



Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14

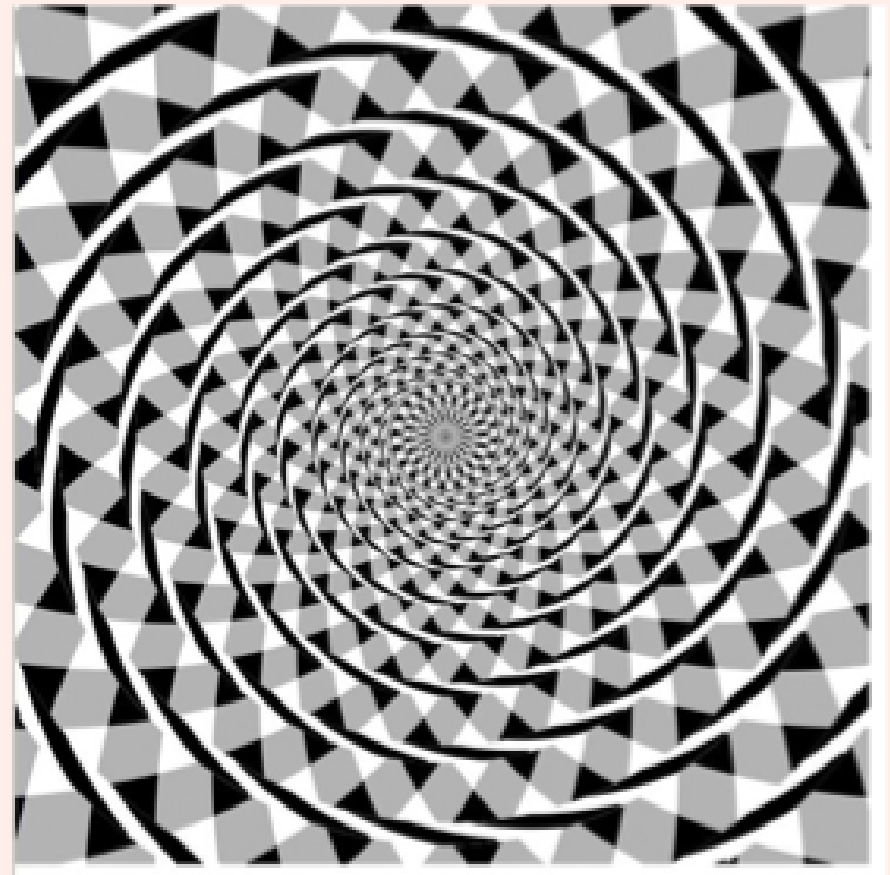
## APPRENDIMENTO/INSEGNAMENTO

Apprendimento



## Illusione

E' un' alterazione percettiva in quanto considera l'illusione una "falsa" lettura della realtà che viene percepita dal soggetto in maniera alterata rispetto alla realtà stessa.

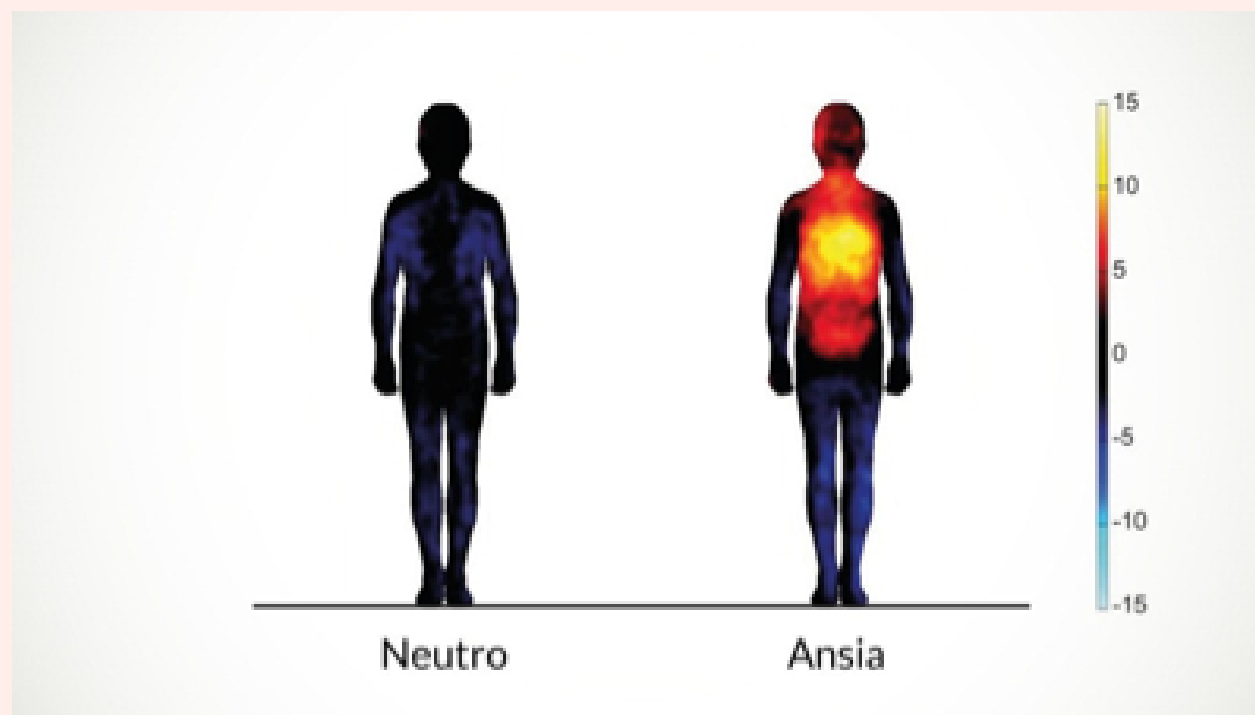




## Mappa delle emozioni

I colori caldi indicano le aree fisiche stimulate, mentre i colori freddi indicano quelle disattivate.

Topografia corporea delle emozioni



Le emozioni sono il modo che abbiamo per adattare i nostri stati mentali e corporei ai cambiamenti dell'ambiente intorno a noi



Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14

## Ocse-Pisa, nei test di "soluzione dei problemi quotidiani" la rivincita degli studenti italiani

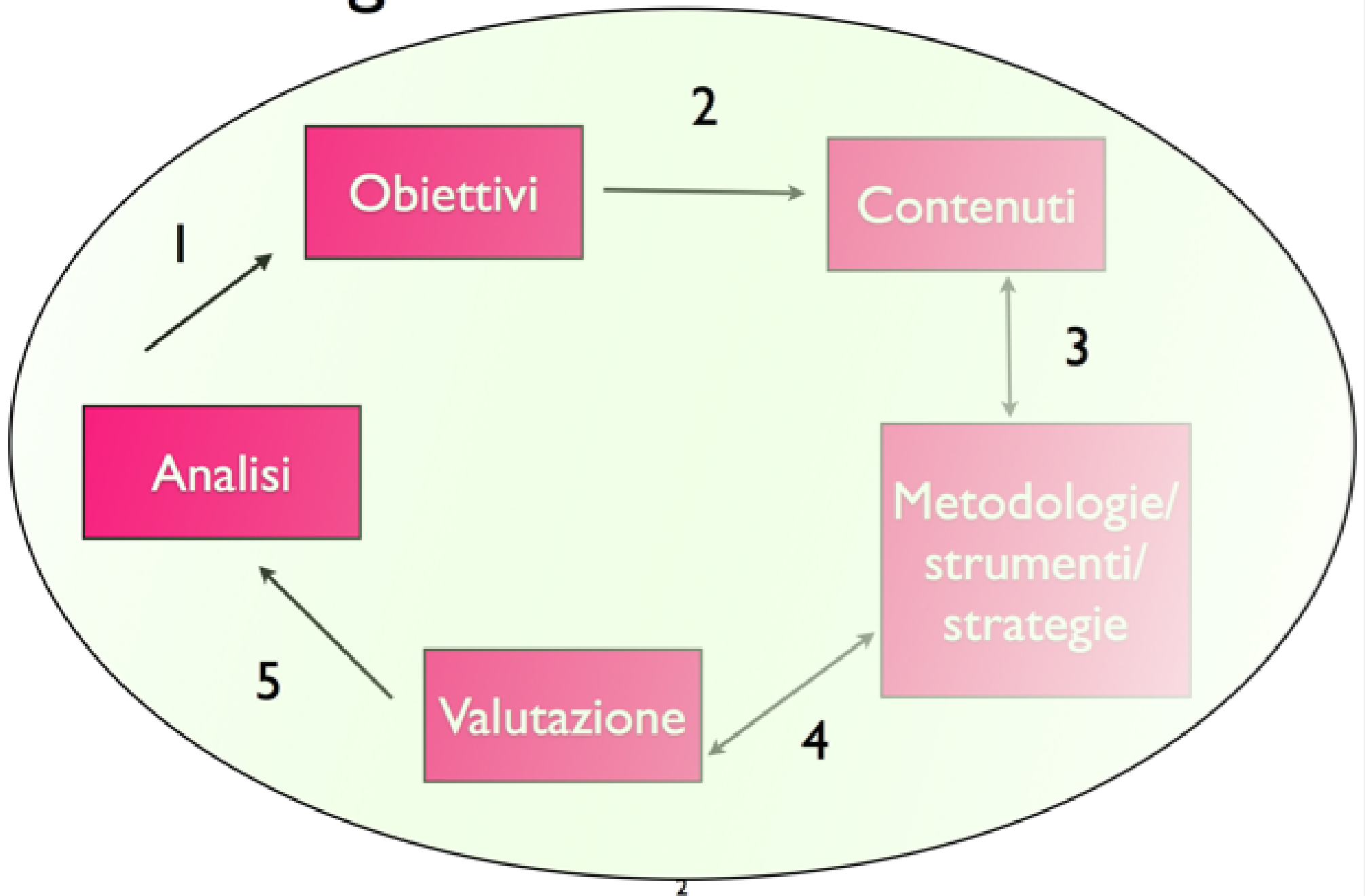
Rivincita dei quindicenni italiani nei test Ocse-Pisa. Nel ***problem-solving*** - la risoluzione di problemi che richiedono un approccio più pragmatico e adattivo che teorico e di routine - l'Italia si piazza nella parte alta della speciale classifica stilata dall'Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico, che sonda le capacità di risolvere problemi della vita quotidiana. Superando nazioni come Germania e Stati Uniti e mantenendosi "significativamente" al di sopra della media dei paesi Ocse che hanno partecipato all'indagine svolta nel 2012.

Articolo del 01 aprile 2014



[http://www.repubblica.it/scuola/2014/04/01/news/test\\_ocse-pisa\\_studenti\\_italiani-82425992/](http://www.repubblica.it/scuola/2014/04/01/news/test_ocse-pisa_studenti_italiani-82425992/)

# Progettazione Curricolare





Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14



Attitudine

Interesse

Motivazione

Bisogni

Attenzione

Intelligenze

Stili cognitivi

## Attitudine

L'attitudine è una predisposizione dell'individuo a svolgere una determinata attività.

Si tratta dell'inclinazione che ciascuna persona ha verso alcune pratiche.

Può essere una predisposizione innata dell'individuo oppure essere acquisita con l'esperienza e l'apprendimento.

## Interesse

Il termine indica i concetti di partecipazione e di coinvolgimento del sè nell'ambito di una determinata situazione.



## Motivazione

La motivazione è l'espressione dei motivi che inducono un individuo a una determinata azione.

**La motivazione estrinseca** avviene quando un alunno si impegna in un'attività per scopi che sono estrinseci all'attività stessa.

**La motivazione intrinseca**, avviene quando un alunno si impegna in un'attività perché la trova stimolante e gratificante di per se stessa.



Il **bisogno** è la mancanza totale o parziale di uno o più elementi che costituiscono il benessere della persona



*La piramide dei bisogni di Maslow (1954)*







## FOCUS ATTENTIVO





Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14

Lo stile attentivo **ESTERNO - AMPIO**: è rivolto alla massima raccolta delle informazioni derivanti dall'ambiente circostante, *ad esempio ai movimenti degli avversari in campo al momento di un'azione di attacco.*

Lo stile attentivo **ESTERNO - RISTRETTO**: l'attenzione è rivolta a tutte le attività che richiedono un elevato livello di concentrazione ai movimenti fini, *ad esempio durante il tiro di un calcio di punizione.*

Lo stile attentivo **INTERNO - AMPIO**: l'attenzione è rivolta alla pianificazione del comportamento strategico ed agli obiettivi di gara (*vincere la partita*).

Lo stile attentivo **INTERNO - RISTRETTO**: questo stile è indicato nei momenti difficili della competizione, *ad esempio quando si viene sopraffatti da pensieri negativi e la fatica (sia fisica che mentale) comincia a farsi sentire.*



## La Distraibilità - Gli Errori Attentivi

- **Sovraccarico di stimoli esterni** (focus attentivo esterno eccessivamente ampio)
- **Sovraccarico di stimoli interni** (focus attentivo interno eccessivamente ampio)
- **Focus Attentivo eccessivamente Ristretto** (scarsa flessibilità attentiva)



# Intelligenze multiple di Gardner

(Il primo psicologo che ha parlato delle Intelligenze Multiple in "*Frames of mind*" pubblicato nel 1983).

- Secondo Gardner, ogni persona è dotata di almeno sette intelligenze ovvero, è intelligente in almeno sette modi diversi.
- Ciò significa che alcuni di noi possiedono livelli molto alti in tutte o quasi tutte le intelligenze, mentre altri hanno sviluppato in modo più evidente solo alcune di esse.
- E' importante sapere che ognuno può sviluppare tutte le diverse intelligenze fino a raggiungere soddisfacenti livelli di competenza.

Logico/matematica	Linguistico/verbale	kinestetica
usata nella soluzione di problemi matematici e nel ragionamento logico	usata nel leggere libri, scrivere testi, comprendere parole parlate	usata nel ballare, nel giocare a pallacanestro, nel correre i 100 metri o nel lancio del giavellotto
<ul style="list-style-type: none"> <li>● riconoscimento di modelli astratti</li> <li>● ragionamento induttivo</li> <li>● ragionamento deduttivo</li> <li>● saper discernere relazioni e connessioni</li> <li>● saper svolgere calcoli complessi</li> <li>● pensiero scientifico e amore per l'investigazione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● facilità di parola</li> <li>● saper spiegare, insegnare e apprendere verbalmente</li> <li>● saper convincere altri (linguaggio e scrittura persuasiva)</li> <li>● analisi meta-linguistica</li> <li>● humour basato sulla lingua</li> <li>● memoria verbale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● controllo dei movimenti del corpo "volontari"</li> <li>● movimenti del corpo "pre-programmati"</li> <li>● esternazione della consapevolezza attraverso il corpo</li> <li>● connessione mente-corpo</li> <li>● abilità mimetiche</li> <li>● perfezionamento delle funzioni del corpo</li> </ul>

Visivo/spaziale	Musicale	Intrapersonale	Interpersonale
<p>usata nello spostarsi da un posto all'altro, nel leggere le cartine, nel disporre le valigie nel portabagagli di una macchina in modo che occupino meno spazio possibile</p>	<p>usata nel cantare una canzone, nel comporre una sonata, nel suonare la tromba o semplicemente nell'apprezzare la struttura di un pezzo musicale</p>	<p>usata nel capire se stessi, chi siamo, che cosa ci fa essere come siamo, come cambiamo nel tempo</p>	<p>usata nel relazionarsi ad altre persone, nel comprenderne il comportamento, le motivazioni o le emozioni</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• immaginazione attiva</li> <li>• saper trovare la propria strada nello spazio (forte senso dell'orientamento)</li> <li>• formare immagini mentali (visualizzare)</li> <li>• rappresentare graficamente (pittura, disegno, scultura, ecc)</li> <li>• riconoscere relazioni di oggetti nello spazio</li> <li>• manipolazione mentale degli oggetti</li> <li>• accurata percezione da angoli diversi</li> <li>• memoria visiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• apprezzamento per la struttura della musica e del ritmo</li> <li>• sensibilità verso i suoni e i modelli vibratorii</li> <li>• riconoscimento, creazione e riproduzione di suono, ritmo, musica, toni e vibrazioni</li> <li>• apprezzamento delle caratteristiche qualità dei toni e dei ritmi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• concentrazione mentale</li> <li>• saper essere memore e attento ("fermati e annusa le rose")</li> <li>• metacognizione ("pensare al pensare")</li> <li>• coscienza e discriminazione della gamma delle proprie emozioni</li> <li>• coscienza delle aspettative e delle motivazioni personali</li> <li>• senso del sé</li> <li>• coscienza spirituale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• comunicazione verbale/non verbale efficace</li> <li>• sensibilità verso gli stati d'animo, i sentimenti, i temperamenti altrui</li> <li>• saper creare e mantenere la "sinergia"</li> <li>• profondo ascolto e profonda comprensione delle prospettive altrui</li> <li>• empatia</li> <li>• lavorare in gruppo in modo cooperativo</li> </ul>

# Le tre intelligenze di R.J. Sternberg

(1994) - secondo l'autore, il pensiero umano si fonda su tre tipi di intelligenze fondamentali: quella analitica, quella pratica e quella creativa

<b>Pensiero analitico</b>	<b>Intelligenza pratica</b>	<b>Dimensione creativa</b>
si distingue per la capacità di scomporre, confrontare, esaminare, scendere nei dettagli, giudicare, valutare, chiedersi e spiegarsi il perché, spiegare le cause	si esplicita nell'abilità di usare strumenti, di saper organizzare, attuare progetti concreti, dimostrare come si fa.	dell'intelligenza umana è chiaramente caratterizzata dall'intuizione, dalla immaginazione, dalla scoperta, dall'abilità a produrre il nuovo, dal saper ipotizzare, saper immaginare, saper inventare.



# Mappa degli stili cognitivi

<b>Livelli di apprendimento</b>	<b>Tipologia</b>	<b>Significato</b>
Rappresentazioni	Linguistico	dalla parola
	Operativo	manipolativo/costruzionistico
	Visivo	iconico/per immagini
Processi	Imitativo	convergente/per imitazione
	Personalizzato	divergente/creativo
	Intuitivo	interpretativo/intuitivo
	Sistematico	sommativo/meccanico
	Analitico	sugli elementi
	Globale	sull'insieme
Azioni	Impulsivo	reattivo
	Riflessivo	controllato
	Compulsivo	incontrollato



Livelli di apprendimento	Tipologia	Significato
Rappresentazioni	Linguistico	Impara "per parole", e' attento alle spiegazioni orali; prende appunti; studia ripetendo ad alta voce; Impara facilmente le poesie e testi scritti.
	Operativo	Impara "per immagini"; ricorda i concetti se associati a schemi; usa molto il colore per sottolineare o evidenziare; ricorda il testo in base alla disposizione dei capitoli, paragrafi, titoli.
	Visivo	Impara attraverso l'azione: manipola, costruisce, sperimenta l'attivita'
Processi	Imitativo	Affronta il problema con procedure note; utilizza schemi consolidati, anche per situazioni nuove; considera nelle questioni solo gli aspetti usuali, tangibili e certi
	Personalizzato	Cerca di trovare nuove soluzioni anche a problemi gia' risolti, tende a ristrutturare i propri schemi cognitivi per far fronte ai cambiamenti, valorizza gli aspetti marginali ed inusuali.
	Intuitivo	Coglie il nocciolo del problema; raccoglie informazioni utili per ricordare fatti importanti non necessariamente sequenziali; formula un'ipotesi e poi procede alla sua conferma attraverso l'analisi dei dati; fa ampio uso di interferenze.
	Sistematico	Procede per piccoli passi; considera tutte le variabili del problema; costruisce l'ipotesi in itinere; impara per frasi logiche successive; ricorda ed elabora in modo sequenziale.
	Analitico	Percepisce e si rappresenta, in una situazione, prima di tutto i dettagli, i singoli elementi; affronta idee e situazioni in modo seriale.; ricorda i particolari; fa fatica a ricostruire idee e concetti d'insieme; legge meccanicamente e si sofferma sui particolari
	Globale	Percepisce e si rappresenta, in una situazione, nella sua totalita', nell'insieme degli elementi (vede la foresta piuttosto che gli alberi); ricorda aspetti d'insieme e concetti generali; fa fatica ad individuare particolari anche significativi; legge globalmente la pagina e fa uso di interferenze
Azioni	Impulsivo	Affronta con rapidita' il compito; prende decisioni di getto sulla base di informazioni essenziali; sembra non preoccuparsi degli errori commessi e rischia; usa prevalentemente la memoria a breve termine (di lavoro)
	Riflessivo	Affronta il compito passo dopo passo e prende decisioni ponderando minuziosamente i diversi risvolti; e' perseverante di fronte ai problemi difficili
	Compulsivo	Affronta il compito in modo incontrollato, frammentato, senza ordine, commettendo diversi errori.

# globale/analitico

- ***Colui che preferisce avere prima una visione di insieme del materiale da imparare per poi muovere verso il particolare***
- ***Colui che preferisce partire dai dettagli per ricostruire man mano il quadro generale***

# dipendente/indipendente

- ***Colui che tende a esaltare i collegamenti tra il contesto in cui l'argomento è inserito e l'argomento stesso, pone l'accento sulle relazioni tra i singoli concetti***
- ***Colui che tende a isolare i singoli argomenti dal resto***

# verbale/visuale

- **Colui che predilige l'uso del codice linguistico, ossia i testi, registrazioni sonore ed impara per lettura e ripetizione.**
- **Colui che predilige l'uso di codice visuospatiale, ossia immagini statiche o dinamiche, schemi riassuntivi, diagrammi e tabelle**

# convergente / divergente

- *Colui che parte dall'informazione disponibile per convergere verso una soluzione unica al problema.*
- **Colui che parte dall'informazione a disposizione per procedere in modo creativo generando una varietà di risposte o soluzioni originali e flessibili**

# risolutore/assimilatore

- **Colui che tende a privilegiare l'azione e la concretezza nell'affrontare un problema cercando di ottenere soluzioni soddisfacenti con il minimo dispendio di tempo e risorse, cercando nell'informazione a disposizione ciò che serve a risolvere la necessità contingente.**
- **Colui che privilegia la ricerca di soluzioni esaustive e articolate, non necessariamente di utilità pratica e non limitate alla necessità contingente**

# sistemico/intuitivo

- **Colui che cerca soluzioni prendendo in considerazione una variabile per volta e cercandone tutte le connessioni col sistema di conoscenze già in proprio possesso.**
- **Procede per singole ipotesi che cerca di confermare e confutare**

# impulsivo/ **riflessivo**

- **Colui che ha bassi tempi decisionali e generalmente maggiore tendenza a soluzioni precipitose.**
- **Colui che risponde in modo più lento e accurato**







Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14

## METAFORA

*E' meglio mettere in discussione un  
problema senza risolverlo che  
risolvere un problema senza averlo  
messo in discussione*

Grazie  
e buona  
giornata

J. Joubert