

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin
Band: 40 (1983)
Heft: 3

Artikel: Sussidi didattici nell'insegnamento sportivo
Autor: Spring, Peter
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1000324>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

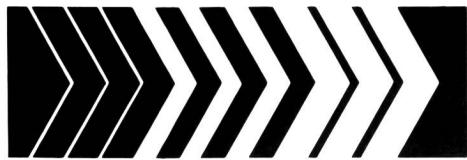
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 30.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Sussidi didattici nell'insegnamento sportivo

di Peter Spring

(da: Educazione fisica nella scuola
adattamento di Dina Nideröst)

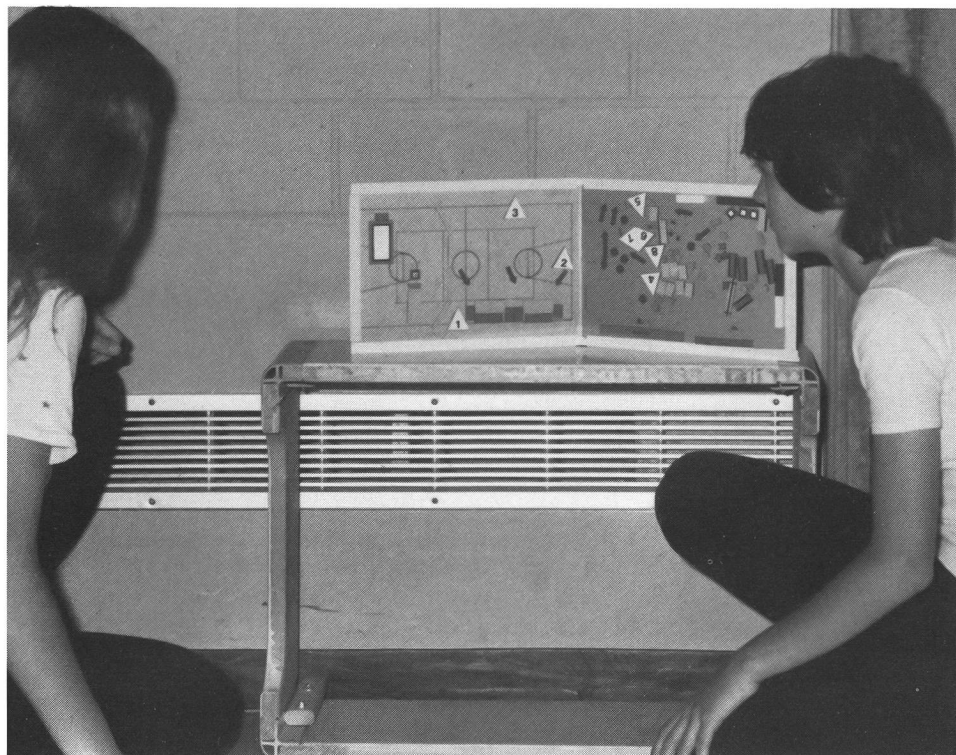
In ogni lezione d'educazione fisica il docente deve organizzare o spiegare; si trova confrontato approssimativamente 40 000 volte (un maestro delle scuole elementari 5 000 volte) con i tre problemi concreti seguenti:

- qual è l'organizzazione più efficace? Qual è l'utilizzazione ottimale degli attrezzi?
- come spiegare chiaramente una nozione o una successione di movimenti?

come introdurre, insegnare e correggere gli elementi d'apprendimento?

- si ottiene una migliore comprensione con una spiegazione verbale, con una dimostrazione di immagini, o con la combinazione delle sue possibilità?

Può stupire il fatto che questi problemi, molto importanti nell'educazione fisica, non siano ancora stati oggetto di una più ampia ricerca, ed è per questo motivo che dobbiamo basarci esclusivamente su esperienze derivanti dalla pratica.



La tavola d'organizzazione.



Il pupazzo articolato.

Elementi utilizzabili nell'educazione fisica

Sussidi didattici consigliabili per l'organizzazione

- Tavole magnetiche per l'organizzazione
- Tavole per singole stazioni
- Tavole portabili rappresentanti il campo di gioco

Sussidi didattici destinati all'insegnamento e all'apprendimento

- Puppazzo articolato
- Immagini su lucidi (fogli trasparenti)
- Tavole didattiche
- Modello anatomico

Sussidi didattici per l'organizzazione

La tavola magnetica per l'organizzazione

Descrizione

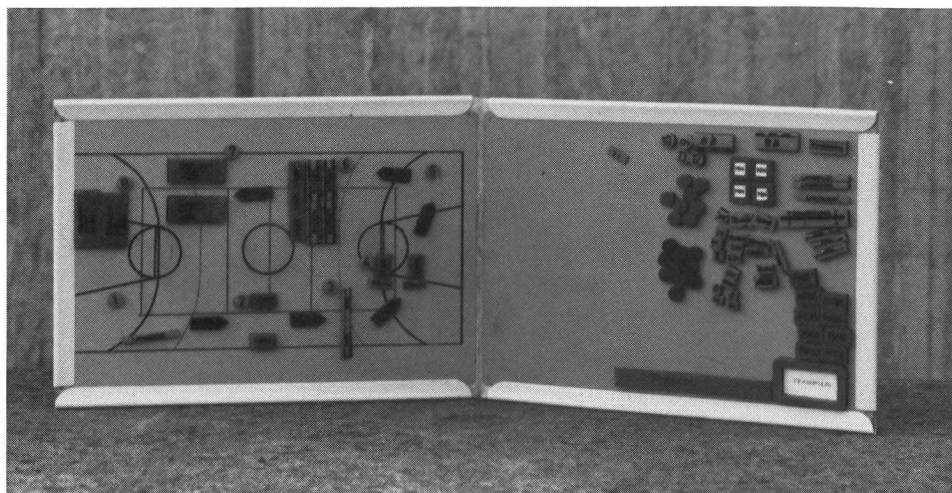
Si incollano due tavole magnetiche di formato A4 su un supporto solido (rinforzare sul retro la giuntura). Una delle tavole è in scala 1:100 e rappresenta la piantina della palestra, mentre l'altra mostra la disposizione degli attrezzi disponibili. Esistono inoltre diversi metodi per fissare il tutto ai lati. Infine, da fogli magnetici colorati si ritagliano e si demarcano gli attrezzi desiderati (tappeti, panchine, mini-tramp, ecc.).

Utilizzazione

La tavola d'organizzazione è soprattutto utile nella preparazione di lezioni che necessitano parecchio materiale (es. percorso a ostacoli, circuiti d'allenamento, allenamento della condizione fisica a stazioni, ecc.). Grazie al formato molto pratico della tavola trasportabile, la preparazione delle lezioni è facilitata in quanto possono venire risolti in anticipo i problemi d'organizzazione.

Realizzazione

Da costruire personalmente. Si possono acquistare le tavole e i fogli magnetici nelle cartolerie.



La tavola può (o dovrebbe) essere fabbricata da sé stessi.

Tavole per singole stazioni

Descrizione

Su pannelli sintetici quadrati di 12 mm di spessore e di 35 cm di lato, si fissano dei fogli trasparenti dietro i quali si possono facilmente spostare i fogli A4 sia in senso orizzontale che verticale. Un semplice dispositivo, per esempio una cordicella con un piccolo tubo chiuso in alto, permette di fissare la tavola ad un paletto. Ogni tavola viene numerata in modo visibile nell'angolo in alto a sinistra.

Utilizzazione

Soprattutto negli allenamenti di condizione fisica e nella ginnastica agli attrezzi, il docente avrà scelto e preferito, durante gli anni della sua esperienza, certi esercizi e certe sequenze di movimenti. I disegni, i compiti e le tavole d'indicazione preparati saranno allora sempre disponibili. Questa documentazione deve naturalmente sempre venire aggiornata e mi-

gliorata. Durante la lezione questi schizzi vengono posti sotto il foglio trasparente della tavola, in modo che l'allievo riconosca con un solo colpo d'occhio l'esercizio da compiere ad ogni stazione.

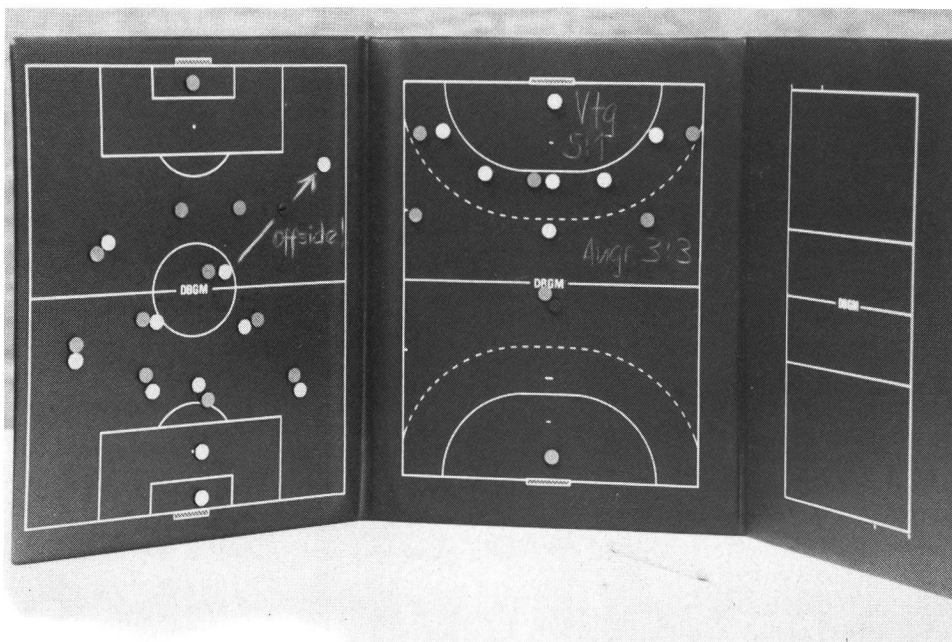
Realizzazione

Da costruire personalmente. Materiale: pannelli Kolma. Indirizzo: Kolma, Grünaustrasse 22, 3084 Wabern
Tubi chiusi da un lato: Popp, Bachmannweg 20, 8046 Zurigo

Tavole magnetiche rappresentanti il campo di gioco

Descrizione

È una mappa divisa in tre parti (25 x 25 cm) ricoperta da un materiale sintetico verde, rappresentanti in scala esatta i campi regolamentari di calcio, pallamano, pallacanestro e pallavolo. I



La tavola (o lavagna) magnetica.

giocatori e le situazioni di gioco vengono rappresentati da gettoni magnetici colorati. Sulle tavole è possibile scrivere con gessetti e cancellare con una spugna.

Utilizzazione

Questa tavola magnetica è ottimamente impiegata sia in palestra che all'esterno, sui campi di gioco. Essa permette di spiegare chiaramente:

- la posizione dei giocatori
- i sistemi di gioco (sistemi d'attacco e di difesa)
- le regole del gioco: es. la regola del fuorigioco nel calcio
- i problemi tattici: es. difese a zona

Indicazione

È consigliabile utilizzare parallelamente le tavole d'organizzazione e le tavole rappresentanti il campo di gioco, sulle quali si disporranno i simboli degli attrezzi.

Ordinazione

presso P.Spirig, Loorenstrasse 20 8053 Zurigo (48.- + spese postali e d'imballaggio).

Sussidi didattici per l'insegnamento e l'apprendimento

Premessa

Le dimostrazioni costituiscono senza dubbio gli elementi più tradizionali e più importanti dell'educazione fisica. Un docente di educazione fisica deve saper eseguire ogni movimento? Come da uno scrittore si pretende che conosca il significato di ogni parola è comunemente sottinteso che il docente di educazione fisica possa dimostrare tutto!

Certo, esistono parecchi motivi, soprattutto psicologici e di motivazione, che auspicano una dimostrazione. Dal punto di vista della teoria dell'apprendimento però, l'allievo osservando un movimento, riceve un numero troppo grande di informazioni in un tempo troppo breve per cui gli riesce impossibile metterle in pratica tutte contemporaneamente. Nel salto in alto, per esempio, sono rari gli allievi che possono concentrarsi sulle diverse fasi del salto sulla posizione del corpo mentre oltrepassa l'asticella; la maggioranza noterà solo che il maestro ha effettivamente saltato 1,45 m, osservazione che ha ben poca importanza per l'apprendimento del movimento.

L'uso dei sussidi didattici descritti è vantaggioso per una migliore rappresentazione del movimento, essendo possibile precisare le singole fasi. L'impiego nelle lezioni di sport è inteso come complemento alla dimostrazione.

Problemi di comunicazione

| | | | | |
|------------------|---|---------------|---|--|
| <i>detto</i> | → | non significa | → | attenzione <i>sentito</i> |
| <i>sentito</i> | → | non significa | → | comprensione <i>capito</i> |
| <i>capito</i> | → | non significa | → | applicazione pratica <i>applicato</i> |
| <i>applicato</i> | → | non significa | → | memoria <i>ricordato</i> |



Il verbale e il visuale nell'educazione fisica.

Concorso 1983 dell'Istituto di ricerche SFGS

Allo scopo d'incoraggiare i lavori del settore delle scienze legate allo sport, l'Istituto di ricerche della Scuola federale di ginnastica e più organizza nuovamente un concorso. Il premio è fissato a Fr. 5000.-, ma può essere suddiviso fra più vincitori.

In caso di folta partecipazione, verranno giudicati due gruppi:

- a) dissertazioni e lavori di licenza degli studenti delle università svizzere
- b) lavori di diploma dei partecipanti ai corsi di maestri di educazione fisica delle università svizzere, al ciclo di studi della SFGS e al corso per allenatori del CNSE e allievi di scuole professionali svizzere (scuole sociali, di fisioterapia, ecc.) fino all'età di 35 anni compiuti.

Qualora pervenissero meno di cinque lavori o la qualità dovesse rivelarsi insufficiente, il premio non sarà attribuito. La suddivisione in categorie sarà realizzata

solo se perverranno almeno cinque lavori per categoria.

Possono essere inoltrati lavori riguardanti le scienze legate allo sport elaborati nel corso dei due anni trascorsi. Devono essere inviati entro il 15 settembre 1983, in due esemplari, all'Istituto di ricerche della Scuola federale di ginnastica e sport, 2532 Macolin e devono essere munite della parola-codice «Concorso».

Condizione per l'attribuzione del premio: lavoro eccellente basato sui principi scientifici validi nei rispettivi settori. Il lavoro dev'essere così suddiviso:

- presentazione del problema
- applicazione/metodi
- risultati
- discussione
- riassunto
- bibliografia (tutte le referenze bibliografiche nel testo devono essere presentate nella forma abituale impiegata nelle pubblicazioni scientifiche).

Al lavoro occorrerà pure allegare (pure in due esemplari) i dati personali e un curriculum vitae completo, in particolare per quanto concerne la formazione. □

Pupazzo articolato

Descrizione

Questo pupazzo di legno è ottenibile in diverse grandezze. Le articolazioni principali sono sufficientemente mobili per poter rappresentare la maggior parte delle fasi dei movimenti e le diverse posizioni.

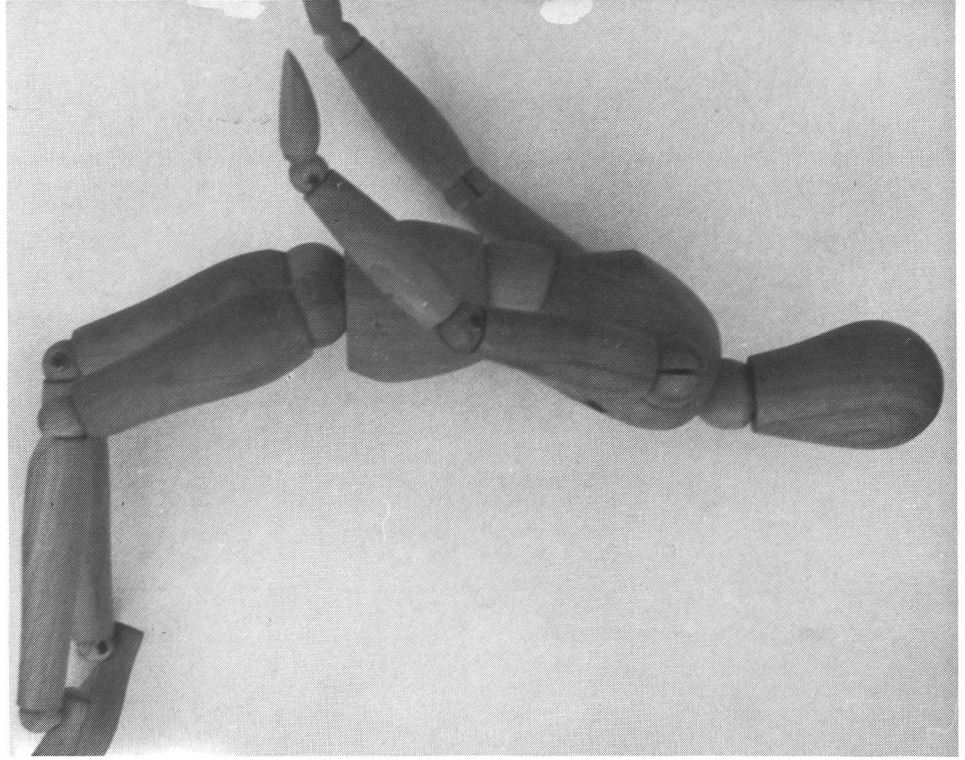
Utilizzazione

È soprattutto nell'insegnamento dell'atletica leggera e della ginnastica agli attrezzi che il pupazzo aiuta l'immaginazione dell'allievo molto meglio di una serie di immagini, in quanto gli permette di immedesimarsi, di «sentire» il movimento.

Nelle correzioni è interessante porre la seguente domanda: «In che posizione pensi di trovarti in questa fase del movimento? Prova a rappresentarla con il pupazzo!» I risultati ottenuti saranno spesso sorprendenti!

Ordinazione

In alcune cartolerie e nei negozi specializzati in articoli di pittura.



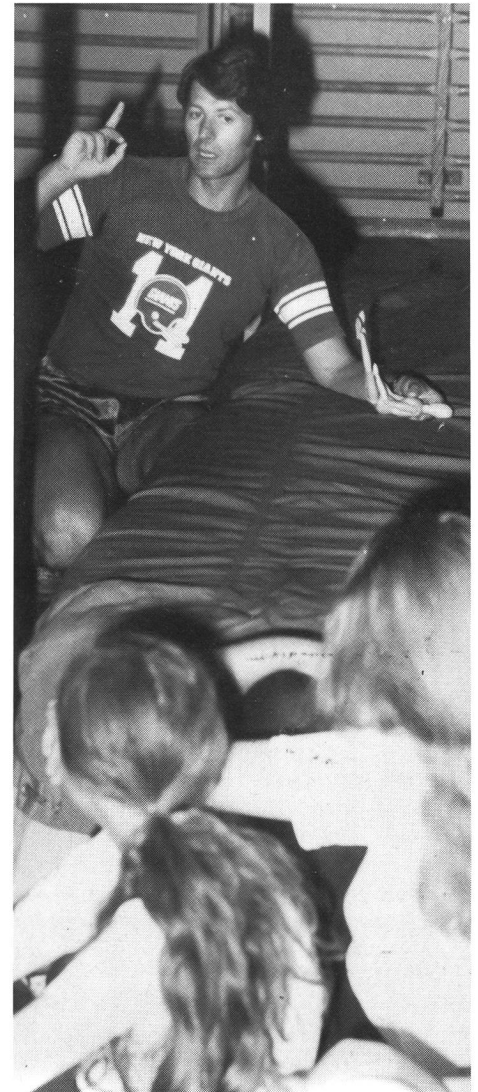
Manichino articolato.



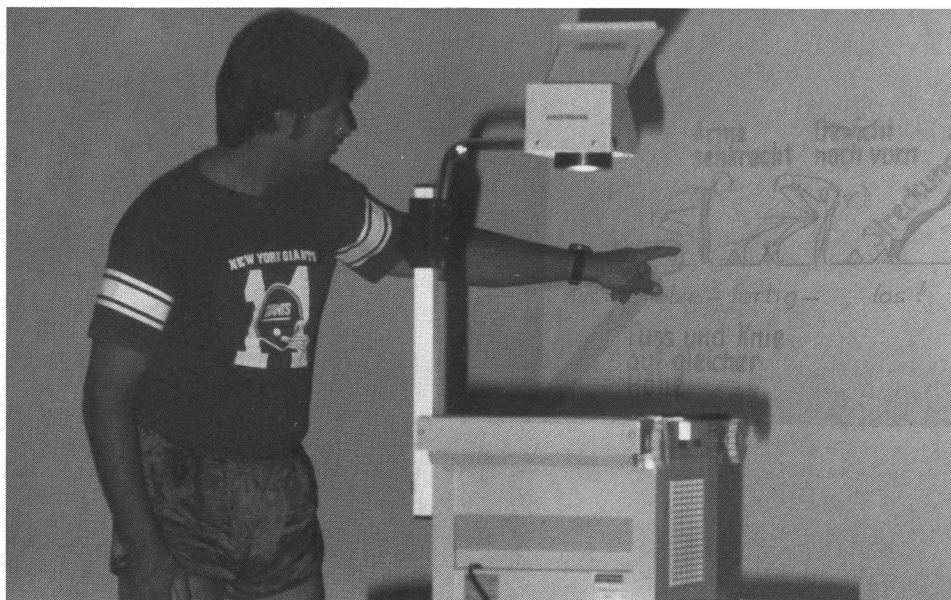
... nella dimostrazione del salto in lungo.



Studio della rappresentazione del movimento tramite il manichino articolato.

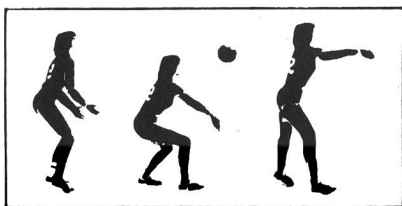


Fare molto con pochi mezzi a disposizione.



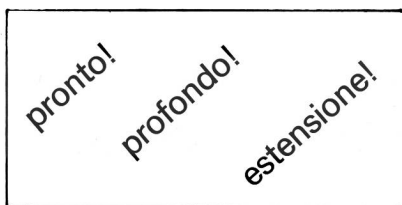
Il retro-proiettore: un mezzo che si può impiegare anche in palestra.

Proiezione di lucidi



Informazione visiva

→ rappresentazione semplice e schematica



Informazione verbale

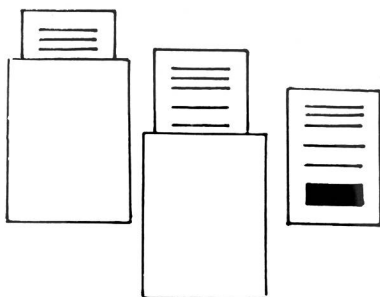
→ limitata ad un testo molto conciso



Guida

Suddivisione dell'informazione

- metodo dell'informazione
- fogli riutilizzabili
- fogli piegabili

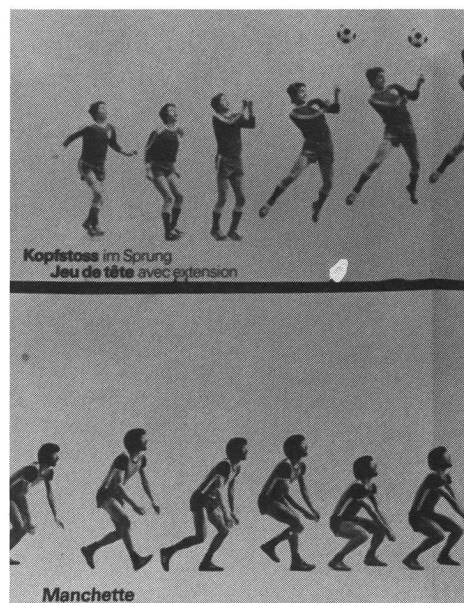


I trasparenti (o lucidi)

Ormai tutte le aule scolastiche dispongono oggi di un retro-proiettore (lavagna luminosa). Non è così però nelle palestre. Fatto spiacevole, poiché una spiegazione d'ordine tecnico presentata con il corrispondente supporto visivo vale infinitamente di più che un colpo d'occhio frettoloso gettato su una vaga serie di foto troppo piccole. Inoltre non bisogna scordare le ricerche di Kruber e collaboratori. Questi lavori tendono infatti a provare che la memorizzazione e comprensione di sequenze di movimenti o di compiti sono migliori tramite disegni che non con fotografie. Kruger preconizza l'impiego di disegni semplificati, schizzi e figure, al posto di ogni altra rappresentazione grafica o fotografica.



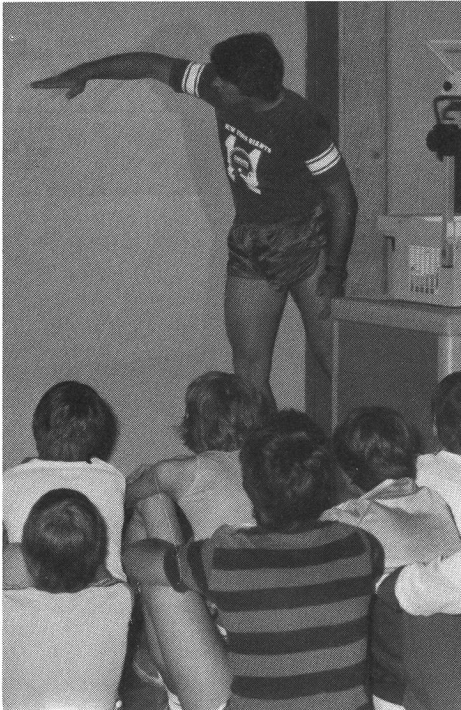
Osserviamo infine che i mezzi didattici proposti nei nostri manuali, potrebbero essere progressivamente adattati alla lavagna luminosa nel senso di un impiego più immediatamente destinato agli allievi, secondo i criteri definiti in queste righe.



Preparazione dei trasparenti

I trasparenti che assicurano la migliore «leggibilità» sono caratterizzati dai seguenti aspetti:

- le informazioni fornite dall'immagine e quelle fornite dal testo devono corrispondere in modo esatto
- le informazioni fornite dall'immagine sono semplici, concise e chiare (al massimo 7 indicazioni grafiche o disegni per ogni trasparente, meglio 3–4)
- limitare il testo all'essenziale
- adottare una grandezza di scrittura da 0,5 a 1 cm (ricorrere sia a maiuscole sia a minuscole manoscritte; i caratteri scritti a macchina poi fotocopiati su trasparenti sono inutilizzabili)
- far risaltare le indicazioni importanti ricorrendo ai colori o tramite frecce (mezzi destinati a stimolare e guidare l'attenzione).



In ogni palestra si può trovare una superficie chiara su cui proiettare i trasparenti.

Presentazione di trasparenti

Sono da rispettare le indicazioni seguenti:

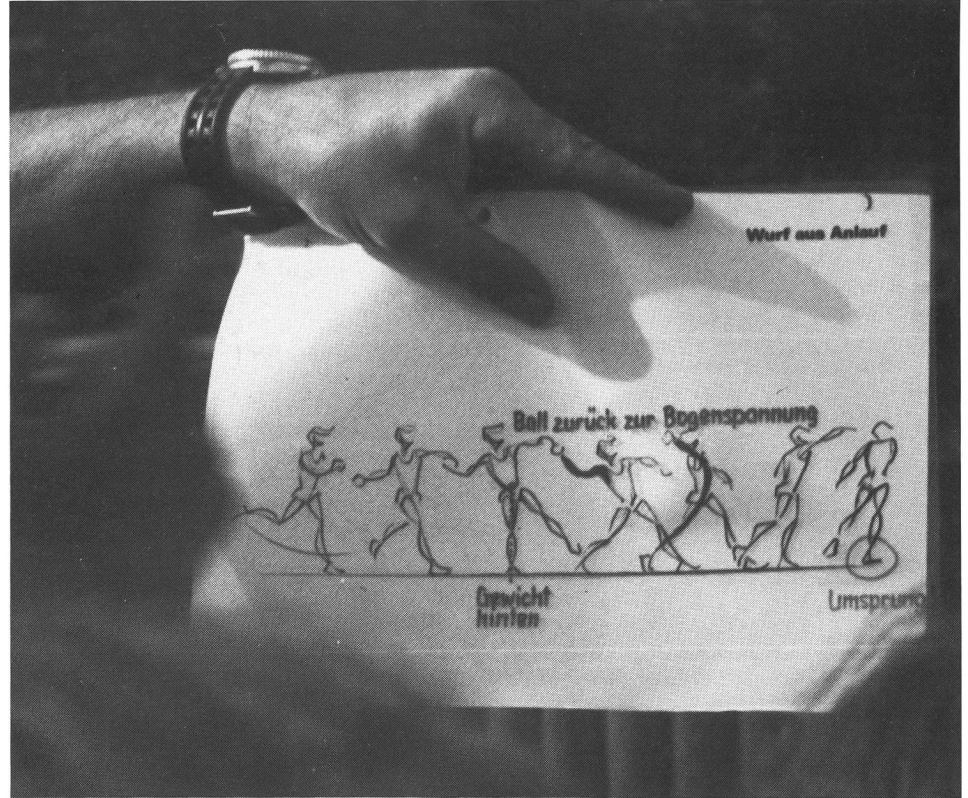
- il rapporto fra la grandezza dell'immagine proiettata e la distanza massima fra lo schermo e gli spettatori non dovrebbe superare 1:6. Di fronte a un'immagine di 1 m² proiettata sullo schermo, lo spettatore più lontano non sarà oltre 6 m
- le informazioni necessarie saranno proiettate in sincronia con il discorso. Per far ciò, coprire successivamente gli elementi già esposti e quelli che verranno, oppure ricorrere a trasparenti a finestre o sovrapponibili
- non accontentarsi d'impiegare una sola volta un trasparente ma, al contrario, mostrarlo più volte in diverse lezioni

- affiggere un trasparente o la sua copia in un luogo abituale dopo averlo proiettato (apprendimento tramite impregnazione)
- il trasparente raggiunge la sua piena efficacia solo quando può essere utilizzato, anche senza proiezione, su un fondo chiaro, ogni volta che l'osservazione di uno schizzo assicura una migliore comprensione del movimento o

della correzione da fare. Questa caratteristica gli assicura ugualmente un uso valido all'aperto, individualmente, a gruppi o in classe.

Realizzazione

«Do it yourself»; documenti di base: disegni o serie d'immagini dei manuali, fotografie, libri o riviste specializzate.



I trasparenti sono utilizzabili anche così.

Le tavole didattiche

Le tavole didattiche attualmente ottenibili in commercio sono fabbricate con materiale sintetico. Misurano 65–70 cm e presentano su ogni facciata un seguito preciso di movimenti. Le immagini sono schematiche e i testi (per ora solo in tedesco) ridotti al minimo. La dimensione delle immagini è ottimale per la loro presentazione, mentre sarebbe conveniente trovare un formato più comodo per il trasporto. La rappresentazione di uno stesso seguito di movimenti su ambo le parti della tavola è senz'altro più interessante dal punto di vista commerciale, che non nell'impiego pratico nella lezione...

Fussball

Ausholen:

- ⊙ Oberkörper nach hinten (Bogenspannung!)
- ⊙ Kinn zur Brust-Nacken steif

Stoß:

- ⊙⊙ Ball anschauen (Augen offen!)
- ⊙⊙ Ball mit der vollen Stirn treffen

- 1: Anhalten + Stoppen
- 2: Innenseitstoß
- 3: Vollspannstoß
- 4: Aussenseitstoß
- 5: Kopfball (Abb.)

Weitere Tafeln in Vorbereitung!

Modelli anatomici

Per terminare vorremmo ricordare il modello anatomico sicuramente più antico che l'educazione fisica stessa. Nello stesso modo in cui viene usato nelle lezioni di scienze, può ottimamente servire come modello di rappresentazione in una lezione di educazione fisica (colonna vertebrale, diverse articolazioni...), inoltre può rispondere alle diverse domande che riguardano il portamento e la sua profilassi, il modo corretto per sollevare i pesi e come eseguire l'atterraggio dopo i salti e le sortite dagli attrezzi.

L'aspetto insolito dei modelli risveglia l'attenzione degli allievi che stanno prendendo coscienza del loro sviluppo fisico. L'insegnamento abbinato alla spiegazione sui modelli, sono esperienze che si imprimono nella memoria proprio nel periodo di problemi di portamento e di profilassi sono i più cruciali. Le osservazioni fatte sui modelli anatomici si rivelano importanti non solo sul movimento, ma anche a lungo termine, nella prospettiva di conoscere meglio il proprio corpo. □



Il modello anatomico permette la profilassi del portamento.

Bibliografia

Koch, K. (Hrsg.): Visuelle Medien in der Praxis des Sportunterrichts. Verlag Karl Hofmann, Schorndorf 1976.

Schilling, G./Baur, W.: Audiovisuelle Medien im Sport, Schriftenreihe der Eidg. Turn- und Sportschule Nr. 27, Birkhäuser Verlag, Basel 1980.

Daug, R.: Programmierte Instruktion und Lerntechnologie im Sportunterricht; Diss. der Universität Bremen, Minerva-Verlag, München 1979.

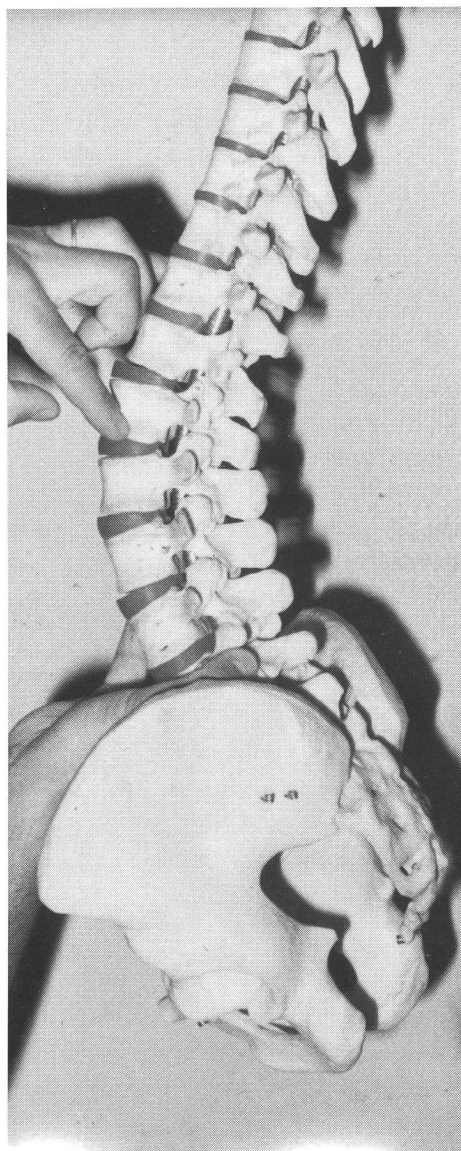
Fahry, D./Palme, K.: Videotechnik; Bd. 1: Grundlagen/Anwendung; Bd. 2: Details über

Geräte und Zubehör; Verlag R. Oldenbourg, München und Wien 1979.

Kirsch, A.: Audiovisuelle Lernhilfen; in Koch, K. (Hrsg.): Motorisches Lernen-Üben-Trainieren, Verlag Karl Hofmann, Schorndorf 1972. Kruber, D./Fuchs, E./Stolte, H./Ludwig, J./Wehr, G.: Was eignet sich am besten als Anschauungsmaterial? Fotos, Zeichnungen oder Strichskizzen?; erschienen in «Sportunterricht» 1/78.

Spring, P.: Organisations- und (Bewegungs-)Lernhilfen im Sportunterricht, «Sporterziehung in der Schule» Nr. 9/10-82.

Reinfrank, V.: Lehr- und Lerntafeln für den Sportunterricht, Lehrhilfen für den Sportunterricht 5/76, Verlag Karl Hofmann, Schorndorf



Dischi intervertebrali? Che cosa sono?



Documentazione teorica: parte integrante dell'insegnamento sportivo.