

...domini della persona,

Immagine tratta da "Joy of moving", Calzetti & Mariucci 2015

Esistono relazioni tra attività motorie e sviluppo cognitivo.

Funzioni esecutive : sono funzioni capaci di inibire pensieri e comportamenti routinari, per esplorare nuove vie, essere creativi e adattare flessibilmente le proprie azioni al variare delle situazioni (Diamond, 2013).

Le funzioni esecutive Fondamentali

- ✓ **inibizione**
- ✓ **memoria di lavoro**
- ✓ **flessibilità cognitiva**

Inibizione : consiste nella capacità di sostituire risposte abituali con altre più opportune quando la situazione, da consolidata, diviene nuova.

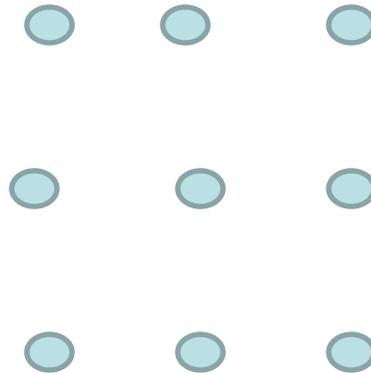


Memoria di lavoro: è la capacità di avere sempre presenti le informazioni e le regole necessarie a muoversi o giocare. E saper scegliere o usufruire di questi elementi quando serve.

Sapere cosa ci serve in quel momento, dato tutto il repertorio di elementi che abbiamo a disposizione

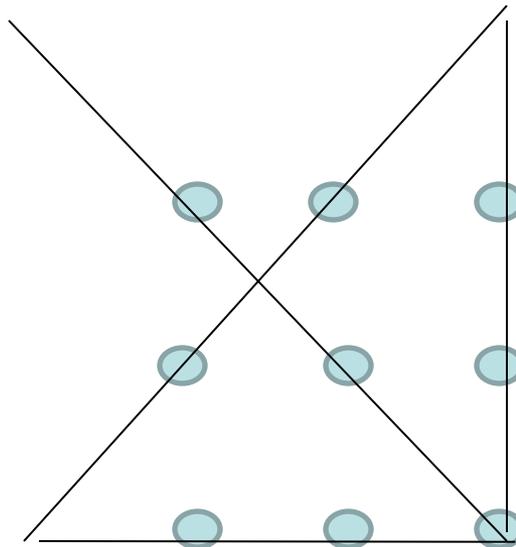


Flessibilità cognitiva: è la capacità di cambiare modo di ragionare per arrivare alla risoluzione di un problema.



Ristrutturazione del campo cognitivo

insight !



In ambito motorio

diversificare

interscambiare

alternare ruoli tra i giocatori

**variare il gioco o il movimento in tutte le
possibili forme**

**stimola la scelta di comportamenti e azioni
non routinarie e induce alla produzione di
strategie risolutive.**



Un esempio motorio di inibizione:

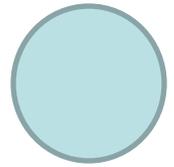
durante lo svolgimento di qualsiasi gioco, ad un comando vocale, visivo o cinestesico stabilito, si interrompe il gioco e si cambia improvvisamente situazione

✓ **“ Ginnastica e ...VIA!”**



Un esempio motorio di memoria di lavoro:

gioco del fazzoletto. Quando viene chiamato il proprio numero, prima di correre a prendere il fazzoletto, si devono eseguire azioni aggiuntive: una, due o tre



Un esempio motorio di flessibilità cognitiva:

L'oggetto "fazzoletto" è una palla, un cerchio, o una ghirlanda. A sorpresa. Se si tratta del primo oggetto, si va a canestro e si gioca l'uno contro uno; se è un cerchio si tira alla cuccagna, se è una ghirlanda si gioca calcio

**CREATIVITA' MOTORIA (G. De Marco.
Giornale di Psicologia dello Sport n.12-
2011)**

**è importante non produrre all'infinito la
stessa soluzione motoria per un compito.**

**Acquista importanza la variabilità di
esecuzione di movimenti (Bernstein, 1977)**

CREATIVITA' MOTORIA

**Intelligenza che consente di
produrre movimenti nuovi e pertinenti
per la risoluzione di un compito motorio**

**La creatività motoria viene valutata
utilizzando le seguenti dimensioni:**

- **flessibilità**
- **fluidità**
- **elaborazione**
- **originalità**

**Le variabili che influenzano la creatività
sono:**

- ✓ **Età (Cleland e Gallahue, 1993)**
- ✓ **Gli aspetti della personalità (Tocci,
Scibinetti e Zelli, 2002)**
- ✓ **Le metodologie educative (Hanson, 1994)**

La flessibilità:

È opposta alla fissazione ed è riferita al comportamento motorio di routine. La flessibilità consiste nella capacità di variarlo.

Il gioco dell'”ordine e del disordine”

La filastrocca con la palla alla parete “pepe e sale”

I mille modi di saltare durante la “settimana”

I salti con le funicelle in successione

La fluidità:

È la capacità di creare il maggior numero di movimenti possibile.

“IL TRENO IN VIAGGIO” corsa in fila percorrendo tragitti molto diversificati; dentro le gallerie correndo ad occhi chiusi e stando più accovacciati, percorrendo curve e gimcane

elaborazione:

Capacità di organizzare e arricchire la risposta motoria con ulteriori particolari

L' "uomo nero" per catturare le prede deve trovare ad ogni passaggio una modalità diversa

- ✓ **tocca i compagni**
- ✓ **li solleva da terra (la Mangusta)**
- ✓ **gli toglie la coda**

originalità:

Capacità di realizzare un atto motorio in modo insolito o addirittura unico

✓ **“la staffetta dei mimi”**

✓ **“la macchina a vapore”**

✓ **“Il castello di carta”**

✓ **“ la fotografia”**

✓ **“Le belle statue”**

Metodologie legate alla creatività

**secondo il modello di sviluppo della
creatività (Tocci e Scibinetti, in
Tompoprowski et al. 2015)**

Devono tenere conto di:

- 1. Tipologia del compito**
- 2. Strategie di intervento**
- 3. Criteri per l'attuazione**

Ausili didattici e strumentali:

- ✓ **attrezzi di fortuna e fantasia**
- ✓ **Esercizi di riporto con attrezzi tradizionali**
 - ✓ **Corpo come strumento di...misura, di attività, di lavoro**
 - ✓ **fonte musicale**
 - ✓ **percezione tattile visiva auditiva**
- ✓ **Rivisitazione dello spazio e degli ambienti di lavoro e di gioco**

Metodologia :

si parla di compito semi definito, in cui la prima parte della consegna è chiaramente resa esplicita, mentre non viene detto nulla in merito al “come” raggiungere l’esecuzione del compito, né viene fatto alcun esempio.

Non è prevista una sola risposta corretta

Prassie:

**lasciar fluire il pensiero spontaneamente
secondo :**

- ✓ **Elenchi** camminare come se la Terra fosse .. la Luna, molle, scivolosa, con i buchi, a gradini...
- ✓ **Relazioni forzate** una bacchetta può essere, uno spazzolino, un flauto, un bastone, una mazza, una penna...
- ✓ **Analogie** spostarsi come “se fossi” una palla, un astronauta, un grillo, uno zoppo...

Ruolo dell'insegnante:

Dirige il processo di elaborazione, proteggendo le idee che scaturiscono e utilizzando feedback che informano.

Fornendo incentivi e ricompense, senza giudicare o valutare durante il momento di ricerca dei bambini, perché questo potrebbe inibire o forzare a difendere le proprie idee espresse nell'operato.

Le life skill sono raggruppate in 3 grandi aree (GPS n. 22 gennaio/aprile

2015)•

- **area emotiva** (consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, gestione dello stress)
- **area cognitiva** (presa di decisione, risoluzione dei problemi, creatività, senso critico)
- **area sociale** (empatia, comunicazione efficace, relazioni interpersonali efficaci)

Esistono relazioni tra attività motorie e sviluppo cognitivo.

Abilità di vita: l'attività motoria è un potente strumento di formazione della persona.
(Hodge et al., 2012)

Interpersonali
relazione

intrapersonali
autonomia-competenza

Abilità intrapersonali.

Consapevolezza di sé

Gestione delle emozioni e dello stress

Autocontrollo

Goal setting

Problem solving

Decision making

Non è escluso che l'insegnante, nell'esporre la consegna, nomini esplicitamente una delle abilità intrapersonali che questa richiede

Il termine abilità è lo stesso usato per le abilità motorie, come queste ultime esse vanno apprese e richiedono pertanto processi di apprendimento.

Lo sport ha caratteristiche potenziali intrinseche che possono favorire lo sviluppo di abilità di vita

Anche se non è giusto pensare che lo sport sia di per sé e per definizione educativo è invece giusto ritenere che sia un contesto ottimale in cui insegnare anche le life skill quali ad esempio:

- ✓ **Organizzare il proprio tempo**
- ✓ **Porsi degli obiettivi**
- ✓ **Assumere la responsabilità delle proprie azioni**

- ✓ **Operare delle scelte**
- ✓ **Prendere decisioni**
- ✓ **Comunicare in modo efficace**
- ✓ **Avere capacità di leadership**
- ✓ **Controllare le emozioni**
- ✓ **Gestire lo stress**

Il punto di partenza sarà l'insegnante o il preparatore e il significato che attribuisce all'attività motoria e sportiva, ovvero le sue priorità:

- 1. Quanto valore dà al risultato agonistico?***
- 2. Quanto alla crescita personale degli atleti?***
- 3. Quanto al gruppo?***

Incominciamo a dire che l'atleta

Deve condividere il progetto
del preparatore

se faccio questo li faccio partecipi, rendo atleti pensanti, non semplici esecutori. Creo atleti intelligenti e questo non è male né per partecipare che per vincere

Gli atleti di adesso non sono quelli di una volta. Oggi non eseguono e stanno zitti, ma fanno domande.

Molte volte l'atleta non è parte del programma. E l'atleta percepisce l'importanza di alcuni aspetti della sua preparazione in maniera molto diversa da come le percepisce il preparatore.

Molte volte la percezione che ha un atleta soprattutto giovane, non corrisponde all'oggettività. Bisogna metterlo di fronte a dati oggettivi e poi ragionare

Performance model basic (**Marco Cardinale , 2015)**

“COACHING MODEL”

***Un modello dinamico utile a sapere cosa non
si sà***

**a) Creare da 5 a 10 macro aree
che secondo ciascuno di noi
siano essenziali per la
prestazione (anche aree
psicologiche).....**

.....

.....

.....

.....

**b) Una volta identificate,
descriverle ed esprimere il
motivo per il quale sono
importanti per**

noi.....
.....
.....
.....

c) Definire i comportamenti che supportano queste macro aree, ovvero come preparo i giovani per sviluppare questi ambiti (ovvero come li “alleno” e come li valuto).....

.....

.....

.....

**d) all'interno di queste macro
aree definire la percentuale
di lavoro che svolgo in questo
senso e faccio per costruire
gli elementi di preparazione e
quelli di
valutazione.....**

.....

.....

.....

“TRAKING PROGRESSION”

HIGT

SPECIFICO

**D
I
F
F
I
C
U
L
T**

LOW

GENERAL

Fatto questo, riesco a capire se ho dei gap o se qualcosa non v`a

**Il giovane che preparo tutti i
giorni ha una qualche idea
del perché sta facendo quelle
cose?**

Attraverso quali metodologie didattiche stimoliamo il binomio apprendimento-insegnamento? In quale modo definiamo un patto educativo tra noi e il giovane atleta?

✓ **Insegnamento tra pari**

✓ **Cooperative learning**

✓ **Media teaching**

✓ **Simulazione**

EDUCAZIONE TRA PARI

**INSEGNAMENTO DIRETTO DI ALLIEVI AD ALTRI ALLIEVI
ALL'INTERNO DI UN SETTING EDUCATIVO FORMALE**

- ✓ **CIO' CHE LO RENDE TALE è LO STATUS, NON L'ETA'. UN
GIOCATORE DELLA PRIMA SQUADRA CHE ALLENA O
PARTECIPA ALL'ALLENAMENTO DELLE SQUADRE DI
CATEGORIA INFERIORE**
- ✓ **IL MUTUO INSEGNAMENTO**

INSEGNAMENTO TRA PARI

E' l'insegnamento diretto di allievi ad altri allievi all'interno di un setting educativo formale o informale. Ciò che cambia per gli allievi in quel momento è lo status; possono avere anche la stessa età

INSEGNAMENTO TRA PARI

L'asimmetria ovvero il divario di competenze tra il bambino che insegna e quello che impara si riduce sempre più man mano che il bambino impara dal suo coetaneo.

Nelle lezioni di attività motoria ci possono essere molti livelli di competenze.

VANTAGGI DELL'INSEGNAMENTO TRA PARI

- 1. L'insegnante può bastare anche ad una classe numerosa...** « un fusto non si estende fino a tutte le fronde più lontane; ma fermo nel proprio posto manda il suo succo ai rami principali che da lui diramano direttamente, e quasi subito ad altri e così via, fino ai rami più lontani e alle parti più piccole dell'albero.(...) Didactica Magna Comenio, 1657
- 2. Le competenze degli allievi assumono una circolarità che giova alla percezione di competenza, al senso di autoefficacia e al riequilibrio di sé.**

INSEGNAMENTO TRA PARI

Alcuni Esempi

- ✓ **Camminare su un'asse di equilibrio tenuti per mano dal bambino che precede la fila**
- ✓ **L'allievo che illustra il gioco al compagno che non c'era**
- ✓ **Quello che lo rispiega a chi non ha capito**
- ✓ **Il compagno che corregge un movimento ad un altro e ne valuta l'efficacia**

VALORI DELL'INSEGNAMENTO TRA PARI

- **Si sfruttano le peculiari capacità di ciascuno**
- **Il bambino quando insegna è serio, concentrato**
- **Il bambino elabora il contenuto di ciò che ha appreso**
- **Si sforza nell'atto della comunicazione; a farsi accettare, a farsi capire**