin Lee  
*“Coaching Children in Mini-Basketball”*  
FIBA, Royston (U.K.) 1998

Meinel K.  
*“Teoria del Movimento”*  
SdS, Roma 1984

Melzani L.  
*“Giochi ritrovati”*  
FDA, Brescia 2000

Merni F. – Carbonaro G.  
*“Test Motori”* SdS, Roma 1982

Mondoni M.  
*“Giocosport pallacanestro”*  
FIP, Roma 1998

Oliverio A.  
*“L’arte di imparare”*  
Rizzoli, Milano 1999

Kindlon D. – Thompson M.  
*“Intelligenza Emotiva”* Rizzoli,  
Milano 2000

Piaget J.  
*“Le nozioni del movimento e velocità nel bambino”*  
Newton, Roma 1975

Soliani R.  
*“Educare il movimento – Educare attraverso il movimento”*  
Libreria dello Sport, Milano 1995

Sotgiu P. Pellegrini F.M.  
*“Attività motorie e processo educativo”*  
Soc.Stampa Sportiva – Roma – 1985

Weineck J.  
*L’allenatore ottimale*  
Calzetti Mariucci – 2001