

Insegnamento Metodi e didattica delle attività motorie e sportive

SSD M-EDF/02 – 2° anno curriculum metodologico

prof. Valter Durigon

PROGRAMMA DELL'INSEGNAMENTO

Concetti generali dell'apprendimento motorio. Il movimento umano e le sue classificazioni. Capacità, abilità, competenze e differenze individuali. Metodologia per lo studio del comportamento umano. Lo sviluppo degli schemi motori di base e delle capacità coordinative. Stadio dello sviluppo motorio e le loro diverse classificazioni. Meccanismi di elaborazione delle informazioni nell'esecuzione del movimento (identificazione degli stimoli, selezione della risposta, programmazione della risposta). Sistemi di controllo open e closed-loop. Concetto e tipologie di feedback, applicazioni inerenti la correzione dell'errore. Aspetti metodologici per l'apprendimento motorio (quantità della pratica, distribuzione, variabilità, organizzazione ed interferenza contestuale, pratica per parti e globale). Anticipazione, attenzione, arousal, Meccanismi di elaborazione in parallelo e seriale. Sistemi percettivi. Programma motorio e parametri del movimento. Selezione e programmazione della risposta motoria (memoria di rievocazione e di riconoscimento). Sistemi di controllo della risposta motoria. Transfer, strategie e metastrategie. Conflitto semantico-sensomotorio.

- **Classificazioni del movimento**
- **Capacità, abilità, competenze**
- **Sistemi di controllo open e closed-loop**
- **Feedback e correzione dell'errore**
- **Attenzione, arousal, anticipazione**
- **Meccanismi elaborazione informaz.**
- **Transfer e meta strategie**

<u>Aspetti metodologici:</u>	<u>Blocchi tematici:</u>
1. Quantità della pratica	1. Classificazioni del movimento, capacità, abilità, competenze
2. Distribuzione	2. Feedback aggiuntivo
3. Variabilità	3. Strategie per l'apprendimento motorio
4. Interferenza contestuale	4. Percezione, attenzione, arousal, processi decisionali
5. Pratica per parti e globale	5. Meccanismi elaborazione informazioni
6. Transfer	6. Transfer e metastrategie
7. Strategie e metastrategie	

OBIETTIVI FORMATIVI GENERALI DEL CORSO

Il corso ha lo scopo di far acquisire agli studenti conoscenze e competenze di tipo tecnico-didattico nell'ambito dell'attività motoria organizzata e degli sport (individuali e di squadra). Il programma è articolato in modo da analizzare in forma teorica e pratica alcune specialità sportive e una serie di attività formative di base per lo sviluppo dei prerequisiti collegati alla prestazione sportiva.

Il corso si prefigge inoltre di fornire i fondamenti di teoria e metodologia del movimento umano in una prospettiva prevalentemente cognitivo-comportamentale pur fondata su processi neurologici e biomeccanici sottostanti alla produzione del movimento ed al controllo motorio. Le acquisizioni del corso costituiranno i prerequisiti e le basi di cui lo studente dovrà disporre per comprendere i contenuti teorici e padroneggiare gli aspetti applicativi della disciplina.

OBIETTIVI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO

Al termine del corso lo studente dovrà essere in grado di conoscere i meccanismi di percezione, analisi ed elaborazione delle informazioni per l'esecuzione, il controllo e l'apprendimento motorio, i processi di anticipazione, attenzione ed arousal.

La metodologia della ricerca e della sperimentazione sarà affrontata nelle sue linee essenziali, per sensibilizzare lo studente alle problematiche dell'indagine scientifica in ambito motorio.

ARGOMENTI DELLE LEZIONI (AULA)

1. Classificazione del movimento (capacità, abilità, competenze): classificazione delle capacità motorie – definizione e classificazione delle capacità condizionali – definizione e classificazione delle capacità coordinative.
2. Classificazione del movimento (capacità, abilità, competenze): metodi di sviluppo delle capacità coordinative.
3. Classificazione delle abilità motorie in base alle richieste dell'azione ed in base alle richieste dell'ambiente. Stadi dell'apprendimento motorio.
4. Stadi dell'apprendimento motorio: strutture coordinative e il problema dei gradi di libertà – approccio dinamico al controllo e all'apprendimento motorio – sistemi di controllo a circuito chiuso – elaborazione delle informazioni in compiti diversi (abilità open e closed-loop discrete, continue e intermedie). Feedback aggiuntivo e correzione dell'errore: istruzioni verbali, visive, cinestesiche – introduzione al feedback e classificazione – feedback intrinseco ed estrinseco (aggiuntivo) – KR e KP.
5. Feedback aggiuntivo e correzione dell'errore: effetti del feedback aggiuntivo – caratteristiche di contenuto del feedback – informazioni inerenti l'errore e l'esecuzione corretta – vantaggi e limiti del KR e KP – informazioni qualitative e quantitative – limiti di tolleranza dell'errore –

feedback erroneo – feedback verbale – feedback visivo – feedback cinematografico – biofeedback.
– modalità di presentazione del compito (istruzioni e modeling) – concetto e tipologie di feedback – applicazioni inerenti la correzione dell'errore – caratteristiche temporali del feedback aggiuntivo – feedback concorrente e feedback terminale – intervallo pre-KR e intervallo post-KR – lunghezza intervallo – caratteristiche temporali del feedback aggiuntivo – attività nell'intervallo – frequenza feedback – tecniche per ridurre la frequenza del feedback.

6. Strategie di apprendimento: quantità, variabilità, distribuzione e interferenza contestuale.
7. Pratica globale e analitica – Percezione, attenzione, arousal e anticipazione 1: attenzione e arousal – differenze nella percezione visiva fra principianti ed esperti – differenze fra abilità closed e open – dimensioni dell'attenzione.
8. Relazione fra arousal e prestazione – relazione fra arousal e prestazione in compiti diversi relazione fra arousal e prestazione per diversi livelli di abilità.
9. Percezione, attenzione, arousal e anticipazione 2: tempo di reazione e fattori che influenzano il tempo di reazione. Anticipazione ed azioni efficaci di finta.
10. Programma motorio generalizzato. Schema di richiamo e schema di riconoscimento. Caratteristiche di reazioni muscolari ad eventi destabilizzanti.
11. Processi mentali di elaborazione delle informazioni nell'apprendimento motorio – differenze fra atleti esperti e principianti. Transfer e metastrategie: " Five-step strategy" per self paced skill. Strategie e metastrategie per l'insegnamento di abilità closed e open – progressione didattica per l'insegnamento degli sport di situazione.
12. Perfezionamento tecnico/tattico e processi decisionali negli sport di situazione.

ARGOMENTI DELLE LEZIONI (LABORATORIO)

1. Schemi motori di base
2. Capacità coordinative: combinazione e abbinamento; equilibrio; orientamento spazio-temporale; ritmo
3. Capacità coordinative: differenziazione percettiva; reazione; adattamento e trasformazione
4. Analisi del movimento
5. Percezione e analisi delle informazioni visive negli sport di situazione
6. Five step strategy
7. Interferenza contestuale – variabilità – metodo globale e analitico
8. Reazione – attenzione – tattica

Caratteristiche del compito: analisi dei movimenti e dei gesti tecnici di alcune discipline sportive. Stadi dell'apprendimento motorio e identificazione dei livelli di apprendimento nello studio di alcuni casi. Semplificazione del compito in base agli stadi dell'apprendimento motorio

Interferenza contestuale: esemplificazioni attraverso esercitazioni di ginnastica artistica e ritmica (variabilità dei programmi). Pratica ammassata e distribuita nella seduta e nelle sessioni – metodo globale e per parti – progressione di difficoltà – autovalutazione.

Interferenza contestuale: esemplificazioni attraverso esercitazioni di atletica e pallavolo (variabilità dei programmi e dei parametri). Metodo delle ripetizioni e a tempo – modalità organizzative (assistenza).

Giochi che riproducono in maniera semplificata situazioni tipiche di alcuni sport di squadra evocando le strategie cognitive normalmente utilizzate per la percezione delle informazioni visive.

I giochi "pre-sportivi": esempi di giochi d'invasione e di giochi di campo con e senza attrezzi.

Percezione, attenzione, arousal e anticipazione: analisi di situazioni tipiche nella pratica motoria e sportiva.

Tempo di reazione e fattori che influenzano il tempo di reazione. Anticipazione ed azioni efficaci di finta: esercitazioni esemplificative.

Verona, 05.08.09

prof. Valter Durigon