



TEORIE DELL'APPRENDIMENTO, METODI DIDATTICI, APPLICAZIONI PRATICHE

FEDERAZIONE ITALIANA VELA - CORSO ISTRUTTORI I LIVELLO

DISPENSA DIDATTICA A CURA DI G. SEPPI

TEORIE DELL'APPRENDIMENTO

Possiamo definire l'apprendimento come l'acquisizione e/o la modifica di conoscenze, comportamenti e abilità in forme più evolute e consolidate nel tempo. L'apprendimento deriva da nuove esperienze e/o dalla pratica di nuovi comportamenti. Apprendere vuol dire acquisire nuove conoscenze e modalità di agire o reagire, per adattarsi ai cambiamenti dei contesti ambientali, compresi i contesti relazionali. L'apprendimento può essere il risultato di processi spontanei, come avviene nei bambini, o può essere indotto e guidato mediante un intervento esterno di insegnamento.

Lo studio dell'apprendimento umano fa parte della psicologia sperimentale, della pedagogia, della psicologia cognitiva e delle scienze dell'educazione. Esistono diverse studi e teorie dell'apprendimento, che si possono a grandi linee raggruppare in tre correnti:

- Comportamentismo (behaviorismo)
- Cognitivismo
- Costruttivismo

COMPORAMENTISMO

Questa nozione è nata nel 1913 dallo psicologo americano John Watson, le cui idee condussero a una “rottura” nel campo della psicologia, che fu elevata al rango di scienza oggettiva. Per Watson il “comportamento è l’insieme delle reazioni adattative oggettivamente osservabili, che un organismo innesca in risposta a degli stimoli, anch’essi oggettivamente osservabili provenienti dall’ambienti nel quale vive.”

“Per i comportamentisti l’apprendimento è un cambiamento di comportamento. L’idea centrale è che non esista una realtà oggettiva esterna che noi apprendiamo attraverso i nostri sensi. Esiste un apprendimento nel momento in cui l’individuo dà una risposta corretta (manifesta un comportamento previsto) a un dato stimolo. I comportamenti sono determinati dalle condizioni ambientali, poiché i behaviorismi ritengono che l’essere umano sia un essere passivo, e che sia sufficiente manipolare le condizioni ambientali per ottenere i comportamenti voluti”

COGNITIVISMO

Verso gli anni '50 si afferma la corrente cognitivista che si distingue nettamente dalla corrente behaviorista; essa raccomanda un nuovo approccio per spiegare l'apprendimento, quello dell'elaborazione delle informazioni. Il termine designa "l'insieme delle attività e dei processi interni inerenti all'acquisizione delle conoscenze, all'informazione, alla memoria, al pensiero, alla creatività, alla percezione, come pure alla comprensione e alla risoluzione dei problemi. I cognitivisti si interessano a ciò che succede nella testa degli individui che apprendono.

Le informazioni provengono dall'esterno e arrivano agli individui attraverso i sensi nella memoria sensoriale oppure vengono prima riconosciute e trattenute qualche secondo prima di essere trasmesse alla memoria a breve termine, in seguito vengono immagazzinate nella memoria a lungo termine.

Ciò che è importante, è la maniera in cui le informazioni vengono immagazzinate nella memoria. L'essere umano è dunque un elaboratore attivo di informazioni, simile ad un computer, e l'apprendimento si definisce come una modificazione all'interno delle strutture mentali dell'individuo.

COSTRUTTIVISMO

Propone un punto di vista alternativo in cui si ritiene che la realtà psicologica, socio-cognitiva sia il risultato di un insieme di inter-relazioni tra il soggetto e il suo ambiente. Il costruttivismo propone tre principi fondamentali per la formazione: la conoscenza viene costruita dal discente e non è trasmessa o immagazzinata, l'apprendimento richiede l'impegno di un discente attivo che costruisce le proprie rappresentazioni grazie a delle interazioni con il materiale o le persone e il contesto gioca un ruolo determinante all'interno del processo di apprendimento.

L'apprendimento di nuovi comportamenti rappresenta lo strumento escogitato dall'evoluzione per assicurare l'adattamento al di là dei meccanismi innati. Il processo per il quale la struttura cognitiva si ritrova modificata in modo permanente consiste nell'apporto di conoscenze o di connessioni tra le conoscenze precedenti. Il costruttivismo vede l'apprendimento come un processo attivo di costruzione delle conoscenze piuttosto che un processo di acquisizione del sapere. Non esiste un apprendimento oggettivo, solo delle interpretazioni personali della realtà, ognuno crea le proprie interpretazioni ed restano valide solo per un dato tempo. L'individuo cerca di comprendere le molteplici prospettive tramite le sue interazioni con il mondo esterno.

METODI DIDATTICI

Possiamo definire il metodo didattico come un piano d'azione strutturato per rendere efficace la didattica, ovvero l'azione di chi insegna, organizzando ed attuando tutte le proposte che serviranno a raggiungere l'obiettivo proposto. Un metodo è quindi un procedimento consapevole, strutturato e organizzato teso a stimolare l'apprendimento. Gli attuali metodi d'insegnamento dell'educazione motorio-sportiva trovano la loro origine nelle due forme classiche della deduzione e dell'induzione.

**METODI
INDUTTIVI**

**METODI
DEDUTTIVI**

METODI INDUTTIVI

Nell'insegnamento in generale i metodi induttivi sono quelli che partono da singoli dati per arrivare ad una conclusione più generale e universale. In ambito motorio/sportivo comprendono i metodi che partono da singole esperienze motorie per arrivare alla comprensione e gestione di realtà più complesse e generali. Si caratterizzano per la libertà lasciata agli allievi nella ricerca della soluzione del compito motorio. Sono quindi metodi incentrati sull'azione e sulla creatività dell'allievo, in cui l'insegnante funge piuttosto da guida, da facilitatore, ma non deve inibire l'impegno intellettuale e creativo degli allievi. Lo stile di insegnamento quindi è non direttivo. Si basano sul processo sperimentazione – osservazione - comparazione – astrazione - generalizzazione. Ecco alcuni esempi di metodi induttivi:

- Libera esplorazione
- Scoperta guidata
- Risoluzione di problemi

Metodo della libera esplorazione: gli allievi sono protagonisti principali di tale metodo di tipo induttivo, che consiste essenzialmente nella libera ricerca di esperienze motorie. L'insegnante ha un ruolo marginale; il suo compito è quello di indirizzare di volta in volta l'attenzione e l'interesse degli allievi verso una determinata situazione motoria.

Metodo della risoluzione dei problemi: consiste generalmente nella predisposizione, da parte dell'istruttore, di situazioni motorie non ben definite o incomplete sul piano esecutivo, che dovranno essere affrontate dagli alunni. L'istruttore non fornisce alcun modello esecutivo, ma interagisce verbalmente con gli allievi con domande che possano stimolare i processi induttivi propri del metodo: in che modo possiamo fare per ... ? chi è capace di ... ? chi vuol provare a ... ? in quale altro modo si può ... ?

Metodo della scoperta guidata: presenta notevoli somiglianze con il metodo della risoluzione dei problemi dal quale si differenzia per la "delimitazione" delle ipotesi risolutive delle situazioni motorie poste. Le delimitazioni vengono poste dall'istruttore nel quadro di una serie di obiettivi che intende perseguire. I problemi posti saranno pertanto determinati dagli obiettivi da conseguire; saranno invece lasciate alla creatività, alla fantasia, alla elaborazione degli allievi le esecuzioni delle azioni utili a conseguire gli obiettivi posti.

METODI DEDUTTIVI

In generale sono quelli che partono da tesi o assiomi generali per spiegare i singoli fenomeni. In ambito motorio/sportivo possiamo identificarli come quei metodi in cui si parte dalla un contesto più generale, completo e complesso per poi analizzare i singoli elementi. Prevedono un ruolo attivo dell'insegnante/istruttore, che propone specifici compiti motori da eseguire. Lo stile di insegnamento è quindi direttivo. L'allievo viene sollevato totalmente o parzialmente dal fornire interpretazioni e soluzioni personali. I metodi deduttivi pongono attenzione ai contenuti da apprendere più che alla persona, e sfruttano un apprendimento mnemonico/meccanico. Ecco alcuni esempi di metodi deduttivi:

- Assegnazione di compiti
- Sintesi – analisi – sintesi
- Prescrittivo - direttivo

Metodo dell'assegnazione dei compiti: consiste nell'assegnare agli atleti, sia singolarmente che in piccoli gruppi, determinati compiti motori che vengono eseguiti autonomamente una volta stabilite le modalità di esecuzione. Implica una spiegazione di ciò che dovrà essere realizzato, una dimostrazione dell'attività da svolgere e l'esecuzione da parte degli atleti, in forma autonoma, dei compiti assegnati.

Metodo misto o sintesi-analisi-sintesi: fa riferimento a due tradizionali momenti deduttivi, la sintesi e l'analisi, integrandoli e combinandoli. L'istruttore offre agli allievi una visione di insieme dell'esercizio, o dell'obiettivo didattico, quindi analizza le singole parti, e poi ricomponi il tutto. Consente di acquisire in tempi brevi le tecniche sportive e facilita l'individualizzazione e la correzione degli errori.

Metodo prescrittivo-direttivo: dà estrema importanza al ruolo dell'insegnante che deve possedere conoscenze ed esperienze da trasmettere ai propri atleti. Si attua nella proposta di esercizi con le 4 fasi: Spiegazione – Dimostrazione – Esecuzione - Correzione

FACCIAMO UN ESEMPIO

OBBIETTIVO DIDATTICO: RADDRIZZARE UNA BARCA SCUFFIATA

Libera esplorazione: far giocare liberamente gli allievi con alcune barche scuffiate, senza dare obiettivi né indicazioni

Risoluzione di problemi: chiedere agli allievi di raddrizzare una, senza dare indicazioni su come fare

Scoperta guidata: chiedere agli allievi di raddrizzare la propria barca usando il loro peso

Assegnazione di compiti: l'istruttore spiega agli allievi come si esegue il raddrizzamento, lo dimostra, poi gli allievi eseguono la manovra autonomamente.

Misto (sintesi-analisi-sintesi): l'istruttore illustra la manovra nella sua totalità; gli allievi eseguono; poi si analizza la manovra nei vari dettagli; infine si riassumono i punti fondamentali.

Prescrittivo-direttivo: l'istruttore spiega la tecnica, la dimostra, la fa eseguire ad ogni allievo, corregge ogni allievo.

METODI INDUTTIVI



Esaltano la creatività degli allievi
Sono coinvolgenti
Ogni allievo partecipa a seconda delle proprie possibilità
Adatti ad implementare abilità sportive di tipo "aperto" (open skills)
Consigliabili negli sport di situazione



Non è facile controllare lo svolgimento del programma
I tempi di apprendimento sono abbastanza lunghi
Si rischia una certa anarchia motoria e comportamentale.

METODI DEDUTTIVI

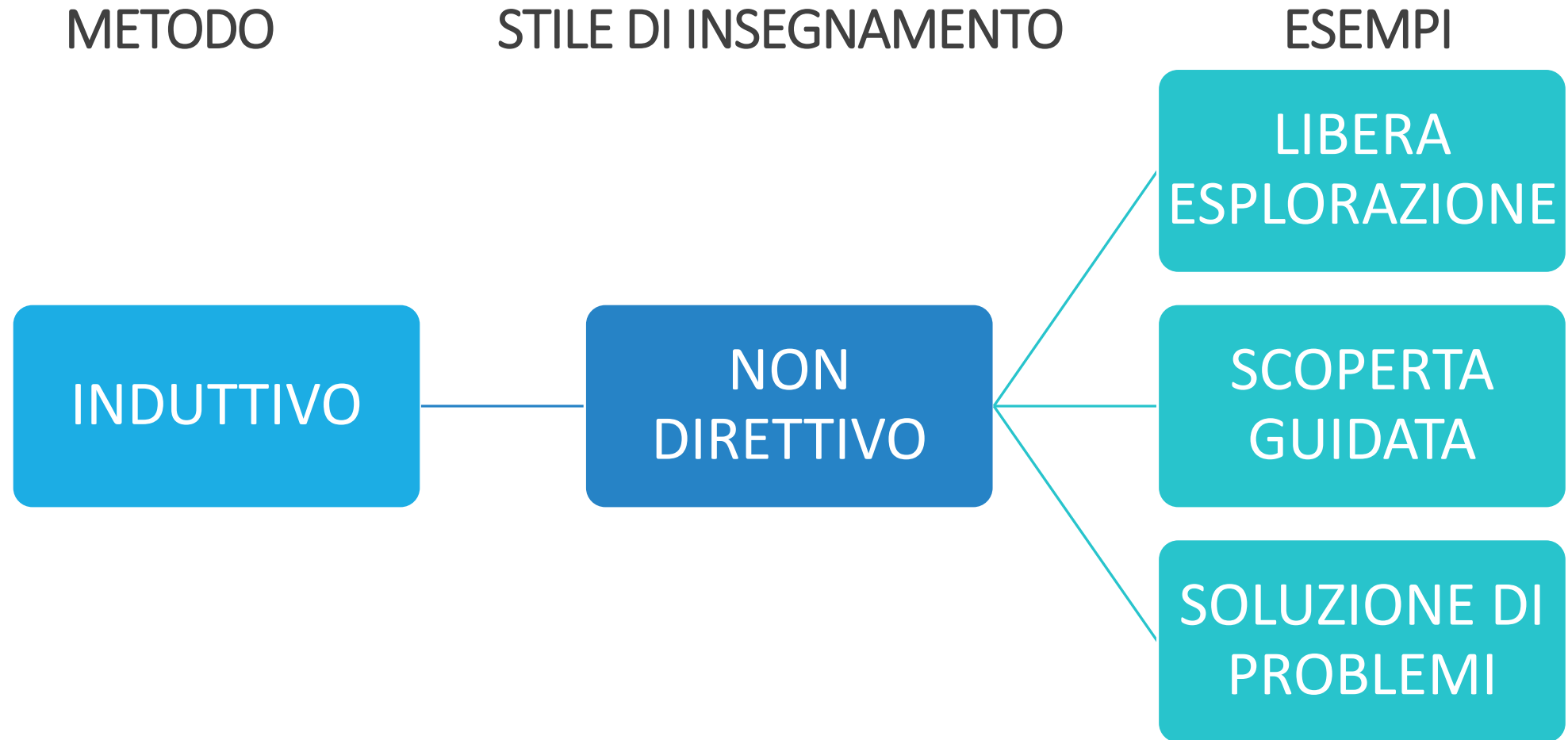


Facilitano il controllo dello svolgimento del programma
Riducono i tempi di apprendimento
Rendono le correzioni più mirate alle singole azioni e/o al singolo gesto
Sono adatti all'implementazione di abilità sportive di tipo "chiuso" (*closed skills*)

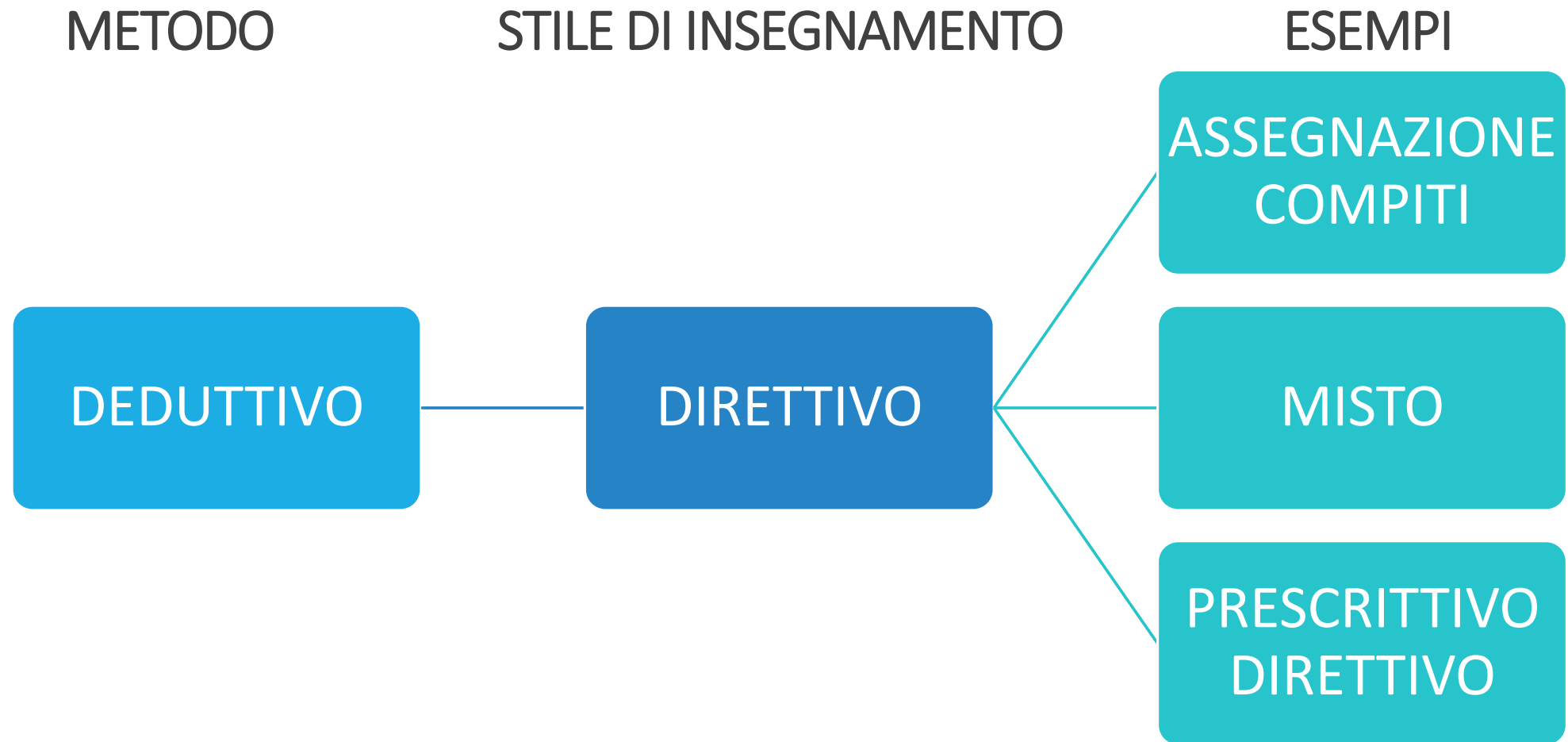


Inibiscono la creatività degli allievi
Possono risultare noiosi

RIASSUMENDO:



RIASSUMENDO:



METODO GLOBALE / METODO ANALITICO

Un'altra distinzione che possiamo fare nel proporre un compito motorio è quello di scegliere se utilizzare un metodo globale o analitico.

Nel metodo globale si parte dal generale per arrivare al particolare: si presenta e si fa eseguire il gesto nella sua totalità, applicando correzioni solo se e quando serve. Risulta efficace per affrontare esercizi che presentano scarsa complessità.

Il metodo analitico invece parte dal particolare per arrivare al generale. Il compito viene quindi scomposto in sequenze, la manovra viene scomposta nei singoli gesti. Risulta particolarmente utile se l'esercizio ha un grado di complessità elevata o quando si vuole ottimizzare ogni singola sequenza per massimizzare la prestazione.

E' bene sottolineare che non esistono metodi in assoluto «buoni» o «cattivi» e che ogni istruttore deve operare le proprie scelte valutando di volta in volta le numerose variabili in gioco (età e livello degli allievi, spazi e tempo disposizione, mezzi e attrezzature disponibili, condizioni meteo, complessità dell'esercizio, ecc.)

In linea generale comunque in un percorso didattico che parte dal corso di iniziazione e prosegue con il perfezionamento e con l'eventuale agonismo, il metodo tende a passare da prevalentemente induttivo a maggiormente deduttivo. Analogamente, passando da allievi di livello base ad allievi di livello avanzato l'approccio passa gradualmente da globale ad analitico.



Anche l'età gioca un ruolo fondamentale nella scelta dei metodi. Con i più giovani risultano particolarmente efficaci i metodi induttivi, perché i bambini apprendono naturalmente con la pratica (per imitazione, per prove ed errori), e si annoiano facilmente. Gli adulti invece hanno spesso l'esigenza di comprendere le finalità e le modalità di esecuzione del compito assegnato prima di eseguirlo, quindi apprendono più facilmente con i metodi deduttivi.



TECNICHE DIDATTICHE

Durante questo corso oltre alle lezioni frontali vi vengono proposte svariate attività, sia individuali che di gruppo. Usando diverse tecniche possiamo cambiare il rapporto tra il soggetto che apprende e la situazione d'apprendimento:

- con le tecniche di riproduzione operativa si impara operando sulle situazioni,
- con le tecniche di simulazione si impara immergendosi nelle situazioni;
- con quelle di analisi della situazione si impara dalle situazioni (leggendole);
- con quelle di produzione cooperativa si impara a modificare (o a inventare) le situazioni.

Naturalmente cambia anche il coinvolgimento emotivo degli studenti, che è molto più profondo nelle tecniche simulative, con l'immersione nella realtà e con l'assunzione di ruoli specifici, più distaccato nelle analisi delle situazioni. Analizziamo di seguito alcune tecniche.

Tecniche di riproduzione operativa. Rientrano in questo contesto le consuete esercitazioni pratiche che vengono proposte durante i corsi di vela. Hanno lo scopo di affinare le abilità tecniche e operative degli allievi mediante la riproduzione di una procedura spiegata e dimostrata dall'istruttore/insegnante. Ricordiamoci che dimostrazione ed esecuzione sono complementari e richiedono la scomposizione della procedura in operazioni e in fasi da porre in successione e da verificare ad ogni passaggio.

Tecniche simulative: sono quelle come il role playing (gioco dei ruoli). Si chiede ai partecipanti di svolgere, per un tempo limitato, il ruolo di “attori”, di rappresentare cioè alcuni ruoli in interazione tra loro, mentre altri fungono da “osservatori”. E’ in pratica una simulazione di quello che può accadere durante l’attività, in cui si dà ai partecipanti l’opportunità di esaminare il proprio e l’altrui comportamento. Questo metodo fornisce molteplici stimoli all’apprendimento attraverso l’imitazione, attraverso l’osservazione del comportamento degli altri e i commenti ricevuti sul proprio, attraverso l’analisi dell’intero processo. Le tecniche in cui si simulano attività reali sono particolarmente utili per l’interpretazione e l’analisi dei comportamenti e dei ruoli sociali nelle relazioni interpersonali e per lo sviluppo delle competenze decisionali e procedurali;

Tecniche di produzione cooperativa: tra cui troviamo il metodo del lavoro di gruppo (cooperative learning). Sono tecniche utili per lo sviluppo integrato di competenze cognitive, operative e relazionali. E' una modalità di apprendimento che si basa sull'interazione all'interno di un gruppo di allievi che collaborano, al fine di raggiungere un obiettivo comune, attraverso un lavoro di approfondimento e di apprendimento che porterà alla costruzione di nuova conoscenza.

Lavorare in gruppo accresce le capacità di ragionamento critico, stimola la comunicazione, la capacità di relazionarsi, di proporre e difendere le proprie idee. Si confrontano esperienze e opinioni, si condividono conoscenze: si impara dagli altri membri del gruppo. Apprendere in gruppo si rivela molto efficace non solo sul piano cognitivo, ma anche per quanto riguarda l'attivazione dei positivi processi socio-relazionali; ciascun componente, infatti, accresce la propria autostima, si responsabilizza nei processi di apprendimento, cresce nelle abilità sociali, imparando a cooperare per il conseguimento di un obiettivo comune.

A seconda dell'attività da svolgere, il docente può creare lui stesso i gruppi, che potranno essere di livello, di compito, elettivi, misti, oppure lasciare gli allievi liberi di unirsi in gruppo.

Tecniche di analisi della situazione: Si analizza a tavolino una situazione per determinare una o più azioni appropriate da intraprendere. Questo metodo prende spunto dalla realtà, per riallacciarsi alle esperienze e alle conoscenze dei partecipanti, coinvolgendoli attivamente nel processo di apprendimento e forzandoli ad applicare la teoria alla pratica. La situazione simulata è priva di rischi e costituisce un'utile "palestra" per misurare e sviluppare la capacità di analizzare situazioni complesse, di individuare le possibili opzioni per la soluzione dei problemi, di scegliere le linee di azione ritenute più adeguate.

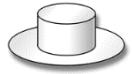
Con questa tecnica (studio di caso) si sviluppano le capacità analitiche e le modalità di approccio ad una situazione o a un problema. Se si prendono in esame situazioni di emergenza o di pericolo (incident), si sviluppano anche le abilità decisionali necessarie per superare l'emergenza.

Tecniche di ricerca individuale (action maze). Con l'avvento di internet, si è passati dalle ricerche in biblioteca a quelle in rete, un vero labirinto di informazioni. Durante la ricerca l'allievo deve continuamente valutare l'importanza e il senso della nuova informazione, prendendo continue decisioni sulle strade da intraprendere o da scartare, e le variabili sono infinite. Accanto alle competenze decisionali, la tecnica del labirinto in rete richiede anche approfondite competenze auto-valutative e orientative. Nella ricerca ciascuno è libero di scegliere gli strumenti e i tempi che preferisce, ed è quindi una tecnica attraverso la quale «testare» l'autonomia e l'indipendenza degli allievi, le loro conoscenze di base, la capacità di sintesi e di concentrazione.

Tecniche creative di gruppo, come il brainstorming: posto un problema o un argomento, ogni partecipante propone liberamente interpretazioni e soluzioni di ogni tipo, anche strampalate, paradossali o che sembrano inapplicabili. Nessuna idea viene minimamente censurata. La critica e l'eventuale selezione tra tutte le idee interverrà solo in un secondo tempo, terminata la riunione. Il risultato può consistere in una soluzione del problema innovativa e creativa o comunque in una lista di idee per un approccio successivo al problema.

Anche la tecnica **dei sei cappelli per pensare** rientra nella categoria delle tecniche creative di gruppo. Ognuno di noi tende a pensare nello stesso modo, e trova difficoltà ad assumere altri modi: anche nel linguaggio comune si dice che il pessimista vede tutto nero, l'ottimista invece pensa in rosa...

Edward De Bono, padre del “pensiero laterale”, nel 1985 ha proposto un originale e fortunatissimo metodo per abituarsi a pensare in modalità diverse. A turno i componenti del gruppo indossano cappelli diversi e si sforzano di vedere le cose in modo diverso.



cappello bianco (il foglio bianco) è il ragionamento analitico e imparziale, che riporta i fatti così come stanno



cappello rosso (il fuoco, la passione) è l’espressione libera dell’emotività, esprime di getto le proprie intuizioni



cappello nero (la notte, il pessimismo) è l’avvocato del diavolo che rileva gli aspetti negativi, di ogni situazione trova qualcosa che non va



cappello giallo (il sole, l’oro) è l’avvocato dell’angelo, rileva gli aspetti positivi, i vantaggi, le opportunità



cappello verde (la pianta che fiorisce) indica sbocchi creativi, nuove idee, analisi e proposte migliorative, visioni insolite



cappello blu (il cielo, l’alto) stabilisce priorità, metodi, sequenze funzionali. Pianifica, organizza, stabilisce le regole del gioco. Conduce il gioco dei sei cappelli.

Grazie e buon lavoro!