

*LA MOTIVAZIONE NELLO SPORT*



# **LA MOTIVAZIONE NELLO SPORT**

**Devo sapere perché un  
bambino viene a giocare a  
calcio, tennis, rugby, basket...**

- ✓ **Se lo vogliono i genitori**
- ✓ **Se vuol diventare un campione**
- ✓ **Se è perché c'è il campo davanti a casa**



# **LA MOTIVAZIONE NELLO SPORT**

**il motivo per cui si inizia uno sport ( che spesso è estraneo alla disciplina) è diverso dal motivo per cui si continua**



**Il motivo per cui si continua può essere perché durante la pratica di quello sport il bambino soddisfa alcuni bisogni e questo dipende molto dall'insegnante e dall'ambiente che crea**

**L'autostima è uno dei motivi per cui si continua un'attività sportiva**



# **LE MOTIVAZIONI TIPICHE ( SPONTANEE) DEL BAMBINO PICCOLO SONO:**

- **GIOCO**
- **AUTOREALIZZAZIONE**
  - **AFFILIAZIONE**
  - **AGONISMO**



## ➤ **GIOCO**

**Creare situazioni di gioco reale.  
Questo si traduce in attivazione del  
binomio pratica/successo e  
pratica/divertimento. E  
conseguentemente di affiliazione  
verso lo sport praticato.**



## ➤ **GIOCO**

**Si ottiene attraverso il principio della SPECIFICITA' dell'apprendimento e l'utilizzo dei mezzi didattici adeguati (dimensione campi, altezza rete, attrezzi...)**  
**Significa lavorare in maniera specifica: fare le stesse cose che servono per quello sport, non cose in più o diverse**



## ➤ **GIOCO**

**Il bambino, fin da subito deve capire cosa vuol dire giocare a quello sport, quindi devo farlo giocare fin da subito, non ad un certo punto. Deve capire le situazioni di gioco. es. *correre e colpire*. Deve capire che deve correre verso una palla e colpirla e questo può farlo in uno spazio adatto**



VELASCO

## ➤ **AUTOREALIZZAZIONE**

**Spesso nella fase di avviamento c'è mancanza di risultati agonistici. Ciò è dovuto alla scarsa tipicità dello sport in questione nella fase di avviamento**



## ➤ **AUTOREALIZZAZIONE**

**Mancanza di immediatezza  
nell'apprendimento.**

**La sfida è quella di iniziare da piccoli  
ad imparare azioni di gioco. Questo  
porta a**

**Divertimento immediato  
Apprendimento immediato**



## ➤ **AFFILIAZIONE**

**Discriminante è la scelta di far giocare o tenere in panchina. Di scegliere un capofila o di far eseguire ad un allievo la dimostrazione di un esercizio appena spiegato.**

**Sono esempi che danno o tolgono il senso di competenza ed anche quello di *affiliazione* ovvero di *senso di appartenenza ad un ambiente e ad un contesto ad uno sport***



## ➤ **AGONISMO**

**OCCORRE avviare gradualmente all'agonismo prevedendo delle fasi di graduale complessità .  
... ECCONE UN ESEMPIO...**

**Fase preliminare** in cui le partite vengono giocate in un campo base, semplice e i fondamentali tecnici sono ridotti al minimo. In questa fase la partita può essere giocata anche verso l'insegnante ( prima forma di interattività) Egli valuterà:

- **Le attitudini e la predisposizione**
- **Il comportamento**
- **Le capacità fisiche tecniche e tattiche**



## ➤ **AGONISMO**

**Fase intermedia:** aumentano le difficoltà determinate per lo più dall'inserimento di nuovi fondamentali tecnici e regole. Si gioca verso e con i compagni più esperti o più grandi ( seconda forma di interattività)



## ➤ **AGONISMO**

### **Fase finale:**

**si dovrà giocare con tutte le regole di quello sport previste per l'under 8 o 10. Terza forma di interattività: tra loro!**

**Adottando un sistema di punteggi, i punti si ottengono superando le difficoltà in ogni esercitazione;**

**Se una difficoltà vale 5= 5 punti**

**Si possono adottare ricompense settimanali o mensili ( es. la fascetta del capitano , il cappellino della squadra, il trofeo vinto la stagione precedente...)**



**Il tipo di orientamento motivazionale è considerato il fattore che influenza le attività e condiziona il modo in cui la persona REAGISCE nelle diverse situazioni e conseguentemente AGISCE.**

**Esso è determinato da due elementi:**

- **PERCEZIONE SOGGETTIVA DI COMPETENZA**
- **CRITERI SOGGETTIVI UTILIZZATI PER DEFINIRE COSA SIA SUCCESSO E COSA FALLIMENTO** (*riesco o non riesco in ciò che sto facendo?*)

**QUANDO LA VALUTAZIONE DELLA PROPRIA  
COMPETENZA E DEL PROPRIO SUCCESSO E'  
AUTORIFERITO E IL SUCCESSO è**

- ✓ **L'esperienza individuale**
- ✓ **Il miglioramento personale in un compito**
- ✓ **L'apprendimento di una nuova abilità**
  - ✓ **La risoluzione di un problema**

***Allora...SI PARLA DI***

**ORIENTAMENTO SUL COMPITO**



**QUANDO LA VALUTAZIONE DELLA  
PROPRIA COMPETENZA E DEL PROPRIO  
SUCCESSO E' ETERORIFERITA OVVERO IL  
PROPRIO SUCCESSO DIPENDE DALL'ESITO  
FAVOREVOLE DI UN CONFRONTO CON GLI  
ALTRI**

***...Allora SI PARLA DI***

**ORIENTAMENTO ALL'IO**



# **ORIENTAMENTO ALL'IO**

**Quando una persona è orientata all'IO  
l'accento è posto sul fatto di:**

- ✓ **superare gli altri**
- ✓ **vincere**
- ✓ **dimostrare maggiori abilità**
- ✓ **fare meglio o con meno sforzo; se si percepisce abile la situazione è simile a chi è orientato sul compito; se si percepisce poco abile la situazione cambia notevolmente**

# **ORIENTAMENTO ALL'IO**

**Uno studio su un campione di praticanti sport tra i 10 e i 14 anni ha:**

- ✓ **Riconosciuto di imbrogliare (9%)**
- ✓ **Riferito tentativi di far male a un avversario (13%)**
- ✓ **Discusso con un giudice di gara (31%)**
- ✓ **Riferito di essere stati incoraggiati da un coach ad imbrogliare (7%)**
- ✓ **Riferito di essere stati incoraggiati a far del male a un avversario (8%)**

**SHIELDS , 2005**

# **ORIENTAMENTO sul COMPITO**

**Quando il ragazzo è prevalentemente orientato sul compito, poiché l'interesse di fondo è riuscire a migliorare il proprio livello di prestazione, egli sarà maggiormente motivato nei compiti che rappresentano una SFIDA ovvero uguali probabilità di successo e insuccesso ( chi si percepisce più abile sarà motivato in compiti più difficili rispetto a chi si percepisce meno abile)**

# RICADUTE APPLICATIVE

**L'orientamento motivazionale è il risultato sia di**

✓ **Caratteristiche individuali**

**che di**

✓ **Fattori situazionale**



# **RICADUTE APPLICATIVE**

**Adulti significativi come genitori ed insegnanti contribuiscono ad orientare i ragazzi più sul compito o sull'io**

**Attraverso ciò che comunichiamo con le loro aspettative, sollecitazioni, riconoscimenti**

**Ames, (1992) ha approfondito l'analisi del clima che crea l'insegnante all'interno di un gruppo ( classe)**



# **RICADUTE APPLICATIVE**

**Ames, (1992)**

**Riconoscendo e valorizzando lo sforzo e i progressi i progressi individuali si sollecita gli allievi all'IMPEGNO anche di fronte alle difficoltà, all'adozione di strategie e comportamenti funzionali al compito Valorizzando la prestazione e gli allievi più bravi in modo selettivo, dando quindi importanza al confronto e alla competizione emerge un IMPEGNO limitato e la rinuncia di fronte a compiti di sfida incerti**



# INDICAZIONI DIDATTICHE

- **Valorizzare l'aspetto ludico**
- **Non enfatizzare vittoria e vincitori (ad esempio facendo eseguire esercizi ginnici come punizioni a chi ha perso!)**
- **Valutare gli allievi non solo per il risultato della situazione (vittoria o sconfitta) ma anche per i progressi e i miglioramenti individuali**
- **Creare strumenti in cui gli allievi possano verificare i propri progressi**

**Perciò occorre stabilire ADEGUATI  
OBIETTIVI e se voglio indirizzare un allievo  
al compito, questi devono essere  
INDIVIDUALIZZATI**



# **INDICAZIONI DIDATTICHE per MOTIVARE AL COMPITO**

**Analizzare le relazioni tra clima motivazionale, convinzioni, comportamenti morali e sportività. Ad es. dire che l'arbitro o il giudice ha sempre ragione. Se ci sono delle regole, bisogna accettarle. Insegnare a non «rubare» i punti ( perché crea giocatori deboli) e nemmeno a farseli «rubare».**



# **IL RUOLO DELL'INSEGNANTE**

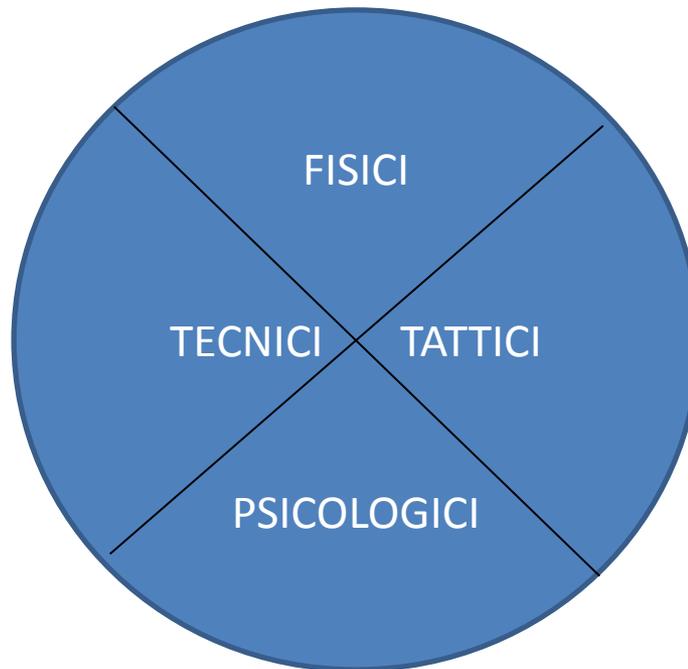
- 1. Fidelizza**
- 2. Facilita**
- 3. Pianifica**
- 4. Gestisce rapporti interni**



# **L'INSEGNANTE FIDELIZZA**

**agisce CONTEMPORANEAMENTE sui 4  
aspetti dello sport.**

**«Principio della multilateralità»**



# **Es. di mini-tennis**

## **OBIETTIVI TECNICI**

- **Impugnature**
- **Assetto braccio-racchetta**
  - **Posizione atletica**
  - **Studio della palla**
  - **Azione di gambe**

**TECNICI**



# **es. di Mini-Tennis**

## **OBIETTIVI TATTICI**

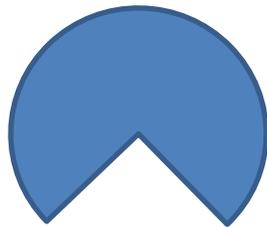
- **Conoscenza delle regole del gioco**
  - **Degli spazi di gioco**
- **Delle situazioni di gioco ( es. servizio e risposta al servizio)**
- **Delle opzioni correlate alle situazioni di gioco**



# **es. di Mini-Tennis**

## **OBIETTIVI PSICOLOGICI**

- **Esperienze dirette di successo**
- **Attenzione agli stati emotivi degli allievi ( competizione adeguata)**
- **Capacità comunicative dell'insegnante**
  - **Capacità di essere leader**



**PSICOLOGICI**

**es. di Mini-Tennis**  
**OBIETTIVI FISICI**

**Sviluppo delle capacità  
coordinative e di  
anticipazione motoria**



**es. di Mini-Tennis**

# **OBIETTIVI FISICI**

**Sviluppo delle capacità  
coordinative specifiche  
anche nell'area tecnica**



**es.di mini-tennis**

# **Mezzi e metodi di sviluppo delle capacità di:**

**EQUILIBRIO: Cambiare le dimensioni, la forma, l'altezza, la stabilità su cui si svolge un movimento. Es. colpire una palla al volo sopra ad una panca; colpire salendo o scendendo da un'asse, eseguire uno smash con sforbiciata...**

**ORIENTAMENTO: variare il tipo di superficie di gioco, la dimensione, variare la posizione rispetto alla rete, all'avversario o alle righe del campo...**

**DIFFERENZIAZIONE: utilizzare palmari, palle di diverse dimensioni, elasticità e consistenza**

# **Mezzi e metodi di sviluppo delle capacità di:**

**RITMO: ripetere i gesti motori a ritmi diversi; costanti o variati. A frequenza variabile. Rinviare la palla a velocità uguale, inferiore o superiore rispetto a quella ricevuta.**

**REAZIONE: dare risposte motorie rapide a segnali (acustici, visivi o tattili) prestabiliti (reazione semplice, segnale conosciuto). O non prestabiliti (reazione complessa, segnali sconosciuti).**

**COMBINAZIONE: compiere gesti tecnici in successione (dritto, rovescio, voleè..), eseguire contemporaneamente diverse azioni, colpire stoppando...**

# **Mezzi e metodi di sviluppo delle capacità di:**

**TRASFORMAZIONE: giocare una sequenza di colpi non prefissati. Trasformare una palla accidentata in un buon dritto. Giocare contro un muro non perfettamente allineato o su una superficie non ben rullata. Giocare con una serie di imprevisti o disturbi...**

# **L'INSEGNANTE FACILITA**

**«Devo» far vedere ( SAPER  
DIMOSTRARE con una tecnica  
semplificata e corretta) che è  
facile giocare a quello sport.**

**«Devo» rendere semplice  
l'apprendimento tecnico tattico**



**L'insegnante,  
dato il modello di  
prestazione, deve decidere  
cosa è importante che l'  
«atleta» sappia fare di un  
gesto atletico**



# **L'INSEGNANTE PIANIFICA**

**Non è possibile programmare l'allenamento tecnico tattico come quello fisico**

- ✓ **Evitare blocchi troppo lunghi di ripetizioni**
- ✓ **Uso di parole -chiave sulla base di un codice condiviso ( allenamento basato su metafore e. Il quadrato!)**
  - ✓ **Uso dell'allenamento osservativo**
- ✓ **Richiesta di autovalutazione dei giocatori**
- ✓ **Accentuazione dell'indipendenza/autonomia**
- ✓ **Valorizzazione dell'apprendimento IMPLICITO ( più costanza e durata nel tempo)**

# L'INSEGNANTE DEVE GESTIRE RAPPORTI INTERNI ED ESTERNI

- ✓ **Allievi**
- ✓ **Collaboratori**
- ✓ **Genitori**



# **COMPETENZE DELL'INSEGNANTE**

- **Conoscere la tecnica e la sua  
evoluzione**
- **Conoscere la tattica e la strategia di  
gioco**
  - **Conoscere gli aspetti fisici e  
mentali e la priorità in fase di  
avviamento**
    - **CONOSCERE I PRINCIPI  
DELL'APPRENDIMENTO MOTORIO**
- **Conoscere e padroneggiare la  
comunicazione**

# I PRINCIPI DELL'APPRENDIMENTO MOTORIO

PRINCIPIO di  
SPECIFICITA'

UTILIZZO DI MEZZI  
DIDATTICI  
ADEGUATI

PRINCIPIO di  
DIFFICOLTA'  
CRESCENTE

APPRENDIMENTO  
ATTRAVERSO  
L'INTERATTIVITA'

# I PRINCIPI DELL'APPRENDIMENTO MOTORIO

CORRETTO USO  
dei  
FEEDBACK

RISPETTO dello  
SVILUPPO e dei  
CANALI di  
APPRENDIMENTO

APPRENDERE  
GIOCANDO

# COMPITI DELL'INSEGNANTE

- **Facilitare l'apprendimento tecnico-tattico:** devo fare in modo che i miei allievi diventino più bravi
- **Assicurare l'integrità degli allievi.** Rendere gli allievi consapevoli della loro sicurezza
  - **Gestire e controllare i carichi**
- **Sviluppare e riequilibrare caratteristiche motorie**
- **Sviluppare l'interesse a lungo termine verso quello sport**
- **Produrre una documentazione sulle attività condotte**
- **Organizzare l'attività in modo adeguato ai tempi e al contesto operativo ( competizioni continue e adeguate)**