Apprendere ed insegnare [terza parte] : da un orientamento normativo ad un'acquisizione delle abilità orientata sulle capacità

Autor(en): **Mengisen, Walter**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **51 (1994)**

Heft 9

PDF erstellt am: **01.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-999775

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

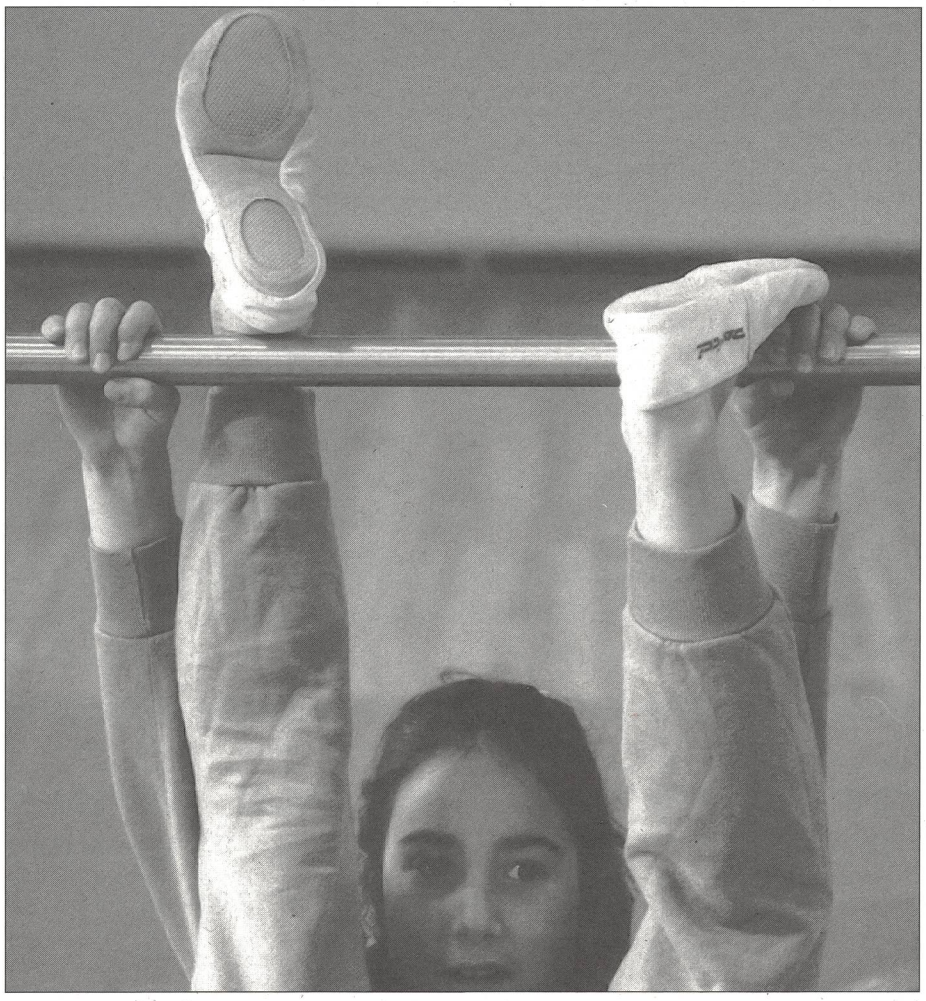
http://www.e-periodica.ch

Apprendere ed insegnare (3)

Da un orientamento normativo ad un'acquisizione delle abilità orientata sulle capacità

di Walter Mengisen
traduzione di Mario Gulinelli

L'esecuzione di esercizi ginnici agli attrezzi ha ricevuto dalla sua dimensione storica un orientamento a carattere estremamente normativo, che si è cementato anche in gara nell'evoluzione della ginnastica artistica. Ma nel lavoro con i giovani, nella fase di costruzione, a decidere non dovrebbe essere il regolamento di gara, quanto le possibilità di movimento, proprie delle varie età. Una forma di movimento che ha un senso per un fanciullo di sette anni, può non averlo per un allievo od un'allieva dell'età puberale.



Quali conseguenze possiamo trarre da questa nozione? Nel processo di apprendimento si tratta anzitutto di abilità orientate sulle capacità. *«Ogni abilità motoria da apprendere od appena appresa deve essere integrata - soprattutto nella formazione di base del giovane sportivo - in una capacità motoria di ordine superiore» (Hotz* 1994). Ciò vuol dire, concretamente che nella fase di costruzione non partiamo dalla salita all'appoggio dalla sospensione per arrivare a stabilirsi indietro (Zugstemmen), ma in primo piano vi saranno le capacità, come stare in equilibrio, slanciare, oscillare, stare in appoggio, volare, girare, ecc. Maggiore sarà il numero delle forme in cui un modello di movimento verra esercitato grazie a queste

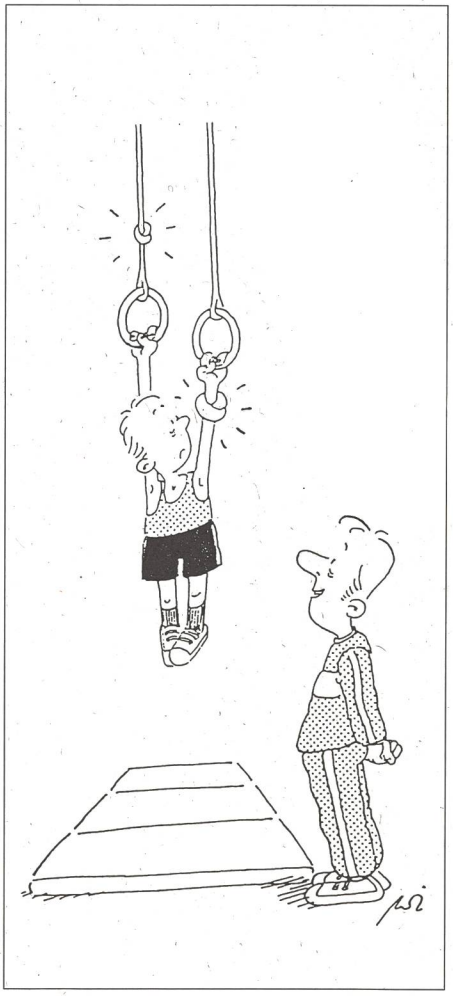


Fig. 1

Foto di Juliet Haller

attività, maggiori saranno la stabilità e la disponibilità delle abilità che si deriveranno da esse.

A quali attività fondamentali possiamo pensare? *Illi* (1994) ha cercato di compilare un catalogo di tali possibilità (cfr. figure 1-5): si tratta di capacità di base, che hanno una funzione importante in tutte le abilità della ginnastica artistica. Secondo *Hotz* (1994) questo sviluppo delle abilità orientata sulle capacità ed indirizzata a molteplici variazioni di forme mostra questa struttura:

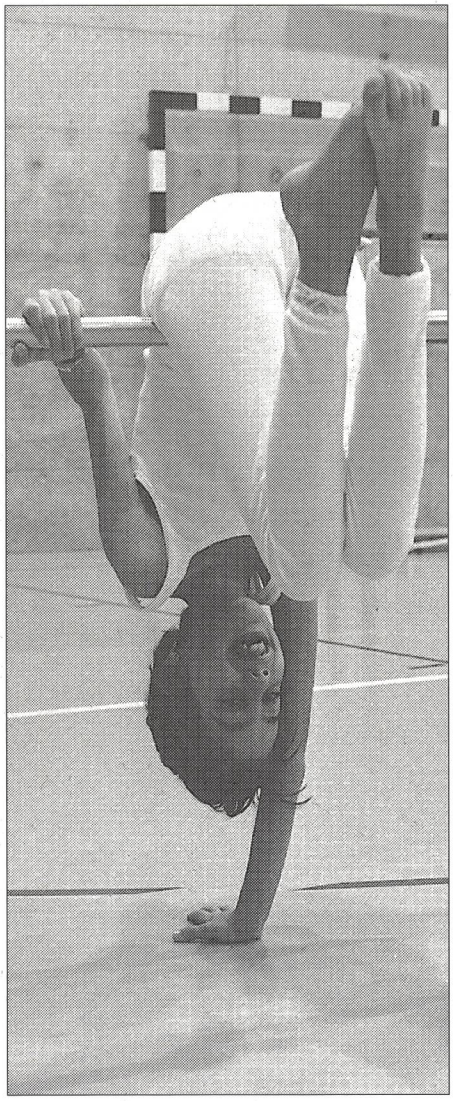


Foto di Juliet Haller

Forme funzionali

Attività di base riferite a funzioni: stare in equilibrio, slanciare, stare in appoggio, volare, in quanto basi della molteplicità di forme.

Basi funzionali motorie: contrarre-rilassare, saltare, staccarsi ecc.

Più larghe saranno le fondamenta create con le capacità, maggiori saranno le abilità possibili sugli attrezzi.

Fig. 2

nite quante più opportunità di movimenti possibile, in modo che possa trovare le proprie forme di movimento. Gli allievi esercitandosi debbono provare, accumulare esperienze di movimento, in condizioni facilitate, ad esempio in un parco giochi attrezzato. Chi insegna è soprattutto un consigliere, che deve organizzare opportunità di movimento, dare consigli e stimoli, che non hanno un carattere limitante di natura tecnica, ma stimolano nei fanciulli il senso del movimento e del proprio corpo (principio del dialogo: come insegnante parlo con gli allievi interrogandoli per capire quale sia la loro visione «interna» del movimento). Specialmente i bambini hanno molta inventiva per quanto riguarda le loro possibilità di movimento, e non debbono essere limitati troppo precocemente da rappresentazioni motorie di tipo normativo. Agli allievi deve essere fornito il tempo a loro necessario per prendere confidenza con le possibilità di movimento. Con un paio di accorgimenti anche gli attrezzi standard tradizionali si possono trasformare in opportunità non convenzionali di movimento. Si debbono eseguire

Che aspetto potrebbe avere un modello per gradi dell'allenamento tecnico orientato sulle capacità nella ginnastica artistica? Soprattutto nel 1. stadio di apprendimento, quello dei principianti, in un processo delle acquisizioni delle abilità orientato sulle capacità si possono enucleare dei punti chiavi, che esporremo qui di seguito.

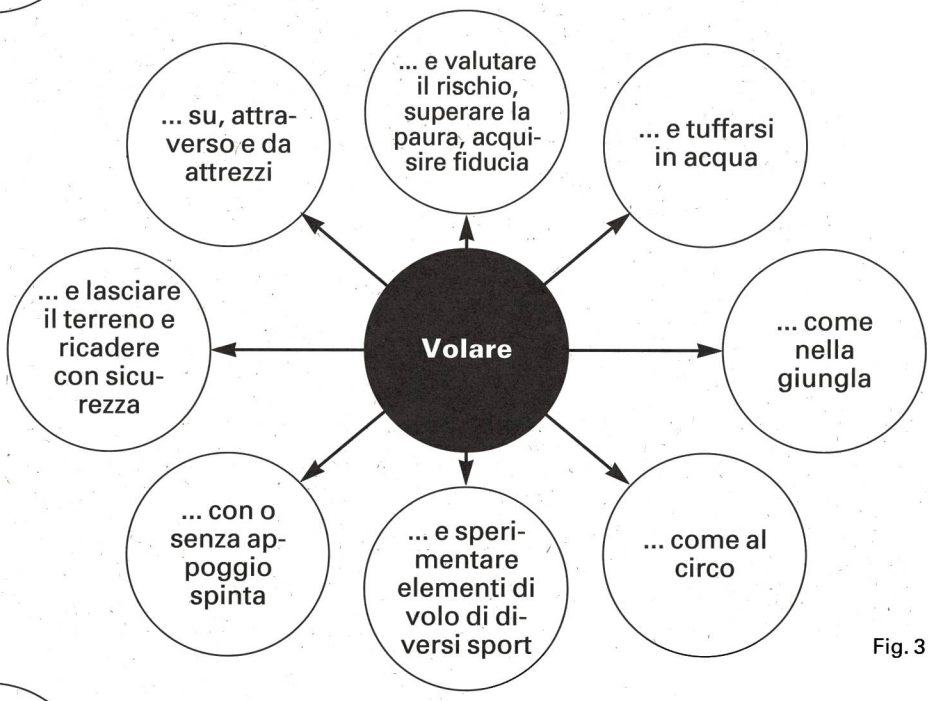


Fig. 3

1° livello di apprendimento: acquisire

In questo caso si tratta di fare in modo che all'allievo vengano for-

Fig. 4

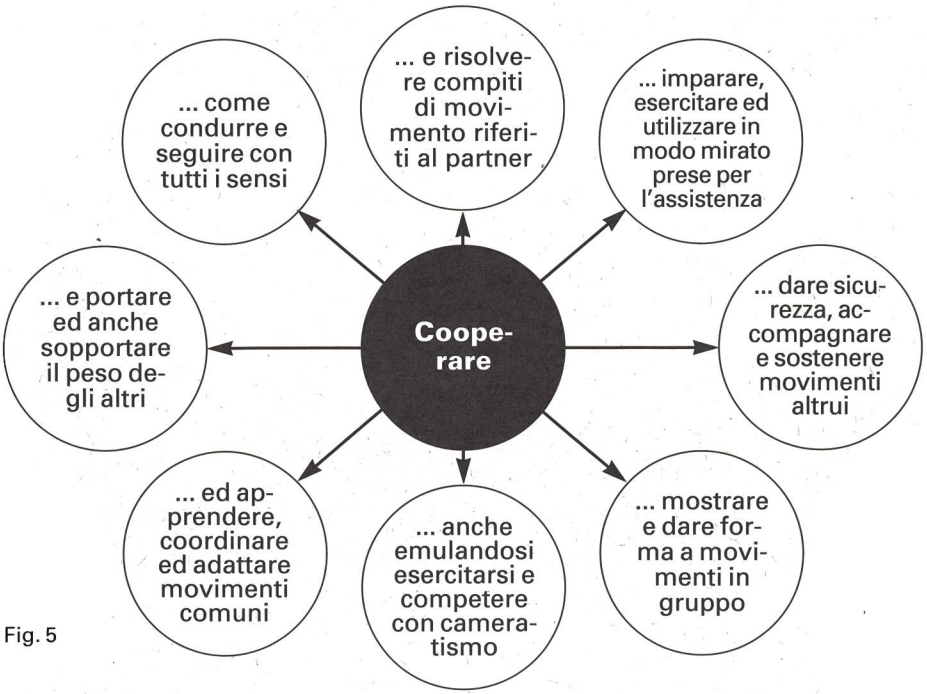


Fig. 5

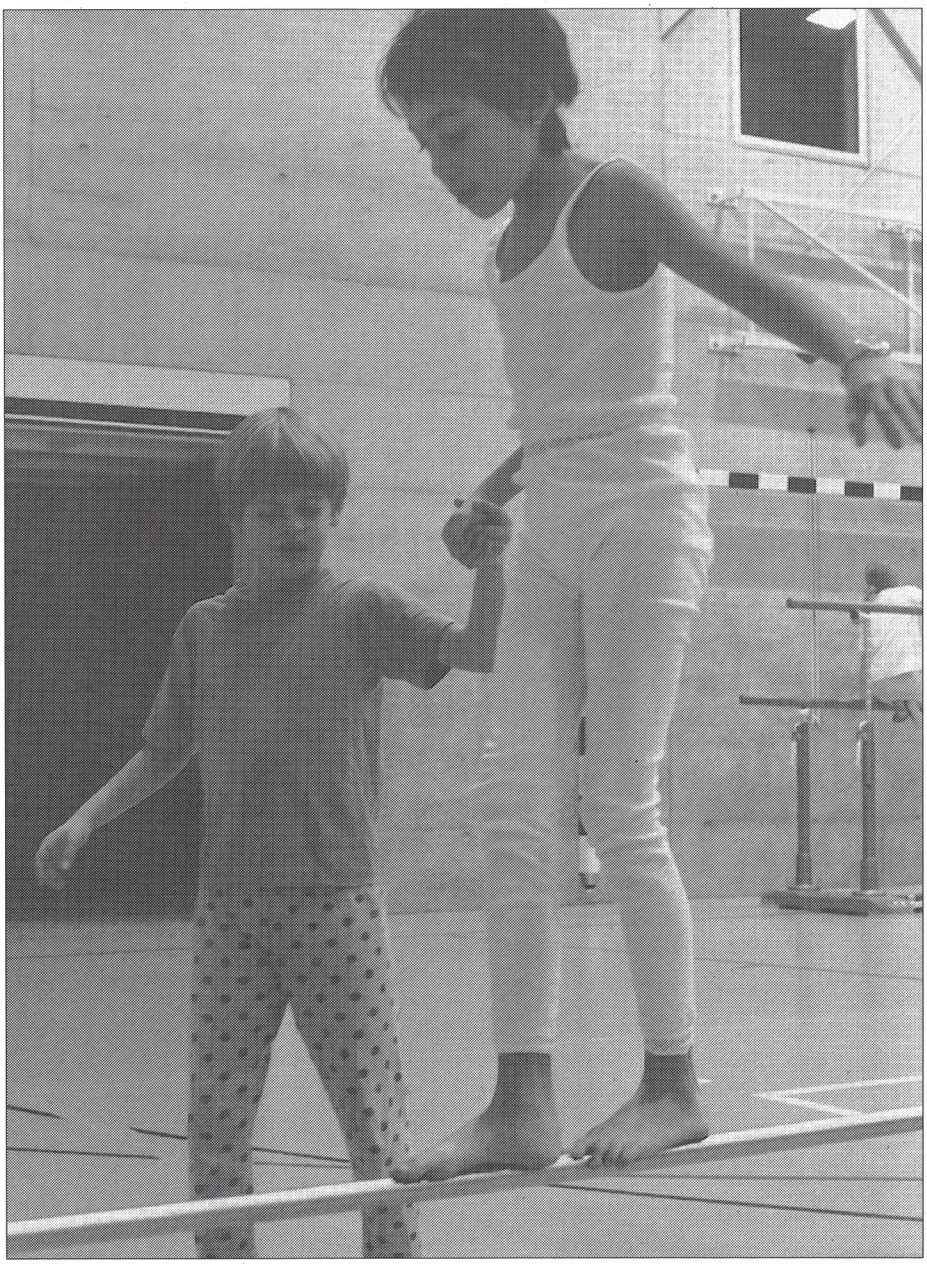


Foto di Juliet Haller

i movimenti più diversi sul massimo numero di attrezzi. In questa fase l'insegnamento deve muoversi in un campo quanto più ampio possibile, senza essere limitato da qualsiasi regolamento di gara. Prendiamo l'esempio «girare». Cerchiamo di proporre la massima varietà di «giri» possibili in diversi atteggiamenti (in raccolta, con il corpo esteso, con flessione del busto ed arti inferiori distesi, ecc.) in un parco-giochi attrezzato con i più diversi attrezzi, dalle più diverse posizioni di partenza, arrivando a diverse posizioni finali, con le più diverse velocità finali (ad esempio, con esperienze dei contrasti). La forma finale, ad esempio, un giro in avanti alla sbarra non deve essere esercitato isolatamente. In primo piano, tra l'altro, ci deve essere la capacità di orientarsi in un giro od in una rotazione. Nelle successive fasi di apprendimento l'allievo può basarsi su queste esperienze ed impiegarle in modo mirato per le singole capacità specifiche. ■

Bibliografia

Hotz A.: Apprendimento qualitativo dei movimenti, Roma, 1994 (in fase di stampa.
Illi U.: manoscritto non pubblicato 1994
SFSM/SSR/ASEF: Produzioni video ginnastica agli attrezzi 1-6, Macolin 1990.