

# Corso tecnico 1° livello

---

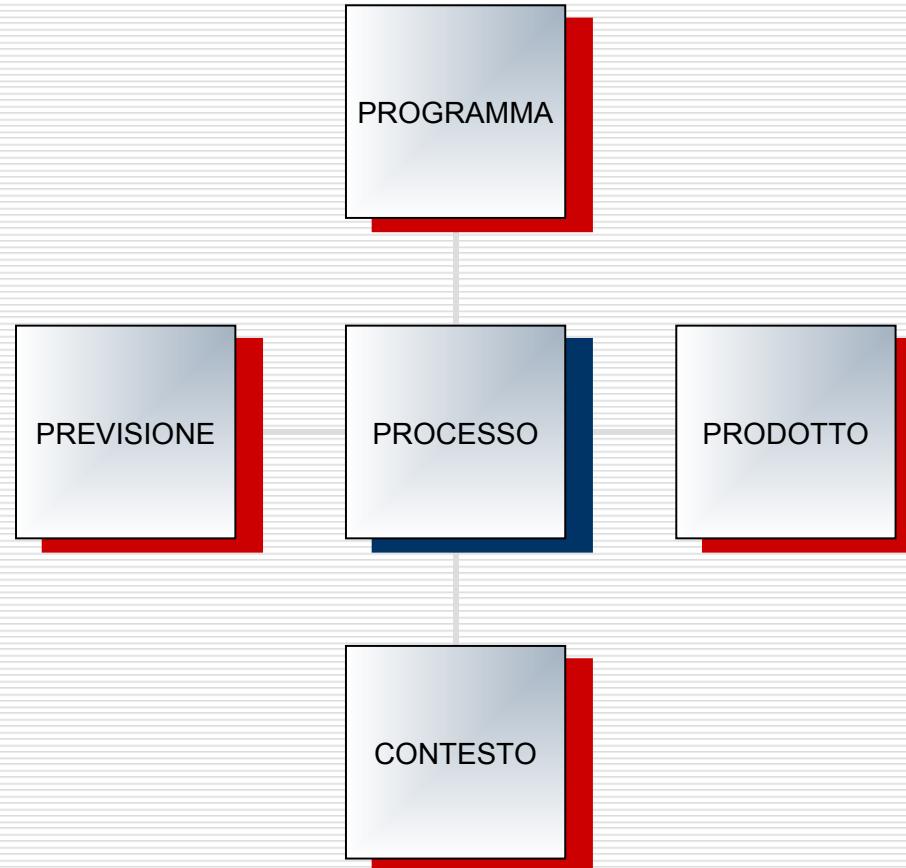
Aprile 2021

- Cecina
  - Pontedera
  - Prato
-

- 
- Ciò che parte è diverso da ciò che arriva
  - Ciò che conta è quello che arriva
-

# MODELLO DI STUDIO DELL'INSEGNAMENTO

---



# PREVISIONE

L'insegnamento subisce l'influenza di chi lo imparte

---

- Formazione professionale (esperienza acquisita con lo studio)
  - Esperienza professionale (esperienza acquisita durante il lavoro)
  - Caratteristiche dell'insegnante (motivazione, intelligenza, tratti della personalità')
-

# PROCESSO

**L'insegnamento viene condizionato da chi lo imparte, chi lo riceve, le condizioni in cui si svolge**

---

- Comportamenti dell'insegnante (difficoltà di percezione ed autovalutazione del suo intervento, necessità di osservazione sistematica)
  
  - Comportamenti dell'allieva/o (accettazione dell'intervento, impegno responsabile)
  
  - Modifiche osservabili nei comportamenti dell'allieva/o (legati molto spesso al rapporto con l'insegnante)
-

# PROGRAMMA

---

- Obiettivi (decisi dall'insegnante, ma condivisi)
  - Contenuto (la disciplina da insegnare)
  - Tipo di valutazione (oggettiva, soggettiva, mista)
-

# CONTESTO

---

- Attrezzatura
  - Tipi di allievi
  - Livello di allenamento
-

# PRODOTTO

**Risultati dell'insegnamento (cambiamenti provocati nell'allievo dalla partecipazione all'attività)**

---

- Acquisizione ed effetti a lungo termine (miglior stile di vita, effetti sull'educazione al vivere in comunità)
  - Acquisizione ed effetti a breve termine (miglioramento delle prestazioni, maggior autostima)
-

- 
- Come si deve orientare la propria azione di insegnamento?
  - A quali principi metodologici dobbiamo rifarci nel perseguitamento della prestazione tecnica dei propri atleti?
-

# CARATTERISTICHE DI UN INSEGNAMENTO EFFICACE

---

- Elevata percentuale di tempo dedicato all'obiettivo dell'insegnamento
  - Tasso elevato di comportamenti degli allievi in rapporto con il compito
  - Buon adattamento dei contenuti alle abilità degli allievi
  - Clima positivo nel gruppo
-

# CARATTERISTICHE DI UN INSEGNAMENTO INEFFICACE

---

- Tasso elevato di critiche degli allievi
  - Frequenti interventi disciplinari
  - Maggior percentuale di tempo dedicata al controllo degli allievi
  - Minor strutturazioni delle attività
  - Maggior ricorso ad interazioni improvvise
-

# COME MIGLIORARE LA PROPRIA METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO

---

- Avere dei punti chiave di riferimento (conoscenze di tipo meccanico e fisiologico, conoscenze mutuate da allenatori di certa competenza)
- Avere una disponibilità ad autovalutarsi
- Avere un sistema di controllo dell'allenamento, che non si limiti a tenere conto del risultato delle competizioni
- Avere consapevolezza di ciò che si fa per migliorare le strategie

Madella - Mantovani

---

# GLI STILI DI INSEGNAMENTO

---

- Lo stile d'insegnamento attraverso comandi
- Lo stile d'insegnamento per compiti
- Lo stile d'insegnamento per valutazione reciproca
- Lo stile d'insegnamento per programmi individuali

Mosston

---

# E' OPPORTUNO RICORDARE CHE

---

- Non esiste uno stile ideale di insegnamento
  - Non esiste una gerarchia degli stili
  - E' importante una applicazione corretta dello stile progettato
-

# LA STESURA DEL PROGRAMMA

---

- Problema dei programmi non letti
  - Problema dei programmi non scritti
-

# PROGRAMMAZIONE

---

- A lungo termine : programmazione annuale
  - A medio termine : programmazione mensile
  - A breve termine : programmazione della seduta
-

# STRUTTURA DELLA SEDUTA

---

- Parte preparatoria
  - Parte principale
  - Parte finale
-

# PARTE PREPARATORIA

---

- Presentazione degli obiettivi della seduta
  - Presentazione dei contenuti della lezione
  - Esecuzione di esercizi già conosciuti e poco impegnativi
  - Comandi chiari con poche dimostrazioni
  - Gli esercizi devono essere collegati al resto dell'allenamento
-

# PARTE PRINCIPALE

---

- Sviluppo degli obiettivi previsti
  - Utilizzo di progressioni didattiche
  - Strutturare la parte principale partendo dalle esercitazioni a maggior impegno nervoso verso quelle a maggior impegno metabolico
-

# PARTE FINALE

---

- Prevedere esercizi di allungamento e di rilassamento
  - Dedicare un tempo, breve, alla disamina della seduta effettuata
-

# Guardare o osservare

---

- L'osservazione è l'atto attraverso cui l'allenatore diventa consapevole dell'agire dei suoi atleti nonché delle abilità che dimostrano di mettere in campo durante lo svolgimento delle prestazioni sportive

Alberto Cei

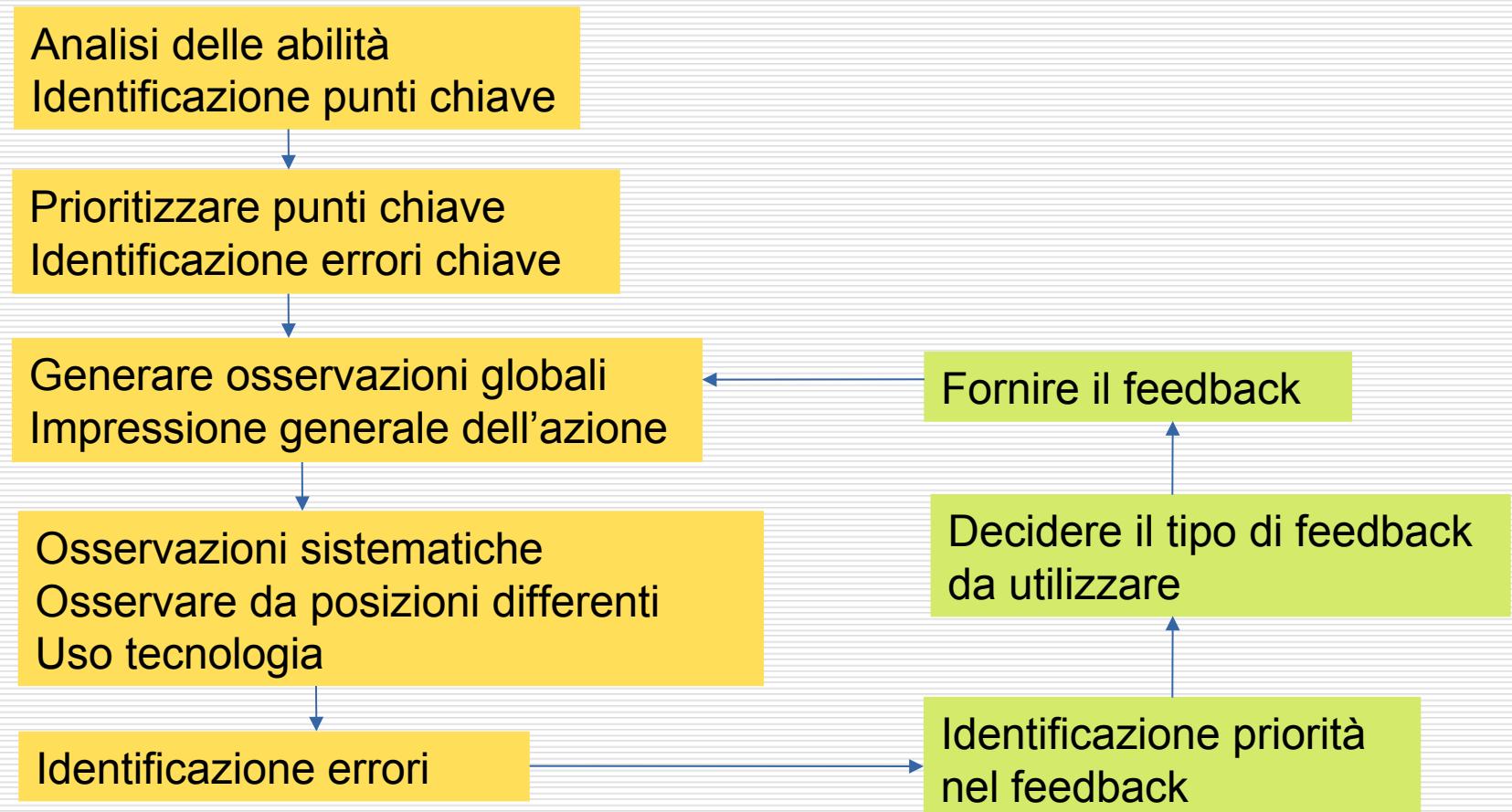
---

# L'osservazione è un'analisi finalizzata a:

---

- Determinare gli interventi da programmare
  - Verificare l'efficacia dell'apprendimento e delle prestazioni degli atleti
  - Analizzare singole fasi di un movimento per valutarne la correttezza
-

# Un modello per osservare



# GESTIONE DEI CONFLITTI

---

- Prendi tempo
- Ascolta

chi conduce una riunione propone l'argomento e dice la propria opinione da ultimo

- Interroga
  - Restituisci il significato
-

# Insegnamento della tecnica

---

- L'allenatore è sempre un insegnante
- Nelle discipline tecniche questo aspetto si accentua
- L'allenatore è spesso orientato su Carico

Sviluppo capacità motorie  
Preparazione speciale

---

---

I programmi di allenamento sono generalmente costituiti con una chiara ottica quantitativa

I mezzi di sviluppo della tecnica e quelli didattici non sono quasi mai specificati a livello qualitativo

---

# Definizione della tecnica

---

Riduzione del divario tra il comportamento motorio (percepito) dell'atleta e il modello mentale dell'allenatore (Daugs)

# Cosa è l'allenamento tecnico

---

Processo di apprendimento,  
perfezionamento e stabilizzazione di  
movimenti o corsi di azione

= ➔

Migliore abilità di risolvere problemi  
specifici

---

# Costruzione della performance: Conoscenza e abilità

---

Rispetto ad altre forme di conoscenza:  
Nel movimento sportivo sapere quando e come (la conoscenza teorica) non equivale affatto a sapere eseguire il movimento (come in matematica o scacchi)

Il sistema di elaborazione delle informazioni ha delle notevoli pressioni temporali

---

# Azioni sull'istruzione

---

Poche informazioni e frequenti

Evitare information overload

Evitare dipendenza dall'allenatore

Guidare l'osservazione dell'atleta

---

# Azioni sull'istruzione

---

Gestire i processi attentivi

Controllare la comprensione

Evitare di mentalizzare il movimento

Sollecitare il recupero delle esperienze

---



**Grazie dell'attenzione**

