

Modulo 5

metod 5

Corso allenatori 1° grado

Programma della lezione

L'errore nel processo di apprendimento

- La gestione dell'errore
- La prevenzione nei confronti dell'errore
- Il riconoscimento delle determinanti dell'errore
- La correzione dell'errore



L'errore nella pallavolo

L'**errore** può essere considerato:

- Come distanza dal modello che ci si è posti come obiettivo.
- In quanto distanza dal modello corretto, può essere considerato come *marginale di miglioramento*



La valutazione dell'errore

Spesso è il numero degli errori che determina il giudizio, in realtà esso è un fattore importante del processo di apprendimento, la sua mancanza deve essere interpretata come risultato di una proposta didattica troppo semplice o di una abilità già matura.

La gestione dell'errore

La gestione dell'errore rappresenta una parte importante del processo didattico, a cui sono legati in maniera importante i processi motivazionali e cognitivi dell'apprendimento.

La prevenzione dell'errore

Lo sviluppo delle abilità motorie deve quindi comprendere tutti gli aspetti della motricità (correre, saltare, lanciare, ecc.) anche per i loro effetti sull'area cognitiva e motivazionale.

La gestione dell'errore

Può essere identificata in 3 momenti distinti:

- *La prevenzione*
- *L'individuazione*
- *La correzione*

Ognuno di essi è importantissima e va dedicata
la massima attenzione

La prevenzione dell'errore

Per prevenzione dell'errore
intendiamo la costruzione delle
abilità motorie in maniera
completa e rivolta agli sviluppi
futuri dell'apprendimento
tecnico.

La prevenzione dell'errore

Possiamo quindi prevenire l'insorgenza della maggior parte degli errori dovuti alle caratteristiche generali delle proprie fasce d'età considerate attraverso proposte riguardanti gli schemi caratteristici della motricità umana (correre, saltare, lanciare, rotolare ecc.).

La prevenzione dell'errore

Il parametro fondamentale di riferimento per l'allenatore è il numero degli errori consentiti e la loro distribuzione all'interno del gruppo.

La prevenzione dell'errore

Essi forniscono le linee guida
per la costruzione della
didattica in generale e delle
esercitazioni proposte in
particolare.

Valutazione numero di errori

Parametri:

- *Numero* (positivo o negativo)
 - *Persone* (individuale o di gruppo)
 - *Tecnica* (complessivo o particolare)
-
-

Valutazione numero di errori

Numero

Il numero di errori commessi ci dà un immediata corrispondenza con il livello di difficoltà con cui si confrontano gli atleti:

- Alto: livello troppo elevato per le capacità tecnico-motorie degli atleti.
 - Basso: livello troppo facile per le capacità, con conseguente minore apprendimento.
-
-

Valutazione numero di errori

Persone

Gruppo: se l'errore è compiuto dalla totalità degli atleti questo indica un livello troppo difficile, o una mancanza di presupposti strutturali per quel fondamentale

Valutazione numero di errori

Persone

Individuale: se l'errore è commesso solo da pochi elementi questo indica dei deficit cognitivo-motori particolari e sarà necessario intraprendere esercitazioni differenziate.

Valutazione numero di errori

Tecnica

Complessiva: l'intera catena cinetica del movimento risulta compromessa da errati presupposti di base:

- *Fisici* (es.blocchi articolari).
 - *Motori* (es.capacità coordinative speciali)
 - *Cognitivi* (es.errata comprensione richieste)
-
-

Valutazione numero di errori

Tecnica

Particolare: l'efficacia del movimento risulta compromessa da un unico errore tecnico o motorio.

Errore e didattica

La valutazione dell'errore nella fase didattica non può prescindere una valutazione attenta da parte dell'allenatore.

La difficoltà oggettiva risiede nell'osservare contemporaneamente molti giocatori.

Errore e didattica

L'allenatore deve, dunque, disporre di strumenti e capacità adeguate alle necessità didattiche degli atleti; questi possono essere sintetizzati in:

- ***Logistica degli atleti.***
 - ***Logistica dell'allenatore.***
-
-

Errore e didattica

Logistica degli atleti

Nella pianificazione dell'allenamento, è indispensabile per il tecnico, predisporre un piano dove vengano valutate come gli atleti agiscono durante l'esercizio, dove sono disposti nella palestra, come sono i tempi morti, ecc.

Errore e didattica

Logistica degli allenatori

Per la correzioni dell'errore è importante la posizione tenuta dall'allenatore in palestra durante lo svolgimento degli esercizi.

Esso dovrebbe essere tale da consentire il controllo visivo della maggior parte di essi.

Errore e didattica

Il riconoscimento dell'errore può avvenire sia attraverso l'allenatore che l'atleta.

Entrambe le figure devono essere educate a considerare questa parte della didattica come fondamentale per il miglioramento tecnico.

Il riconoscimento delle determinanti dell'errore

L'atleta non può (e non deve) essere escluso dal processo di apprendimento.

Invece deve diventare parte attiva del processo di auto-allenamento attraverso la lettura dei segnali rilevanti per accorgersi del comportamento errato e attivare il feedback di correzione.

Il riconoscimento delle determinanti dell'errore

L'atleta riesce in questo compito se abilitato alla *lettura del movimento*, fenomeno per cui, in presenza di apprendimenti comuni, si osserva il comportamento degli altri, si notano gli errori e le strategie motorie adottate per correggerli.

Il riconoscimento delle determinanti dell'errore

Questo comportamento, che soddisfa l'esigenza generale di correlarsi con l'ambiente, è determinato dalla presenza nella corteccia cerebrale di particolari neuroni denominati **Neuroni a specchio**, caratterizzati dalla capacità di rispecchiare i movimenti altrui.

La correzione dell'errore

La correzione dell'errore può essere sviluppata attraverso 2 strategie:

- *Ripetizione*
 - *Situazionale*
-
-

Ripetizione

Il metodo della ripetizione continua porta l'atleta a memorizzare il gesto da effettuare attraverso una gestualità standardizzata in condizioni facilitate, che permettano l'esecuzione con un numero ridotto di errori (tipico del metodo analitico).

Ripetizione

Pro

- Alto numero di ripetizioni
- Standardizzazione gesto
- Alta efficacia

Contro

- Poca (o nessuna) variabilità esecutiva.
- Ripetizione continua provoca adattamento e aumento efficacia.



Situazionale

Il metodo situazionale consiste nel proporre esercitazioni aperte dove vengono proposte variazioni sulla tecnica base (tipico del metodo globale).



Situazionale

Pro

- Alta variabilità esecutiva.
- Aumento capacità variazione gesto.
- Similitudine alla partita

Contro

- Basso numero di ripetizioni.
- Continue variazioni comportano difficoltà di stabilizzazione.

Fine lezione

