

# “Apprendimento delle tecniche e correzione dell’errore”

Prof. Vito Eugenio Leonardi

Tecnica:  
utilizzo massima del  
potenziale motorio dell'atleta



# Obiettivi della tecnica

- Rendere ottimale lo sviluppo degli angoli tra i vari segmenti corporei per ampiezza, direzione, velocità.
- Rendere ottimale lo stacco del proprio corpo dal suolo o dall'attrezzo.
- Rendere ottimale le direzioni e le angolazioni di volo.
- Controllare e gestire gli atteggiamenti, le posizioni del corpo in un campo mutevole di forze esterne.
- Rendere artistica e personalizzata l'esecuzione dell'esercizio.

# Condizioni di base

- Capacità funzionali del ginnasta
- Apprendimenti precedenti del ginnasta
- Conoscenze tecniche dell'istruttore
- Capacità didattiche dell'istruttore



# Capacità didattiche

- Comunicazione, immagine, rappresentazione.
- Le vie della comunicazione: le informazioni.
- Limiti al trattamento delle informazioni.
- Le informazioni pertinenti.



# L'apprendimento delle tecniche



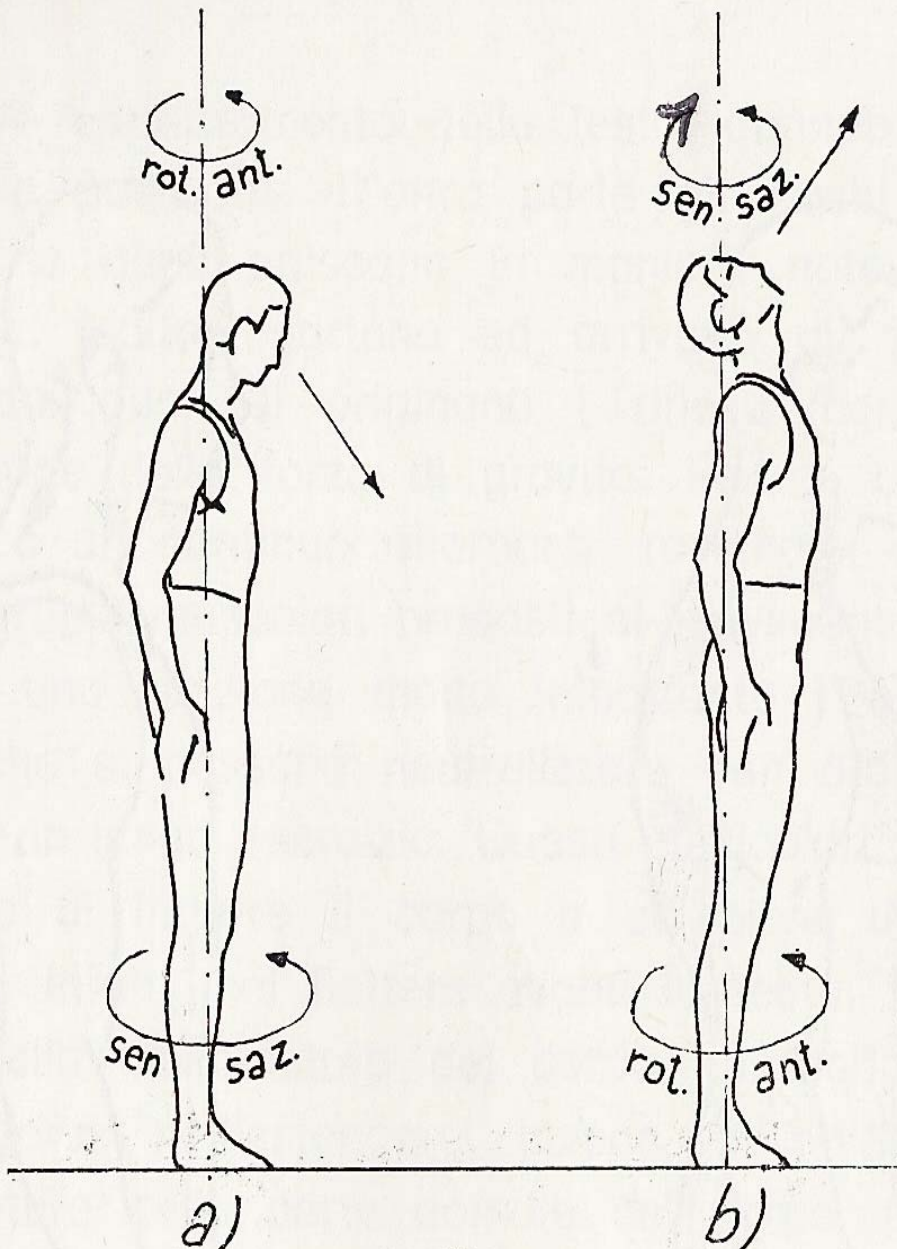
© Federginnastica - Foto V. Biffani

- Abilità chiuse, abilità aperte.
- scomposizione e ricomposizione dell'azione.
- Difficoltà: - la dimensione temporale  
- la velocità  
- l'inversione ortostatica

La figura pone in risalto come, nella posizione eretta del corpo la diversa posizione del capo determini:

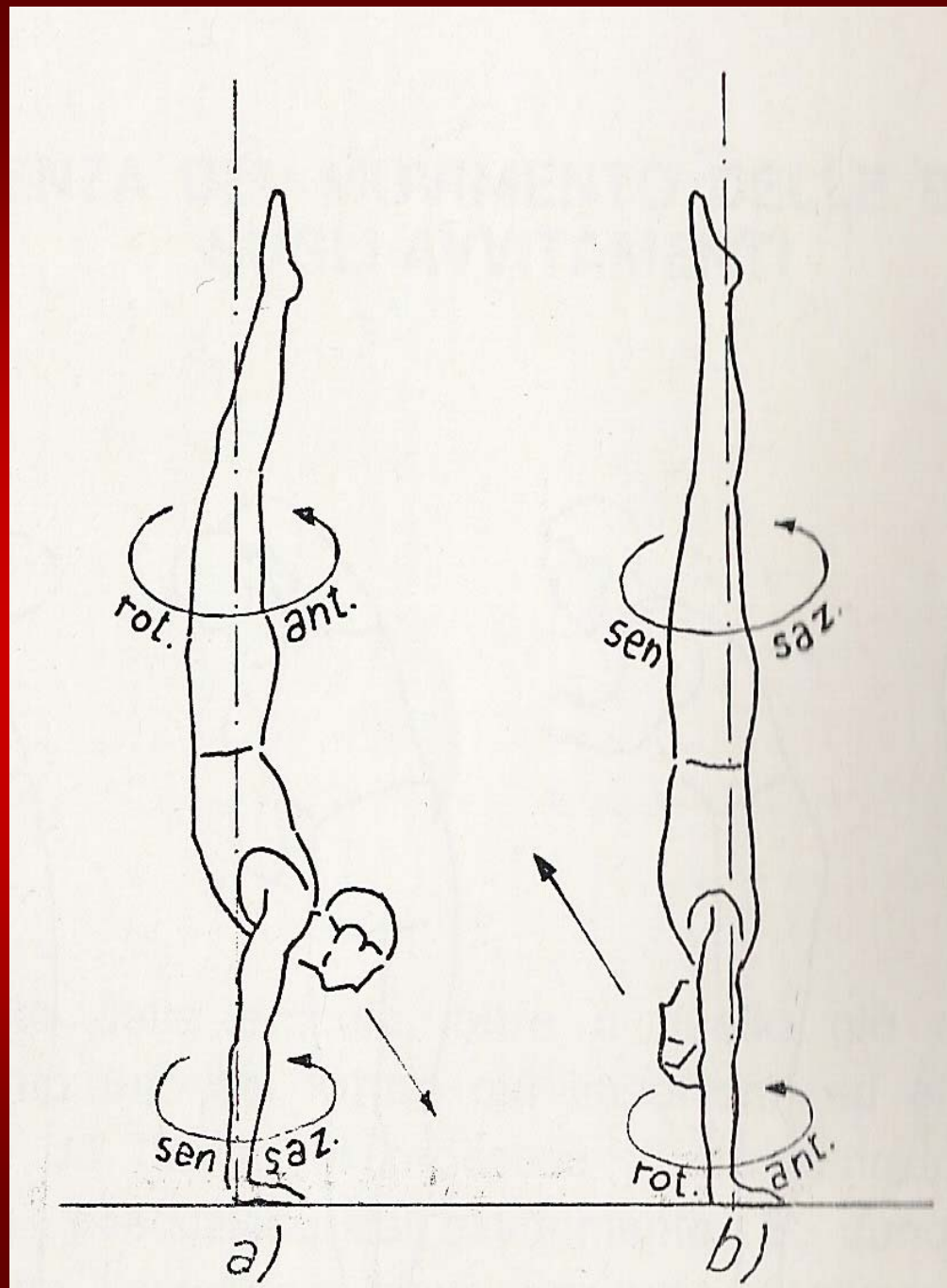
a) Con lo sguardo rivolto verso il basso (capo flesso in avanti), il corpo subisce una rotazione antioraria, confermata dalla medesima sensazione visiva di rotazione nel verso antiorario.

b) Il corpo subisce parimenti una rotazione antioraria (sguardo rivolto in alto), mentre il ginnasta ha la sensazione visiva di ruotare nel verso orario.



La figura pone in risalto come, nella posizione verticale ritta del corpo la diversa posizione del capo determini:

- a) Con il capo esteso all'indietro e con lo sguardo rivolto all'appoggio, se il corpo subisce una rotazione antioraria, egli realmente ha la sensazione visiva di ruotare nel verso antiorario.
- b) Con il capo flesso in avanti e con lo sguardo rivolto verso la parte anteriore del corpo, egli ha la sensazione visiva di ruotare, invece, nel verso orario.



Michele aveva ragione

# Verbalizzazione e correzione dell'errore

- Il linguaggio adoperato deve essere semplice, chiaro e inequivocabile.
- Adattato al grado di comprensione dell'allievo.
- Il messaggio verbale deve significare principalmente il compito da svolgere e non l'errore.
- La correzione dell'errore deve incominciare dal più importante al meno importante.
- Cambiare il contesto dell'apprendimento, il lato dell'assistenza, dell'uscita ...
- La correzione deve avvenire in condizione di "freschezza" motoria.
- Non deve comportare troppe ripetizioni e contentarsi di quella al momento più approssimativa.