



Coni

SEMINARIO INTERNAZIONALE
L'ALLENAMENTO NELL'ETÀ EVOLUTIVA

ROMA, 12 GIUGNO 2012

Le fasi psico-sociali della crescita: gli obiettivi dell'allenamento



Università degli Studi
"G. d'Annunzio"
Chieti - Pescara

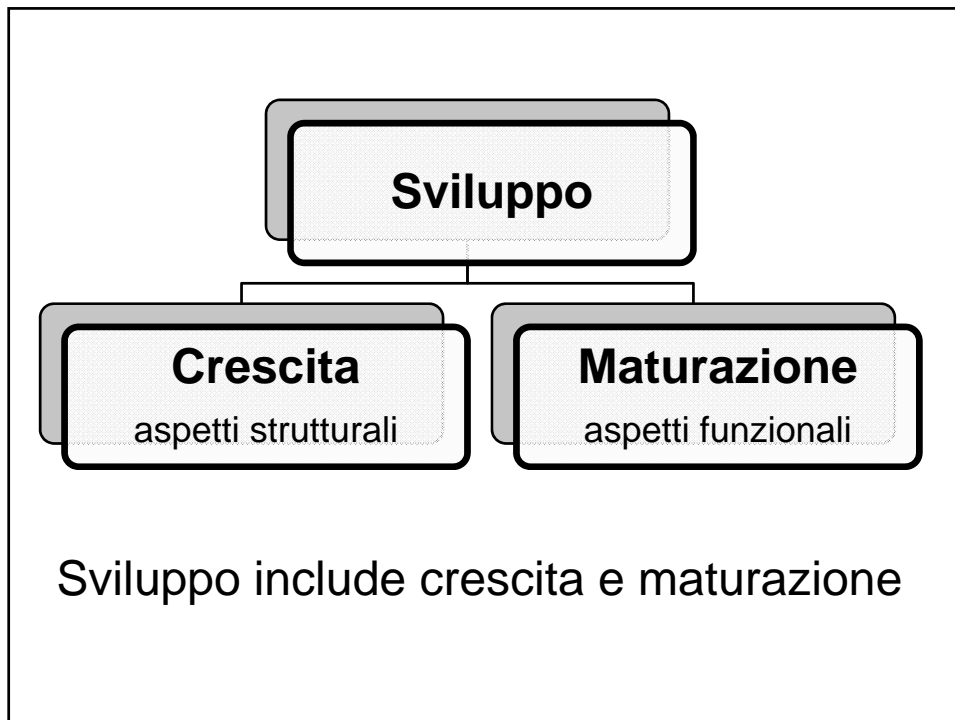
Claudio Robazza

Università degli Studi "G. d'Annunzio" - Chieti-Pescara
Behavioral Imaging and Neural Dynamics (BIND) Center
Facoltà di Scienze dell'Educazione Motoria

Fasi psico-sociali della crescita

Contenuti

- Definizione di termini e concetti introduttivi
- Aspetti cognitivi
- Percezione di competenza
- Percezione di sé ed emozioni
- Aspetti sociali



Ambiti dello sviluppo

Cognitivo

- Intelligenza

Socio-affettivo

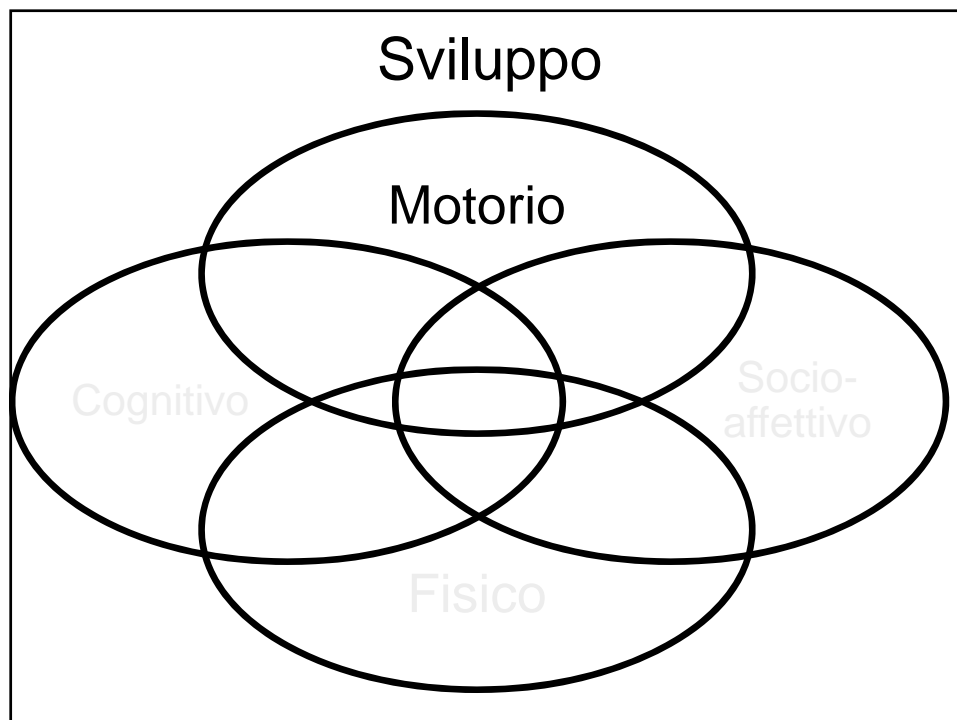
- Aspetti socio-emotivi

Motorio

- Movimento e fattori che lo influenzano

Fisico

- Cambiamenti fisiologici e somatici



Sviluppo
cambiamenti nel corso dell'esistenza

Derivano da

- potenziale genetico-costituzionale
- età
- esperienza
- condizioni ambientali
- condizioni fisiologiche
- interazione dei diversi fattori

Development Task Force (1995)



EDUCAZIONE

Relazione
con gli altri

Consapevolezza
di sé

La dimensione corporea ed il movimento
sono componenti determinanti dello
sviluppo del bambino

Relazione con
gli oggetti

Conoscenza di
spazio e tempo

Sviluppo e sport

Inizio attività competitiva

Livelli di maturazione

- fisiologica
- cognitiva
- emozionale



Richieste del compito

- condizionali
- coordinative
- tecniche
- tattiche

Fasi psico-sociali della crescita

Contenuti

- Definizione di termini e concetti introduttivi
- Aspetti cognitivi**
- Percezione di competenza
- Percezione di sé ed emozioni
- Aspetti sociali

Jean Piaget

(1896 – 1980)

Intelligenza

- sviluppo **qualitativo** e **quantitativo per stadi**

Concetti di


- **Assimilazione**
- **Accomodamento**

Stadi dello sviluppo cognitivo

- 1) Fase senso-motoria
nascita - 2 anni
- 2) Fase pre-operatoria
2 – 6/7 anni
- 3) Fase delle operazioni concrete
6/7 agli 11 anni
- 4) Fase delle operazioni formali
12 anni in poi

Ciascun stadio si costruisce sul precedente e rappresenta una modalità di pensiero più complessa

Meta-analisi Sibley & Etnier (2003)

Attività fisica  Aspetti cognitivi

Meccanismi fisiologici

- Incremento flusso ematico al cervello
- Modifiche neurotrasmettitori SNC
- Cambiamenti strutturali nel SNC
- Modifiche livello arousal
- ...

Meccanismi di apprendimento/sviluppo

Esperienze di apprendimento attraverso il movimento sono necessarie per lo sviluppo cognitivo

Caratteristiche partecipanti

- “Normali”
- Con disabilità cognitiva
- Con disabilità fisica

Età: 4–7, 8–10, 11–13, 14–18

Attività

- Aerobica
- Resistenza lattacida
- Percettivo-motoria

Assessment cognitivo

- Abilità percettive
- QI
- Test verbali
- Test matematica
- Memoria
- Creatività
- Concentrazione
- ...

Risultati

- 44 studi (da 118 iniziali)

$$ES = (Ms - Mc)/Sc \rightarrow 0.32$$

Conclusioni

- Relazione positiva tra attività fisica e aspetti cognitivi
- Miglioramento aspetti cognitivi non in relazione con tipologia di attività fisica proposta
- Non c'è chiarezza sui meccanismi che sostengono questo progresso

Effetti del livello di fitness sul funzionamento cognitivo

(Hillman, Castelli, & Buck, 2005)

Registrazione dei potenziali evocati

Partecipanti (età: 8-10 anni)

- 12 giovani alto-fit e
12 giovani basso-fit

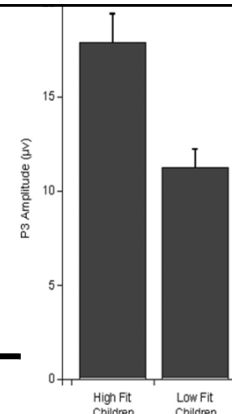
Compito

discriminazione visiva
("oddball task")

Risultati

alto-fit > ampiezza P3 rispetto a *basso-fit* (più ampia popolazione di neuroni reclutata per il compito)

alto-fit < latenza P3 rispetto a *basso-fit* (processi neurocognitivi più rapidi)



Conclusioni

attività fisica influenza processi neuroelettrici associati a:

1. Attenzione
2. Memoria lavoro
3. Velocità elaborazione informazioni



MIGLIORE FUNZIONAMENTO PROCESSI COGNITIVI

Attività motoria regolare

Miglioramento attività cerebrale

(incremento flusso sanguigno, cambiamenti livelli ormonali, miglioramento intake energetico, maggiore livello arousal)

Innalzamento attenzione e autostima

Migliore rendimento scolastico

Cocke (2002), Tremblay, Inman, & Willms (2000),
Dwyer, Coonan, Leitch, Hetzel, & Baghurst (1983), Shephard (1997)

Fasi psico-sociali della crescita

Contenuti

- Definizione di termini e concetti introduttivi
- Aspetti cognitivi
- Percezione di competenza**
- Percezione di sé ed emozioni
- Aspetti sociali

Maturazione cognitiva e sport

5, 6 anni



11,12 anni

- Incremento confronto sociale mediato culturalmente
- Comprensione del processo competitivo (aspetti tattici e di ruolo, competizione – collaborazione)
- Sviluppo capacità di valutazione delle proprie capacità e di attribuzione

Differenziazione fra

- ⇒ capacità
- ⇒ fortuna
- ⇒ difficoltà
- ⇒ sforzo

PERCEZIONE DI COMPETENZA

DA

significato piuttosto indifferenziato

A

capacità di riconoscere la
differenza fra capacità individuali e

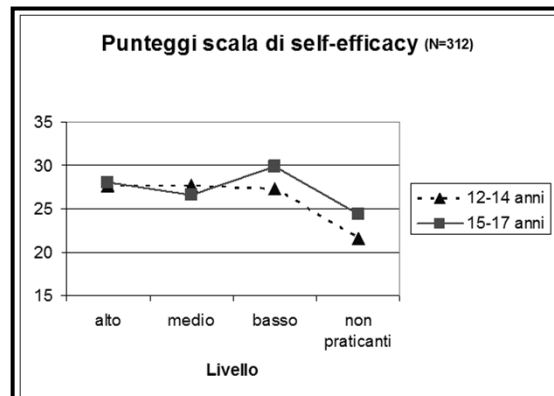
- fortuna (9 anni)
- difficoltà del compito (7-8 anni)
- sforzo (12 anni)

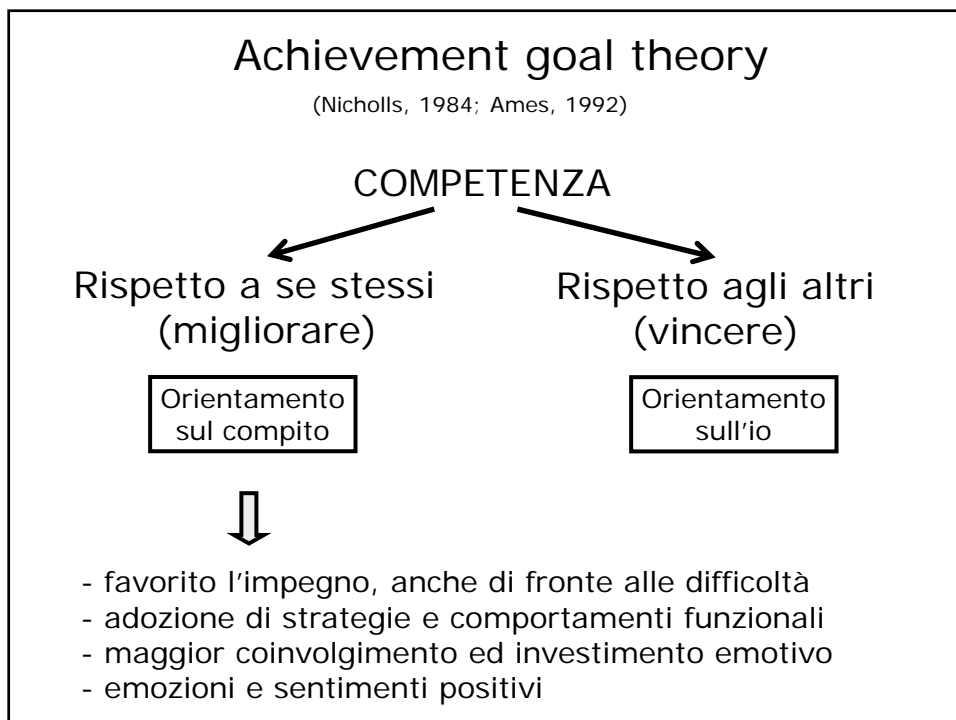
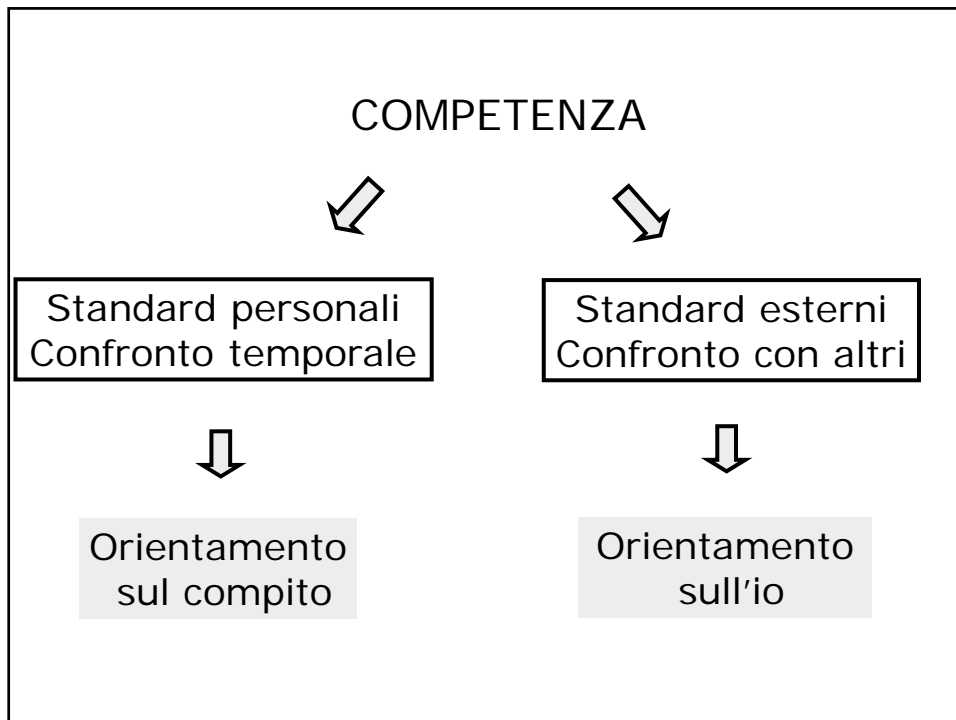
PERCEZIONE DI COMPETENZA

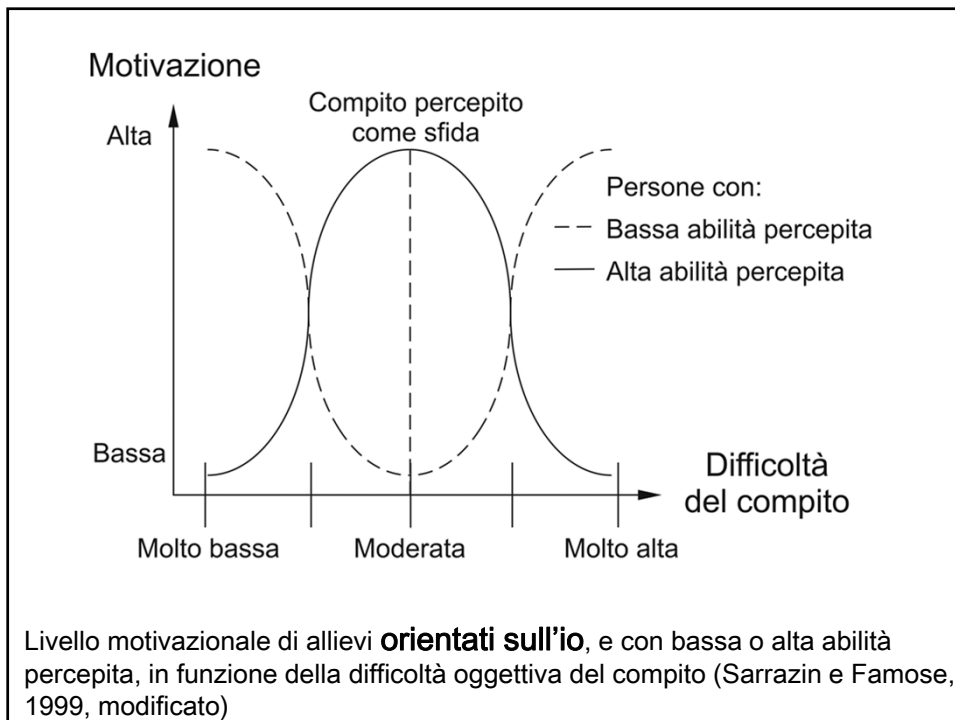
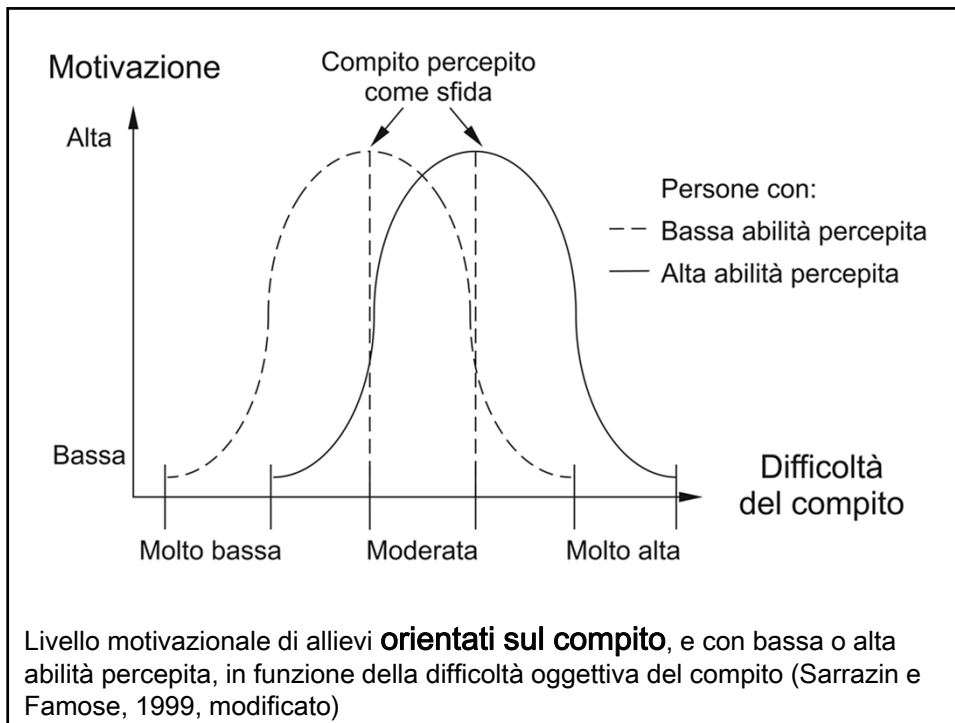
Rilevante non competenza oggettiva ma
PERCEZIONE SOGGETTIVA

Percezione di self-efficacy in
giovani calciatori e in ragazzi
non praticanti

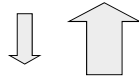
(Gotti, Bortoli, Robazza, 1997)







Orientamento motivazionale individuale



Percezione del clima motivazionale degli ambienti prestativi

(trasmette obiettivi e valori ritenuti importanti)



Adulti significativi: genitori – allenatori -
insegnanti

Clima motivazionale

(Ames, 1992)

Orientato sulla competenza



- Accento su miglioramenti personali e apprendimento di abilità
- Riconoscimento impegno
- Valorizzazione progressi individuali

Orientato sulla prestazione



- Valorizzazione dei più abili
- Accento sul confronto interpersonale e sulla competizione

Gli allenatori dovrebbero mettere in atto comportamenti ed atteggiamenti utili a determinare un clima motivazionale orientato sulla competenza.

T ask	Compito: tipologia di attività proposte
A uthority	Presa di decisioni: coinvolgimento allievi
R ecognition	Riconoscimenti: motivi e distribuzione
G rouping	Organizzazione in gruppi: modalità e frequenza del lavoro di gruppo
E valuation	Valutazione: criteri, feedback valutativi
T ime	Tempo: organizzazione, gestione del gruppo, ritmi di apprendimento

(Epstein, 1988)

Fasi psico-sociali della crescita

Contenuti

- Definizione di termini e concetti introduttivi
- Aspetti cognitivi
- Percezione di competenza
- Percezione di sé ed emozioni
- Aspetti sociali

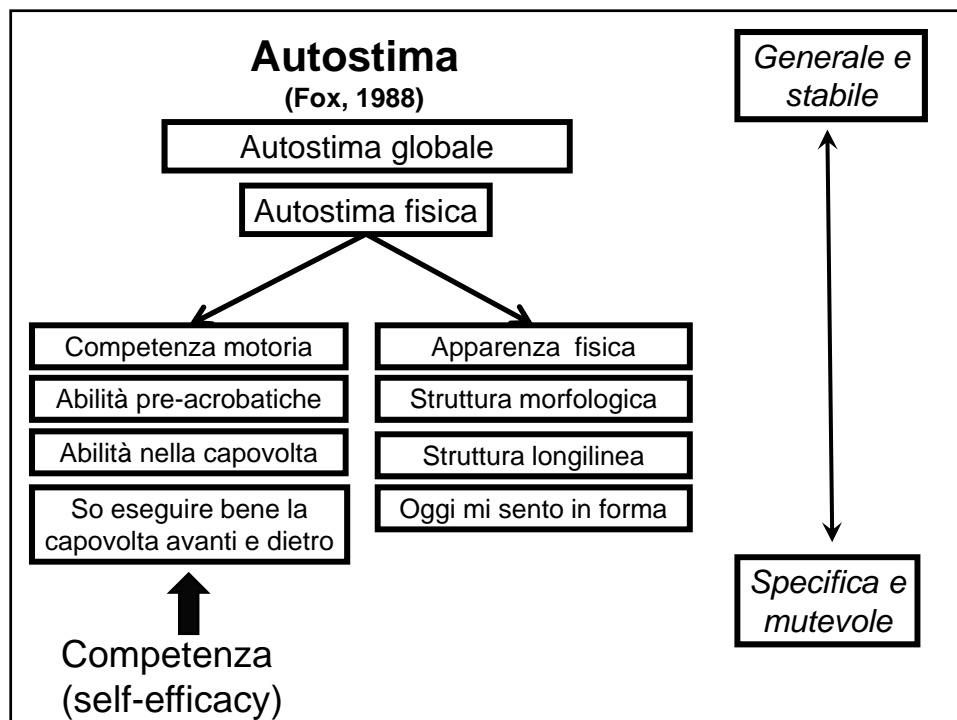
Percezioni di sé

(autostima, concetto di sé, self-efficacy, competenza percepita)

Si formano attraverso l'esperienza e le interpretazioni del proprio ambiente

Sono influenzate da:

- ⇒ valutazioni di altri significativi
- ⇒ rinforzi esterni
- ⇒ significato attribuito al proprio comportamento



Teoria della *self-efficacy*

Autoefficacia (*self-efficacy*) (Bandura, 1977)

Convinzione di essere o meno capaci di mettere in atto un certo comportamento
Si riferisce a cosa si pensa di poter fare

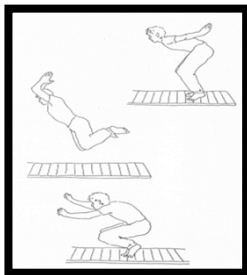
DIDATTICA

Applicare metodologie finalizzate a far conseguire il successo e la percezione di efficacia

Modalità di programmazione ed organizzazione delle lezioni
(es., scelta di obiettivi, strategie di insegnamento, criteri di valutazione)

Prestazione motoria e autoefficacia

160 bambini (80 femmine e 80 maschi) di 8 e 10 anni



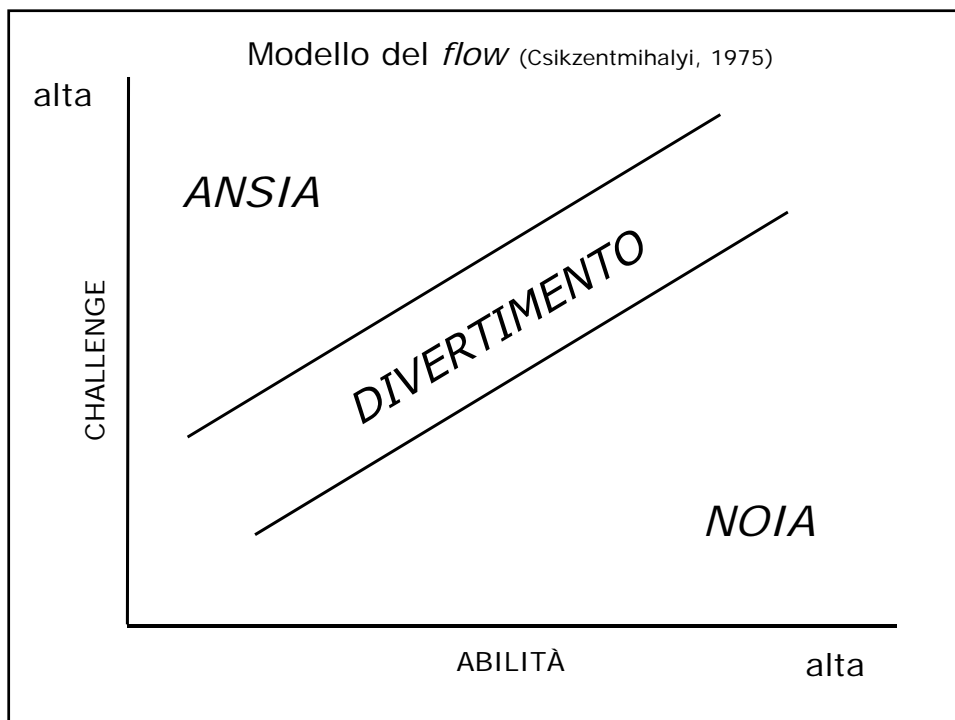
Correlazioni significative tra i test motori e la scala di self-efficacy



Il divertimento (gioia e piacere) è un importante agente motivante

Approcci teorici sugli stati emozionali rilevanti per lo sport

- ⇒ Modello del *flow* (Csikzentmihalyi, 1975)
- ⇒ Modello del divertimento nello sport (Scalan e Lewthwaite, 1986)
- ⇒ Modello degli stati emozionali indotti dall'esercizio (Abele e Brehm, 1993)
- ⇒ Modello degli stati Psico-Bio-Sociali (Hanin, 2000; Robazza e Bortoli, 2003)



Effetti dell'attività su atteggiamenti ed emozioni in compiti motori/sportivi

Ceciliani, Bardella, Grasso, Zarbonati, & Robazza (2008)

Obiettivo: verificare l'effetto di attività acrobatiche per innalzare

- 1) la disponibilità ad affrontare situazioni di arrampicata
- 2) il livello di emozioni piacevoli associate all'arrampicata

Partecipanti

Bambini di scuola elementare ($N = 80$; 10-11 anni)

Disegno

2 x 2 x 2 (gruppo, sesso, test)

Strumenti

15 foto di arrampicata sportiva

Valutazione disponibilità

Questo lo farei subito	Ci penserei un po', ma lo farei	Non so se lo farei: forse sì, forse no	Non credo che lo farei	Sicuramente non lo farei
------------------------	---------------------------------	--	------------------------	--------------------------

Valutazione emozioni

Felice, Ansioso, Nervoso, Gioioso, Preoccupato
Entusiasta, Tranquillo, Indifferente



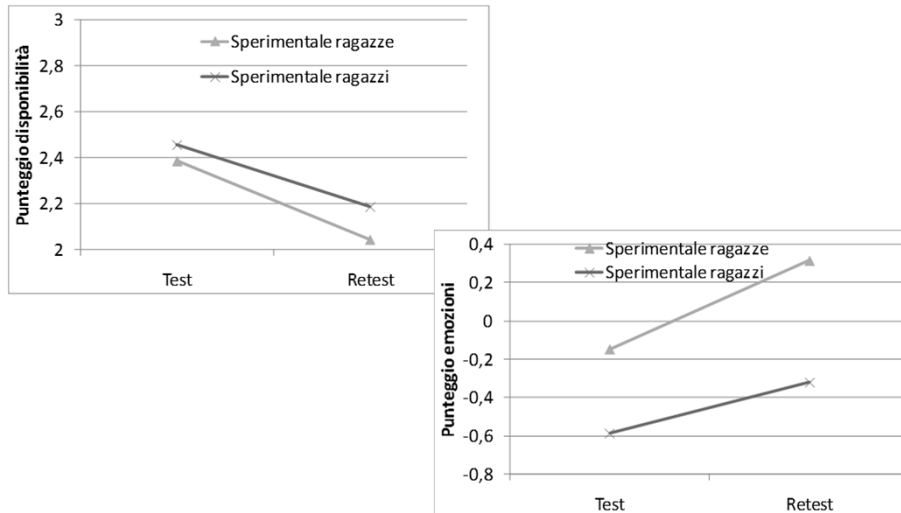
Procedura

- 10-lezioni di intervento
- Test-retest



Risultati

- Aumento disponibilità
- Aumento intensità emozioni piacevoli



Fasi psico-sociali della crescita

Contenuti

- Definizione di termini e concetti introduttivi
- Aspetti cognitivi
- Percezione di competenza
- Percezione di sé ed emozioni
- Aspetti sociali

Sport educativo?

Lo sport fornisce un contesto sociale in cui è **possibile** apprendere a collaborare con i compagni e sviluppare valori come correttezza, lealtà ed impegno

(Shields & Bredemeier, 1995)

Può essere usato per sviluppare caratteristiche positive di personalità, promuovere stili di vita attivi, favorire il divertimento solo se esiste un progetto finalizzato a questi aspetti

(Smith & Smoll, 1997; Weiss & Petlichkoff, 1989)

Sport e valori

Sviluppo caratteristiche positive
(impegno, costanza, tolleranza alla fatica, lealtà, socializzazione, ecc.)

SPORT

A volte effetti negativi: riduce i comportamenti pro-sociali e promuove comportamenti anti-sociali

(cfr. Miller, Roberts e Ommundsen, 2004)

Allenatori, compagni di squadra, dirigenti e genitori influenzano i comportamenti morali nell'ambiente sportivo

Aspetti motivazionali e fair play: una ricerca nel calcio giovanile

Bortoli, Messina, Zorba, e Robazza (2010)

Obiettivo: esaminare le relazioni fra orientamento individuale, percezione del clima motivazionale, stati emozionali e fair play nel calcio giovanile

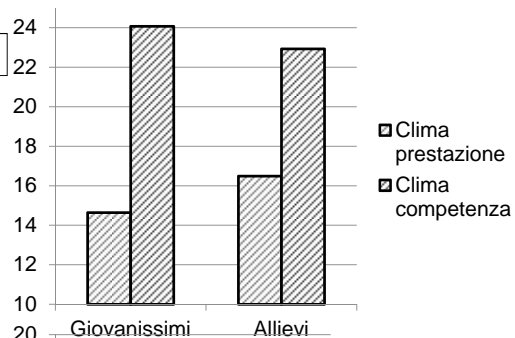
Partecipanti: 383 giovani calciatori
(196 Giovanissimi, 13-14 anni; 187 Allievi, 15-16 anni)

Strumenti:

- Questionario sull'orientamento individuale (TEOSQ)
- Questionario sulla percezione del clima motivazionale (PMCSQ)
- Questionario sugli stati emozionali
- Questionario sul fair play (Vallerand et al., 1996, 1997)

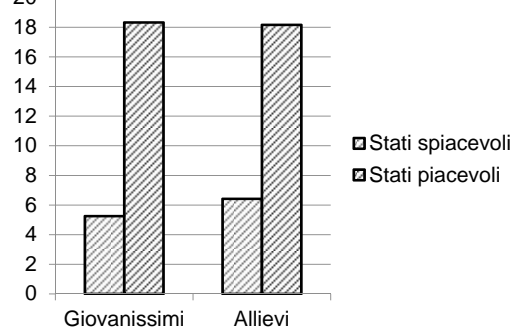
Percezione clima motivazionale

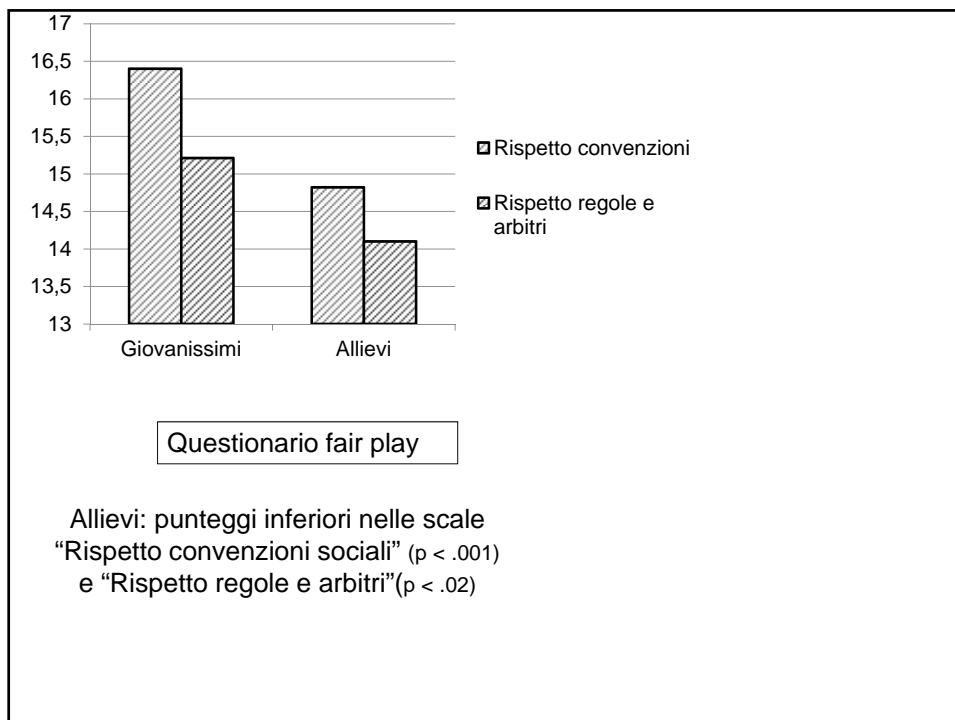
Allievi: percezione maggiore
clima prestazione e minore
clima competenza
($p < .01$)



Stati emozionali

Allievi: punteggio maggiore per
gli stati emozionali spiacevoli
($p < .05$)





Contextual and Individual Influences on Antisocial Behaviour and Psychobiosocial States of Youth Soccer Players.

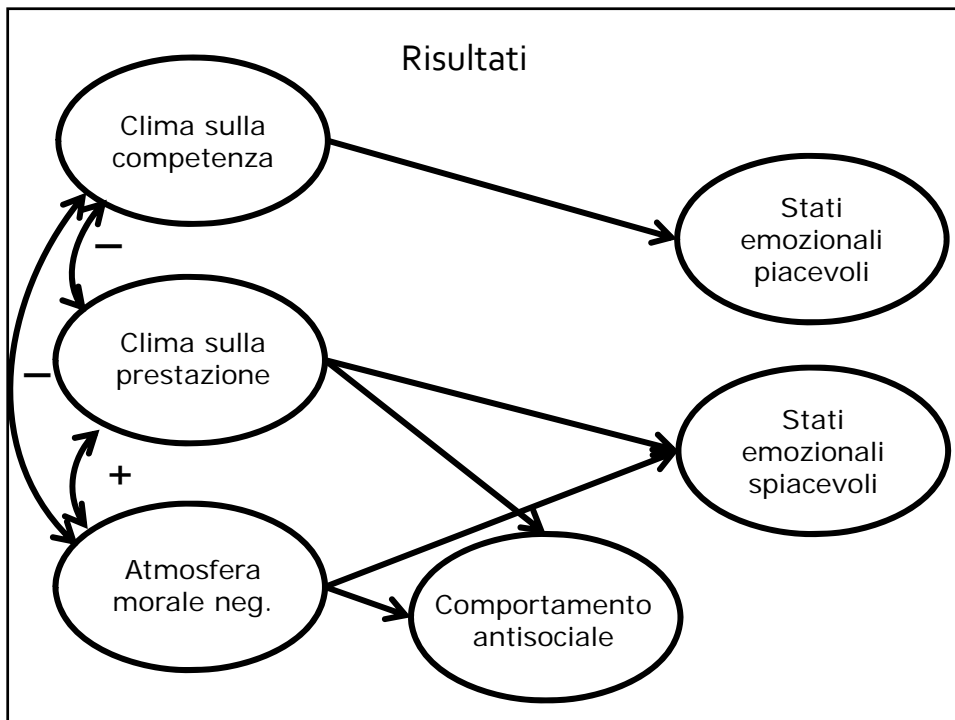
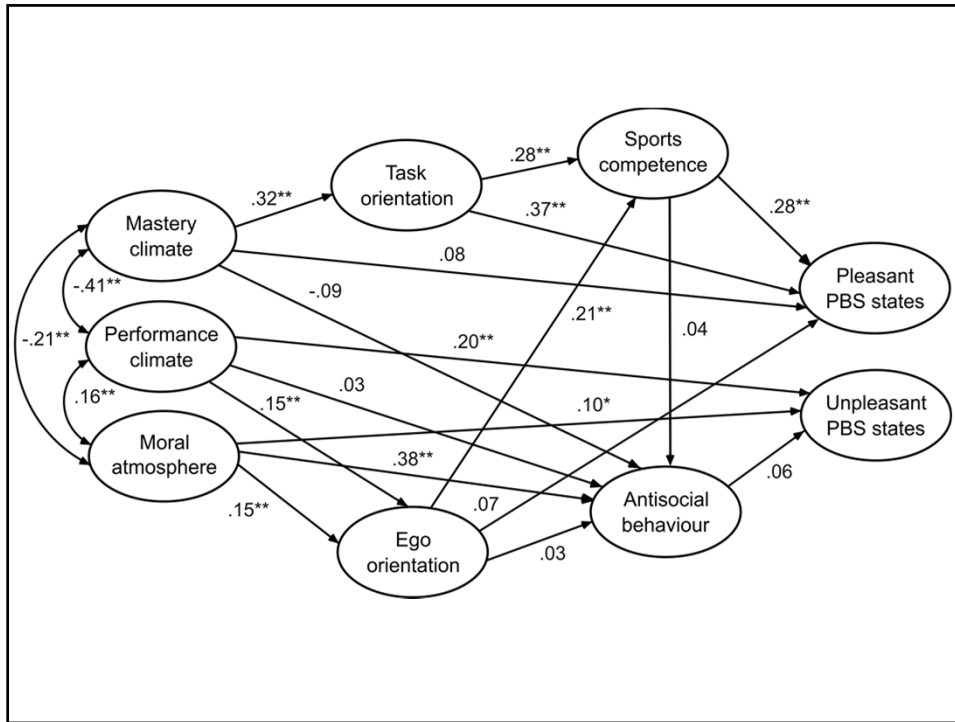
Bortoli, Messina, Zorba, & Robazza.
 Psychology of Sport and Exercise (2012).

Obiettivo: esaminare le relazioni fra clima motivazionale, atmosfera morale, comportamenti antisociali e stati emozionali

Partecipanti: 400 giovani calciatori (14-16 anni)

Strumenti:

- Questionario orientamento individuale (TEOSQ)
- Questionario percezione del clima motivazionale (PMCSQ)
- Questionario stati emozionali
- Dilemmi morali (comportamenti antisociali, atmosfera morale)



Sport e valori: cosa fare?

Gli allenatori possono :

- scoraggiare comportamenti antisportivi (rimproverare i propri giocatori quando imbrogliano, infrangono le regole o tentano di far male ad un avversario)
- valorizzare i comportamenti prosociali (es., aiutare un avversario a rialzarsi, incoraggiare un proprio compagno dopo un errore)
- discutere con i propri atleti sull'importanza del fair play (per se stessi, per gli atleti, ma anche per dirigenti, genitori e spettatori)

Kavussanu e Spray (2006)

Anche i genitori influenzano in modo determinante motivazione, percezione di competenza, risposte emozionali e divertimento dei figli nella pratica sportiva (Gould et al., 2008).

GLI ADULTI (GENITORI, ALLENATORI, INSEGNANTI)
DOVREBBERO COLLABORARE PER TRASFORMARE
UN'ESPERIENZA SPORTIVA SIGNIFICATIVA IN UN
FATTORE DI CRESCITA E MATURAZIONE
PERSONALE