

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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 52 (1995)

Heft: 4

Artikel: Il filo d'Arianna del nuovo manuale del monitore di tennis

Autor: Meier, Marcel K.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-999424>

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>

Il filo d'Arianna del nuovo manuale del monitore di tennis

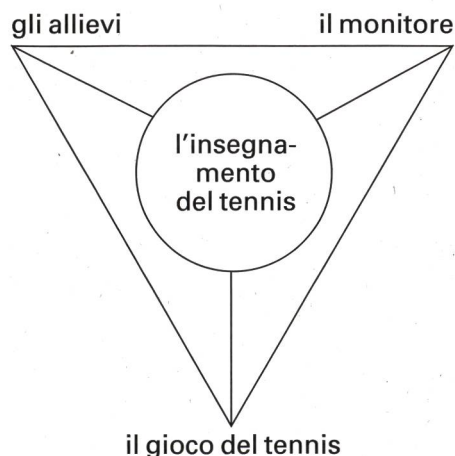
di Marcel K. Meier, capodisciplina tennis alla SFSM
traduzione ed adattamento di Franca Denti ed Ellade Corazza

Le nuove prescrizioni della disciplina tennis sono in vigore dal 1° gennaio 1995. La revisione totale del Manuale del monitore (MM) tiene conto di queste modifiche. Il MM 95 aiuta il monitore nell'insegnamento del tennis sotto forma ludica.

Il tennis è un gioco affascinante

Il tennis attira sempre più bambini, giovani e adulti per la sua sfida particolare ed il suo fascino. Vivere una sfida e il fascino deve essere lo scopo principale dell'insegnamento del tennis. In un insegnamento multilaterale, dove non manca la pluralità di esperienze e la passione, gli allievi apprendono facilmente gli elementi essenziali del tennis e inoltre raggiungono molto spesso una buona capacità di gioco. Il compito principale dell'insegnante è dunque di fare sì che gli allievi possano giocare bene insieme e in modo autonomo a tennis. Con un costante entusiasmo per il gioco del tennis, con un insegnamento preparato con molta cura e concepito in modo incitante, potremo sicuramente riuscire a svolgere questo nostro interessante compito.

La situazione didattica di partenza nella lezione di tennis



Un monitore di tennis, responsabile della sua funzione, basa il suo insegnamento su questi tre punti e le relazioni che ne risultano.

Gli allievi

Il fanciullo è un «individuo non ancora adulto», ha un passato abbastanza breve, ma tanto futuro. Il fanciullo non è un adulto in miniatura, egli è molto diverso sia fisiologicamente sia psicologicamente, è infatti qualcosa di unico. Il fanciullo cresce e si sviluppa sia a livello fisico sia psichico. Lo sviluppo avviene a periodi, ma per ogni fanciullo in modo differente; egli cresce, aumenta di peso, diventa più forte e anche i suoi movimenti, con il passare del tempo, vengono maggiormente controllati e variati. Lo sviluppo a livello emozionale (psichico) comporta più autonomia, capacità di discussione e di decisione. In linea generale, fino all'inizio dell'età pre-pubere le differenze fra i due sessi non sono rilevanti. Molto spesso i segni della pubertà si notano nelle ragazze 1-2 anni prima. I bambini precoci non devono essere considerati talenti. Non giudicare senza talento quelli con lo sviluppo ritardato!

Il monitore

Gli insegnanti e gli allievi dipendono gli uni dagli altri, e perché la collaborazione sia buona è necessario creare un clima di fiducia reciproca. Il monitore spiega

- il meno possibile,
- solo il necessario,

- con un linguaggio comprensibile, adatto all'età e al livello di capacità,
- con molto impegno.

Il monitore dimostra

- quanto è più importante,
- con dei movimenti tecnicamente adatti al livello di capacità degli allievi,
- più volte la stessa cosa,
- in modo che tutti gli allievi possano vedere.

Il monitore motiva

- tramite il suo comportamento,
- gli obiettivi individuali,
- l'incoraggiamento a raggiungere il successo
- l'attribuzione di responsabilità,
- la «fiducia» negli allievi,
- l'approvazione.

Il gioco del tennis

Il tennis è un gioco – un gioco affascinante! Questa affascinante esperienza fa nascere la gioia nel gioco; una semplice realtà per ogni attività sportiva.

L'idea del gioco è di lanciare la palla al di là della rete in modo che rimbalzi nel campo opposto, rendendo vano ogni tentativo di risposta. Per il gioco agonistico lo scopo è quello di:

- effettuare dei punti vincenti;
- mettere in difficoltà l'avversario per cercare di preparare un punto vincente, o costringerlo a fare errori, cercare di non perdere punti.

Per un gioco di divertimento lo scopo è quello di:

- non dare troppa importanza al risultato ma cercare di effettuare più scambi di palla possibili senza commettere errori.

Giocare a tennis è molto più che svolgere semplicemente dei movimenti, è molto più vasto più sensoriale, si tratta di agire fisicamente e mentalmente, ciò che si rivela con il movimento e il risultato. L'apprendimento di questa capacità d'azione è un tema dell'insegnamento del tennis sul quale dobbiamo continuamente lavorare. Gli esercizi in allenamento devono permettere quest'azione.

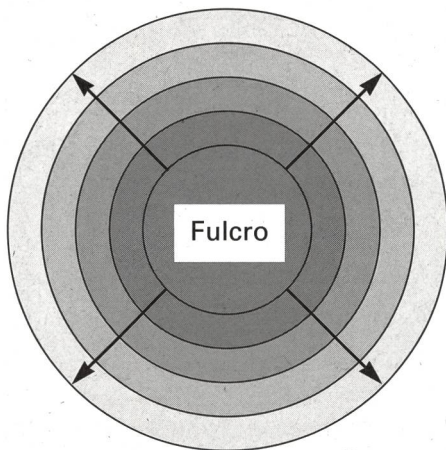
Insegnare il tennis

Giocare a tennis è l'elemento centrale

In qualità di monitore chiediti sempre: «Di cosa hanno bisogno i miei allievi per riuscire questa sfida nel tennis e potersi ulteriormente migliorare?»

Il nostro obiettivo didattico è quello di formare gli allievi in modo completo al gioco, sia esso orientato o no alla competizione.

Nella progressione dell'insegnamento del tennis, l'idea del gioco e dell'esperienza deve essere l'idea fondamentale. Per i principianti il gioco



verrà semplificato ma non cambiato. Alcune semplificazioni possibili:

- regole, ad es.: conteggio dei punti;
- condizioni generali, ad es.: dimensioni del campo, altezza della rete, racchetta, palline;
- abilità tecniche, ad es.: movimenti ridotti;
- compiti tattici - cioè stabilire sequenze di gioco particolari, ad es.: giocare incrociato, attaccare, difendere.

La progressione del tennis

1. Senso della palla

- da soli
- in coppia
- con/senza rete
- con/senza avanzamento
- frenare, colpi controllati

2. Giocare in modo sicuro e controllato

- distanza adeguata
- traiettoria curve
- imparare ad adattarsi
- sperimentare i punti d'impatto

3. Piazzare la palla

- lunghezza, larghezza, altezza

4. Variare e combinare

- attacco/difesa
- rotazione
- velocità

Principi di base nell'insegnamento

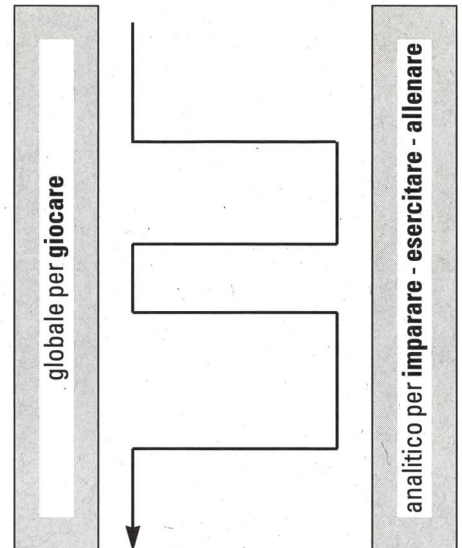
Dal facile al difficile:

- dalla breve, alla lunga passando dalla media distanza;
- dai piccoli ai grandi movimenti;
- dalle azioni facili alle complesse;
- da statico a mobile;
- dal gioco lento a quello veloce;
- dal gioco oltre la linea, oltre la corda, a quello oltre la rete;
- dai bersagli grandi, a quelli piccoli passando da quelli medi;
- dal lancio con la mano, al palleggio, al gioco insieme/contro il compagno;
- dalla presa corta a quella lunga;
- ecc.

Metodo GAG

Il tennis s'impura più facilmente se non si rinuncia completamente all'apprendimento sistematico delle capacità e abilità tecniche, tattiche, condizionali e psichiche. Con il metodo GAG - Globale, Analitico, Globale - l'idea viene tradotta nella pratica. L'attività ludica, ossia il gioco,

del tennis è dominante e solo sporadicamente vengono inseriti esercizi per il perfezionamento di singole componenti del gioco.



Concezione della lezione

Un buon insegnamento include obiettivi che concernono innanzitutto l'orientamento al gioco. La domanda principale che riguarda la pianificazione dell'allenamento è: «Quali obiettivi devono raggiungere i miei allievi, tenendo conto delle loro predisposizioni?».



La concezione della lezione



La lezione viene così suddivisa:

- predisporre;
- giocare a tennis;
- imparare e/o esercitare e/o allenare;
- giocare a tennis;
- ritornare alla calma.

Le parti «predisporre» e «ritornare alla calma» delimitano la lezione. L'insegnamento avrà così un ritmo corrispondente al bisogno di cambiamento, di diversità e di variazione, di tensione e di rilassamento degli allievi. Adatta la concezione della lezione alla tua propria situazione!

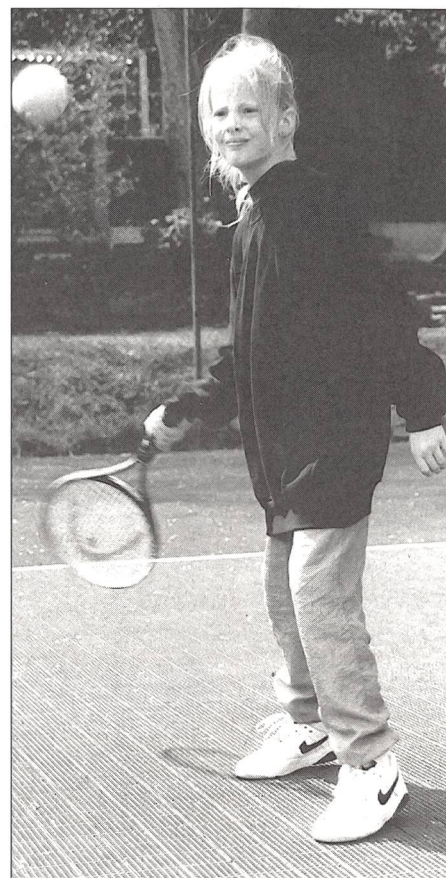
«Giocare-imparare, esercitare, allenare-giocare»

Queste tre parti costituiscono il nocciolo di ogni lezione di tennis e tengono conto delle esigenze degli

allievi che, oltre al desiderio di giocare, vogliono anche apprendere. Dopo la predisposizione iniziamo con il metodo globale (G) e, durante la prima fase di gioco della lezione, organizziamo un esercizio dove gli allievi giocano soprattutto in coppia.

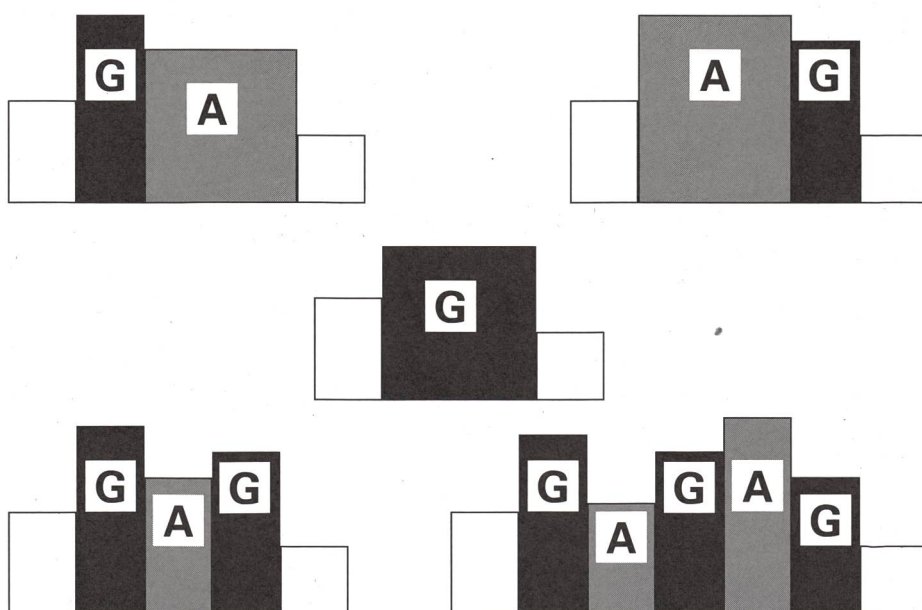
La parte successiva, di tipo analitico (A), deve permettere agli allievi di sviluppare alcuni aspetti del loro gioco imparando, esercitando e allenandosi. Imparare, esercitare e allenare è interessante allorché l'obiettivo è preciso e l'organizzazione chiara.

Gli esercizi migliori sono quelli che rispecchiano il gioco. L'idea di gioco specifica al tennis deve, anche negli esercizi facili, essere possibilmente identificata e vissuta. Il contenuto degli esercizi rispecchia la realtà delle situazioni di gioco facili.



Nella seconda fase di gioco della lezione (G), bisogna cercare di giocare ai punti. In questo modo allievi e insegnanti possono verificare se la loro diligenza nell'esercitazione e nell'allenamento ha migliorato il livello di gioco.

Altri tipi di lezione possibili



L'insegnamento del tennis

I nostri allievi devono diventare abili e trionfanti giocatori

- insegnamo il tennis come gioco
- usiamo il metodo GAG
- sviluppiamo il tennis dei nostri bambini e giovani, esso è infatti un gioco evolutivo
- insegnamo i colpi per risolvere determinati colpi
- assegnamo dei compiti, affinché i nostri allievi possano trovare da soli le soluzioni
- insegnamo i colpi nella forma completa e globale
- nell'insegnamento viene rispettata la situazione. ■

Bibliografia: da richiedere all'autore