

INTRODUZIONE

La Didattica è, o per lo meno dovrebbe essere, la scienza dell'insegnamento: pertanto dovrebbero esistere tante didattiche quante sono le attività (o le materie) che possono essere insegnate; esempio: per insegnare l'inglese esiste una didattica specifica, diversa da quella indispensabile per insegnare l'uso di un elaborato elettronico.

Dovrebbe esistere, quindi, una Didattica dello sci; trattandosi di un'attività motoria (sportiva) che si esegue singolarmente (cioè non si tratta di uno sport di squadra), la sua didattica dovrebbe essere simile a quella di altre attività individuali, quali il tennis, il ping-pong, l'educazione fisica, ecc.; tuttavia non esistendo un'unica didattica per tutte queste diverse attività saremo pertanto costretti a delineare le linee di una didattica dello sci.

In questa prospettiva, preliminarmente, bisogna chiarire quale il rapporto tra la didattica e la metodica: per metodica intendiamo il come insegnare; nel prosieguo di questo capitolo, nella parte metodica, si parlerà di esecuzione individuale, individualizzata ed a seguire dell'esercizio proposto dal maestro; sono tre differenti modi di esecuzione di uno stesso esercizio - ad esempio un superparallelo: in ultima analisi si sta parlando di come l'allievo può eseguire quella curva. Tuttavia il maestro di sci deve sapere quale tipo di esecuzione scegliere e, per fare ciò, deve sapere perché esistono tre tipi di esecuzione, ragionare sul perché; spiegare il come: l'esecuzione individuale è fondamentale quando l'allievo deve apprendere un nuovo atto motorio (quindi strutturare un nuovo schema motorio), l'esecuzione individualizzata è fondamentale quando l'allievo deve automatizzare un atto motorio (quindi automatizzare uno schema motorio); l'esecuzione a seguire è fondamentale quando l'allievo deve adattare l'atto motorio alle diverse condizioni ambientali (quindi rendere "plastico" lo schema motorio).

Didattica.

Ebbene, quando si parla di perché, si ragiona sul come, si spiega il come, si fa della

Metodica e Didattica, fondamentalmente, sono termini specifici dell'insegnamento, da non confondere con Metodo e Metodologia, termini simili ma di valore più generale e neutri; si pensi al metodo per cambiare la ruota di una macchina: si blocca la vettura con il freno, con un sasso o con la marcia, ecc., si prende il crick e la chiave adatta, ecc.; ma si fa della Metodologia quando si ragiona sul perché, si spiega il come, ("perché devo frenare la macchina? perché in caso contrario la macchina si potrebbe muovere quando viene alzata; perché prendo il crick? perché senza di esso non posso sollevare la macchina, ecc.") Si pensi adesso ad un tecnico che ripara una radio ed al metodo che utilizza: apre l'involucro esterno e, con un voltmetro (cioè un rilevatore di corrente) tocca diversi punti dei circuiti della radio, cominciando da quello dove si origina la corrente, e proseguendo in ordine successivo: ad un certo momento, dopo aver toccato i punti A, B, C, D, E, F, G, al punto H non rileva alcun segnale (ciò significa che il guasto si trova tra i punti G ed H): gli basta sostituire il pezzo (o il

3

modulo) che si trova tra i punti G ed H e la radio riprenderà a funzionare (se vi era un solo guasto), si fa della Metodologia quando si ragiona sul perché o si spiega il come (perché toccare i punti A, B, C, D, E, F, G, H in ordine successivo e non toccare a caso i punti A, F, S, C? perché andando in ordine è possibile localizzare il circuito, il modulo, il pezzo che non funziona; andando a caso - A, F, S - il tecnico, qualora rilevi che al punto S non giunge alcun segnale, saprebbe che il guasto si trova prima di S, ma non saprebbe dove).

Quadro riassuntivo

Perché		Come
Metodologia		Metodo
Didattica		Metodica

Tuttavia un quadro di questo tipo lascia parzialmente insoddisfatti in quanto non definisce il rapporto tra la Didattica, la Metodica e la Tecnica: si è detto che la Didattica è il perché, la Metodica è il come, ebbene la Tecnica è il cosa; si torni all'esempio già fatto

relativo al superparallelo che il maestro di sci vuole insegnare ai suoi allievi; si era detto che l'esecuzione dell'esercizio richiesto da parte degli allievi poteva essere fatta in forma individuale, individualizzata, a seguire; ma, in ultima analisi, qual'era l'oggetto dell'insegnamento, che cosa veniva insegnato? la Tecnica (della Scuola Italiana di sci).

Quadro riassuntivo

	Perchè	Come	Che Cosa
Metodologia didattica	Metodo Metodica	Azione Tecnica	

Bisogna, a questo punto fare una precisazione: si sta parlando di insegnamento: si insegna un esercizio (tecnica) in un certo modo (metodica) e per certe ragioni (didattica); se

Cantare, cambiare la Mtow riparare la radio, ecc..

4

parlassimo di un individuo che vuole imparare a sciare da solo, l'esercizio (tecnica) potrebbe essere lo stesso, ma lo imparerebbe in un certo modo (metodo) e per ragioni sue personali (metodologia).

DIDATTICA

Si è visto che la Didattica è la spiegazione teorica del come insegnare: questo significa, fondamentalmente, che si deve approfondire la conoscenza di due ordini di elementi:

1. che deve apprendere, cioè l'allievo;
2. i fenomeni che condizionano l'insegnamento, cioè l'apprendimento.

QUADRO RIASSUNTIVO

Didattica

Le
->-1 Metodica
/

Tecnica

L 'ALLIEVO

L'allievo nella prospettiva da cui si affronta il discorso, può essere visto come un'unica indiscindibile di strutture che, da un punto di vista motorio, determinano un insieme di qualità:

1. fisiche
2. percettive
3. coordinative
4. psichiche

(per l'approfondimento di questa parte si rimanda alla parte dedicata alla preparazione motoria), ovvero come un soggetto che presenta una Psiche ben definita.

Ma che cosa è la Psiche (cioè quella parte dell'individuo che è oggetto di studio da parte della Psicologia)? è il nostro essere più profondo, composto fondamentalmente da tre istanze: l'ID, il SUPEREGO, l'EGO, corrispondenti a due differenti componenti: l'inconscio,

5

ed il conscio. Un quadro riassuntivo chiarirà le idee; prima di proporlo, tuttavia, si deve precisare il significato dei termini:

- a) ID: è da considerare come un insieme di energia che contribuisce a determinare l'attività umana (INCONSCIO);
- b.) SUPEREGO: è da considerare come un filtro dell'ID, a livello inconscio, un controllo dell'energia dell'ID;
- c) EGO: è da considerare come l'utilizzatore dell'energia dell'ID (CONSCIO).

Quadro riassuntivo

ID	Inconscio	Irrazionalità
Psiche	Superego	

L'importanza di questo discorso risiede, soprattutto, nel fatto che la psiche determina l'attività umana; detto in parole più semplici, affinché l'individuo agisca è necessario che "qualcosa" lo spinga ad agire: la MOTIVAZIONE; ed essa trova il suo fondamento nella psiche.

MOTI NAZIONE

La motivazione, per dirla nel modo più sintetico possibile, è ciò che determina l'attività di qualsiasi uomo (in psicologia si usano altri termini, con sfumature più o meno diverse, quali motivi, bisogni, pulsioni, ecc.; per semplicità e facilità di comprensione si parlerà esclusivamente di motivazioni) per qualsiasi ragione o fine; è ovvio che esistono differenti tipi o gruppi di motivazioni:

- 1) motivazioni primarie (ad esempio quelle organiche quali la fame, la sete, ecc., normalmente legate a modificazioni fisico-chimiche all'interno del nostro organismo): in questa sede interessano marginalmente;
- 2) motivazioni secondarie:
 - a) di natura personale: bisogno di approvazione, di competenza, di prestigio, compensazione psico-fisica, ecc.;
 - b) di natura sociale: bisogno di gioco, di agonismo, di imitazione, ecc.;

In questa sede interessano in quanto il loro grado di sviluppo influisce sull'apprendimento, sia in senso positivo che negativo (dando origine a blocchi dell'apprendimento: se ne parlerà in seguito); tuttavia bisogna spendere qualche altra parola su questo gruppo di motivazioni: esse non sono patrimonio esclusivo dell'adulto come si potrebbe pensare; in effetti anche i bambini, quando fanno una cosa (ed in caso di bambini molto piccoli, quando giocano) hanno bisogno di essere approvati; in ultima analisi vogliono che si dica loro quanto sono stati bravi, che si è contenti di come hanno fatto la cosa, ecc. Non solo, il bambino ha anche bisogno di giocare in quanto attraverso il gioco sperimenta nuove possibilità, automatizza gesti già riusciti (ed approvati....), trova nuove soluzioni; è ovvio che un gioco ed un'attività di questo tipo

contengono già una certa dose di agonismo (purché al termine agonismo venga dato il giusto significato di verifica che ciascuno fé di se stesso nei propri confronti). E' naturale che, avendo detto che i bambini hanno bisogno di ricercare nuove soluzioni e sperimentare nuove possibilità, essi hanno bisogno di imitare altre persone.

- 3) motivazioni dipendenti dalla struttura della personalità:
- a) livello di aspirazione (la meta che il soggetto si propone di raggiungere);
 - b) livello di aspettativa (la meta che il soggetto spera di raggiungere)
 - c) livello di realizzazione (la meta che il soggetto raggiunge);

Questi tre livelli meritano di essere trattati con un minimo di chiarezza e di calma, in quanto anche se può essere difficile conoscere il livello di aspirazione e di aspettativa degli allievi nelle scuole di sci - per lo meno all'inizio delle lezioni - è senz'altro possibile influire sul livello di realizzazione degli stessi mediante la scelta di esercizi non eccessivamente difficili, ovvero delle più favorevoli condizioni ambientali, ecc.

La comprensione del significato di questi tre livelli può essere chiarificato con un esempio: si pensi ad un aspirante maestro di sci che si presenta agli esami dopo aver superato la prova di selezione attitudinale ed aver frequentato il corso, probabilmente, se si tratta di uno sciatore senza un passato agonistico, la meta che si propone di raggiungere (livello di aspirazione) è di superare l'esame con 24/40; la meta che spera di raggiungere (livello di aspettativa) è quella di ottenere un buon voto, per esempio 30/40; il livello di realizzazione è rappresentato dalla meta che il soggetto raggiunge, cioè dal voto che consegue: potrebbe cioè essere bocciato, ottenere 24/40, oppure 30/40, oppure 40/40.

L'importanza del livello di realizzazione è notevole in quanto esso influisce direttamente sugli altri due livelli, in senso positivo se il risultato è stato positivo, in senso negativo se esso è stato negativo; sintetizzando al massimo si può dire che è sempre necessario un livello di realizzazione positivo, almeno in minima parte, se non si vuole che il soggetto rinunci al raggiungimento dell'obiettivo, cioè alla risoluzione del problema; ciò anche per il fatto che il livello di aspirazione influisce direttamente sulla motivazione (secondaria, che si è già visto, ed intrinseca che si vedrà tra breve): volendo, si può esprimere questo concetto con una formula:

cioè la motivazione (M) è in rapporto diretto (f) con il livello di aspirazione (As.).

7

4. motivazione dipendenti dalla natura del condizionamento:

a) motivazione intrinseca: per motivazione intrinseca si intende il conflitto con un

problema qualsiasi che genera nel soggetto il desiderio di trovare una soluzione

per risolvere lo stesso (per quanto detto in precedenza il problema deve essere

compatibile con il livello di aspirazione del soggetto; proporre ad uno sciatore

principiante, nel senso che sa eseguire solamente la discesa a spazzaneve, la discesa di

una pista nera, non genera alcun livello di aspirazione e, quindi, nessuna motivazione):

i pregi di questo tipo di motivazione sono di due ordini: il primo è rappresentato dal

fatto che questa motivazione mette in attività il soggetto in modo tale che, finché il

problema non è risolto, il soggetto continua a ricercarne la soluzione; il secondo è

dato dal fatto che, indipendentemente dal risultato, l'applicazione alla risoluzione del

problema è di soddisfazione per il soggetto stesso: volendo usare termini specifici si

può dire che questa motivazione è automotivante ed autograficante; inoltre risente

in maniera notevole dell'incoraggiamento da parte di altri soggetti (il termine specifico

di questo fenomeno è rinforzo e se ne parlerà tra breve);

b) motivazione estrinseca: per motivazione estrinseca si intende un condizionamento

esterno che costringe il soggetto all'attività (si pensi all'aggiornamento dei maestri

di sci nelle diverse regioni italiane, in seguito all'approvazione delle leggi che regolano

la disciplina dell'insegnamento dello sci: i maestri sono costretti a partecipare

all'aggiornamento se vogliono ottenere l'apposito attestato indispensabile per il

rinnovo triennale della licenza: si tratta di un esempio limite, ma rende l'idea: il limite

di questo tipo di motivazione è dato, oltre che dalla necessità di un condizionamento

esterno, dal fatto che necessita discontinui rinforzi, cioè di continui condizionamenti

(nell'esempio fatto prima, dal rilascio delle firme di presenza dei diversi docenti alle

singole lezioni del corso di aggiornamento).

QUADRO RIASSUNTIVO

- Primarie
- Secondarie
- Di natura personale
- Di natura sociale

Motivazioni - Dipendenti dalla personalità - Livello di aspirazione

- Livello di aspettativa
- Livello di realizzazione
- Intrinseca
- Dipendenti dal condizionamento
- Estrinseca

APPRENDIMENTO

Concluso il discorso relativo all'allievo si è in grado di iniziare quello relativo all'apprendimento: tuttavia non sono due argomenti differenti in quanto, come si vedrà tra breve, l'apprendimento è condizionato dalla motivazione ed essa è specifica per ciascun allievo: non può esistere apprendimento se non esiste allievo.

Che cos'è l'apprendimento? E' l'acquisizione di una tecnica; il mutamento delle risposte di un organismo agli stimoli ambientali che migliora le risposte stesse ai fini della conservazione e/o dello sviluppo dell'organismo; .l'acquisizione di nuovi schemi di condotta. Tutte queste definizioni sono piuttosto generali e valgono per qualsiasi tipo di apprendimento (di un lavoro, di una tecnica di cacciano di uno sport, ecc.); da un punto di vista motorio possiamo dire che l'apprendimento consiste nella formazione di nuove strutture funzionali e nello sviluppo delle qualità che permettono all'individuo di migliorare l'atto motorio.

Esistono due regole che sintetizzano i fenomeni propri dell'apprendimento, espresse dalle seguenti formule:

$$A = fM$$

$$C = fLW$$

Cioè l'apprendimento (A) è in rapporto diretto (f) con la motivazione (M), e la

costanza nell'applicazione alla risoluzione del problema (C) è in rapporto diretto (f) con la motivazione (w; si pensi ad esempio ad un allievo che debba imparare le curve a spazzaneve: maggiore sarà la motivazione e maggiore saranno sia l'apprendimento che la costanza nel tentare di eseguire le curve stesse.

TIPI DI APPRENDIMENTO

Esistono differenti tipi di apprendimento; dal punto di vista dell'insegnamento dell'attività motoria, bisogna considerare tre tipi fondamentali:

1. per intuito in seguito a prove ed errori: il bambino affronta il problema (fase esplorativa); dopo una serie di tentativi ed errori, intuisce la struttura della soluzione; mette in relazione tale struttura con altre strutture (schemi motori) di cui è in possesso (ovviamente a livello inconscio); affina la risposta motoria fino a creare uno schema specifico (un nuovo schema motorio) (fase di stabilizzazione)

9

Si pensi ad esempio ad un bambino di circa due/tre anni ammesso che sia capace di estendere l'indice della mano (o per indicare un oggetto o una persona, o per contare, o per qualsiasi altra ragione), dovendo imparare a fare il segno della vittoria (cioè estendere contemporaneamente l'indice ed il medio, divaricati tra di loro), procederà ad una serie di tentativi e farà una serie di errori; ad un certo punto percepirà, per intuito, la struttura del movimento e lo metterà in relazione con l'altra struttura (schema motorio) quella relativa all'indicare, creando una nuova struttura specifica, da utilizzare ogni volta che vorrà fare il segno della vittoria (affinché non vi siano dubbi, bisogna precisare che il bambino non è in grado di percepire il significato del segno della vittoria: probabilmente gli dà un significato personale, legato alla situazione contingente in cui si è svolto l'apprendimento).

Questo tipo di apprendimento è fondamentale con i bambini fino all'età di circa undici anni (+/- 2 anni): dopo di verifica un progressivo passaggio verso forme di apprendimento

secondario: per favorire questo apprendimento è indispensabile la dimostrazione in quanto favorisce l'intuizione della struttura della soluzione. In effetti sembra che, intorno agli undici anni, l'apprendimento per intuito in seguito a prove ed errori prima di evolvere verso quello secondario si trasformi in un "apprendimento a vista"; l'allievo diventa capace di imitare in modo globale qualsiasi gesto che gli venga proposto, utilizzando la sensibilità ottica: ciò significa che in questa fase la dimostrazione da parte del tecnico deve essere per quanto possibile, perfetta: priva comunque di errori fondamentali ed evidenti che potrebbero essere facilmente copiati dall'allievo."

2. secondario: l'adulto (o l'adolescente) si motiva nell'affrontare un problema, localizza le difficoltà da superare e gli obiettivi da raggiungere; esegue dei primi tentativi pratici (fase esplorativa), cui segue una prima elaborazione mentale; sviluppa logicamente le conseguenze dei primi tentativi pratici (fase di dissociazione), cui segue una seconda elaborazione mentale, alla ricerca di una soluzione; applica concretamente la soluzione raggiunta al problema, cui segue, se la soluzione è positiva, una progressiva strutturazione (fase di stabilizzazione); in caso di insuccesso, si rigenera il conflitto con il problema, ed ha inizio un nuovo ciclo uguale a quello appena descritto.

Si pensi ad esempio ad un giocatore di dama, impegnato in una partita (il conflitto con il problema):

esegue le prime tre mosse abbastanza casuali (fase esplorativa) e fa una prima ipotesi di quarta mossa; valuta le conseguenze delle mosse fatte (anche dall'avversario) e dell'ipotesi di mossa fatta (fase di dissociazione);

esegue la quarta mossa e ne valuta le conseguenze; se la mossa è vincente, può automatizzare le mosse fatte, per utilizzarle ogni volta che deve cominciare una partita contro un certo tipo di avversario (fase di stabilizzazione).

Questo tipo di apprendimento è fondamentale con l'adulto, a cominciare dai ragazzi: per favorire questo tipo di apprendimento è indispensabile la spiegazione (favorisce le due fasi di elaborazione mentale).

3. addestramento: il soggetto (l'atleta)
- viene motivato dall'allenatore a compiere un gesto (ed il problema è di non facile soluzione);
ripete continuamente lo stesso gesto (senza possibilità di verifica da parte del soggetto);
- subisce la correzione del gesto da parte del tecnico;
- automatizza il gesto che l'allenatore ritiene esatto (fase di stabilizzazione).

Questo tipo di apprendimento è possibile nel campo dell'attività motoria (o lavorativa) con atleti di elevato livello (o specialisti di alta professionalità), quando il gesto si svolge in ambiente costante e la tecnica di esecuzione dello stesso è Modificabile (e codificata) senza ombra di dubbio; si pensi ad esempio ad un ostacolista dei centodieci metri ad ostacoli: in questo caso l'addestramento può essere molto utile, in quanto la corsa si svolge sempre su una pista che ha una certa consistenza, con una certa larghezza, e la tecnica di passaggio dell'ostacolo è stata ormai analizzata nei minimi dettagli ed universalmente riconosciuta valida; è ovvio che in questo tipo di apprendimento è indispensabile la correzione (determina la modificazione del gesto da parte dell'atleta).

In questi tre tipi di apprendimento (quattro se si considera l'apprendimento a vista come tipo a se stante), ci sono delle condizioni che favoriscono la fase di stabilizzazione dell'apprendimento (cioè la Strutturazione di uno schema motorio specifico); tali condizioni, che possono operare contemporaneamente o singolarmente, sono le seguenti:

1. stato emotivo: si intende lo stato in cui il soggetto si trova quando si verifica lo stimolo: si pensi ad un soggetto che rientri a casa propria, vada in camera e, aprendo l'armadio, veda un cadavere (dopo di che è prevedibile che il soggetto scappi): pur avendo visto tale scena per pochi secondi, lo choc emotivo è talmente forte che il soggetto ricorderà per tutta la vita l'esperienza vissuta;

2. stato motivazionale: si intende il tipo di motivazione che stimola il soggetto: maggiore la motivazione, più rapido l'apprendimento: si pensi ad un soggetto che debba sostenere

l'esame di guida sui quiz: se è fortemente motivato, memorizzerà rapidamente le risposte corrette;

3. ripetizione dell'attivazione: si intende il numero di volte che il soggetto ripete l'esercizio:

si pensi ad un alunno di scuola media che debba imparare a memoria una poesia di cui, in

fondo, non gliene importa niente: tutti ricordano le ore passate sui libri a rileggere il brano,

fino a quando tutto il testo è stato memorizzato.

QUADRO RIASSUNTIVO

- Per intuito in seguito a prove ed errori (Bambini - Dimostrazione)

Apprendimento

- Secondario (Adulto - Spiegazione)
- Addestramento (Atleta - Correzione)

PROCESSI

Il termine Processi dell'apprendimento rappresenta una sintesi di due fenomeni che influiscono sull'apprendimento stesso e che, pertanto, bisogna conoscere.

La loro influenza è stata studiata soprattutto nei paesi dell'ovest di lingua inglese, in relazione alle attività sportive: si tratta, quindi, di fenomeni che devono interessare in quanto insegnanti di sport; essi sono l'Effetto Pigmalione ed il Rinforzo.

EFFETTO PIGMALIONE

Le aspettative dell'insegnante possono influire sull'apprendimento dell'atto motorio da parte dell'allievo; in parole semplici se l'insegnante è convinto che un determinato allievo otterrà i risultati più positivi, quello stesso allievo, in genere, ottiene i risultati migliori. La spiegazione di questo processo sembra essere legata ai seguenti fattori:

- a) la fiducia che l'insegnante dimostra nelle capacità di quel determinato allievo innalza il livello di aspirazione dell'allievo stesso (si ricordi che $M = fAs$. e che $A = fM$: quindi se il

- livello di aspirazione è più elevato, aumenta l'apprendimento);
- b) si presta maggiore attenzione alle domande poste da quel determinato allievo;
 - c) si danno più risposte dalle domande, con spiegazioni più approfondite, più approfondite, più dettagliate;
 - d) si forniscono più correzioni a quel determinato allievo.

Non è facile dare un esempio di questo fenomeno in quanto, spesso, gli insegnanti se ne sono sentiti, ma inconsciamente: si pensi ad un allievo antipatico ed al senso di fastidio

12

con cui gli si insegna e ad una bella ragazza simpatica ed al senso di piacere con cui le si insegna: l'effetto Pigmaglione è dato dalla differenza con cui i due allievi sono stati trattati.

RINFORZO

Esistono dei mezzi che possono influire sulla stabilizzazione di determinati apprendimenti da parte dell'allievo; in parole semplici, se l'insegnante è convinto che l'allievo ha eseguito bene l'atto motorio richiesto, oppure è sulla strada del miglioramento, può favorire la stabilizzazione dell'apprendimento (favorire la strutturazione dello schema motorio), mediante il rinforzo. Si pensi ad esempio all'addestramento di un cavallo al salto: quando il cavallo esegue il salto (o comincia a saltare) nel modo che l'allenatore ritiene più valido, gli dà una carota e gliela continua a dare ogni volta che salta in quel modo; il cavallo collega le due cose: nel senso che il salto effettuato in quel modo significa ricevere una carota e, dal momento che ai cavalli piacciono le carote, cercherà di saltare sempre nella stessa maniera: la carota rappresenta il rinforzo.

Fondamentalmente esistono tre tipi di rinforzo:

- a) morale: è rappresentato dalla soddisfazione che l'allievo prova nel realizzare quanto proposto; si pensi ad esempio ad un alunno di scuola media impegnato in un problema di matematica, fa tutte le operazioni e, alla fine, ottiene il risultato esatto; si tratta di un rinforzo morale;
- b) materiale: è rappresentato dalla consegna di un oggetto quando l'allievo realizza quanto

proposto (una medaglia, una maglietta, una coppa, una carota ...);
l'aspetto negativo del
rinforzo materiale è duplice: innanzi tutto il premio deve essere,
ogni volta, più grande, più
importante; secondariamente si crea, nell'allievo, un'assuefazione
al premio;
c) verbale: è rappresentato da un incoraggiamento o una lode - ma
anche un biasimo, a certe
condizioni - rivolti all'allievo; vale la pena di dedicare due
righe al rinforzo verbale, in
quanto la sua dinamica è abbastanza interessante, mediante un
prospetto riassuntivo (in cui
l'effetto dello stesso è rappresentato dai segni "+" significa
positivo e "-" significa
negativo):

Nessun commento
Positivo in privato
Positivo in pubblico
Negativo in privato
Negativo in pubblico

lì I

13

Si pensi ad un allievo che ha provato ad eseguire in forma
individuale, l'esercizio richiesto -
l'insegnante;

- non gli dice niente, si volge dall'altra parte e dà il via ad un
altro allievo: ha un effetto
molto negativo sull'apprendimento (agisce in senso contrario al
rinforzo, impedisce l'ap-
prendimento; inibisce la motivazione dell'allievo);
gli dice "bravo", quando è da solo: ha un modico effetto positivo
nel favorire l'appren-
dimento; motiva l'allievo;
gli dice "bravo", davanti a tutti gli altri: ha un notevole effetto
positivo nel favorire l'ap-
prendimento; motiva l'allievo;
gli dice "bestia", quando è da solo: ha un discreto effetto positivo
nel favorire l'appren-
dimento; motiva l'allievo;
gli dice "bestia", davanti a tutti gli altri: ha un effetto negativo
sull'apprendimento; inibisce
la motivazione dell'allievo.

BLOCCHI DELL 'APPRENDIMENTO

Il termine "blocchi dell'apprendimento" significa che non vi
è apprendimento da

parte dell'allievo: in parole semplici, nonostante tutta la disponibilità e l'impegno del maestro, e l'applicazione da parte dell'allievo, quest'ultimo non riesce a compiere progressi apprezzabili nella propria tecnica sciistica o non cerca di eseguire ciò che gli viene proposto.

I blocchi possono avere diverse origini (o cause); anche se nella realtà non sempre hanno un'origine ben definita, verranno divisi in tre gruppi, a seconda dell'origine ben definita, verranno divisi in tre gruppi, a seconda dell'origine (apparente) del blocco dell'apprendimento.

1. dall'allievo.

a) per deficienze (carenze) fisiche, percettive, coordinative, psichiche;

b) per carenza di motivazioni secondarie e/o dipendenti dalla struttura della personalità;

questa suddivisione non ha bisogno di alcun commento in quanto piuttosto semplice; solo a titolo di esempio si può pensare ad un cieco che scia: ha una deficienza visiva, con tutte le conseguenze che ne derivano. Quello che si deve aggiungere è il fatto che il maestro ha a disposizione un mezzo per cercare di aiutare l'allievo: si tratta di agire sul livello di realizzazione (far sì che l'allievo riesca ad eseguire ciò che il maestro gli propone: quindi proporgli esercizi facili, in cui le difficoltà crescano poco alla volta);

2. dai genitori: per imposizione dell'attività - lo sci - al figlio:

a) per proiezione delle proprie aspettative sportive: il genitore trasferisce sul figlio le proprie ambizioni sportive (non realizzate), quelle che hanno rappresentato la sua ambizione;

b) per aspirazioni troppo elevate verso il figlio: il genitore è convinto che il figlio ha più

capacità di quelle che in effetti ha, cioè è in possesso di qualità fisiche, percettive,

14

coordinative, psichiche e pretende (giustamente nella sua ottica) quei risultati che il figlio non è in grado di raggiungere;

c) per un naturale desiderio di successo del figlio: ed è un fatto normale; anormale può essere la scelta dell'attività sportiva;

si deve solo aggiungere che, qualora il maestro sospetti che ci sia un blocco

nell'apprendimento che ha origine dai genitori, la cosa più utile da fare è il dialogo con i genitori stessi: "guardi", ha la sensazione che suo figlio non si diverta a sciare; forse sarebbe più produttivo farlo giocare con gli sci...; lo lasci libero di prendere confidenza con gli sci, con la neve....; sicuramente si diventerà; allora sarà pronto ad imparare anche a sciare....;

3. dal maestro:

- a) per non aspettativa (fiducia) nei confronti dell'allievo: in parole semplici il maestro non erede che l'allievo possa riuscire nello sci (è il contrario dell'Effetto Pigmalione);
- b) per non rispetto della progressività dell'insegnamento (errata scelta della successione degli esercizi);
- c) per non idonea ambientazione e/o assistenza, in parole semplici, il maestro non ha scelto il pendio idoneo, o non è al posto giusto);
- d) in quanto non oggetto di identificazione: i bambini sono particolarmente sensibili al fascino di certe persone cui vogliono assomigliare; ovviamente il maestro di sci deve avere un comportamento tale da essere oggetto di identificazione; si pensi ad un maestro poco sobrio a titolo di esempio);

Qualora il maestro di sci si ritenga origine del blocco dell'apprendimento, deve volgere in positivo tutto ciò che è stato descritto in negativo: rispettare la progressività dell'insegnamento ecc..

15

QUADRO RIASSUNTI VO

Origine	Causa	.	.
Dati 'allievo	Carenze f siche	.	
	Carenze percettive		
	Carenze coordinative		
	Carenze psichiche		

Dai Genitori

Dal Maestro

Correttivo
Agire sul Livello di
REALIZZAZIONE

Per imposizione dell'attività:

DIALOGARE

con i genitori

proiezione delle aspettative sportive sul/i figlio/i;

aspirazioni troppo elevate verso il figlio;

desiderio di successo del figlio

Per non aspettativa
(scarsa fiducia nei confronti dell'allievo;

Per non rispetto della progressività dell'insegnamento;

Per non idonea ambientazione e/o assistenza;

In quanto non oggetto di identificazione .

SUGGERIRE
di far giocare il bambino

VOLGERE IN POSITIVO

quanto descritto in negativo
(si veda il "non" nella colonna a fianco).

METODICA

Si è già visto che cosa è la metodica e come essa nasce dalla didattica: si tratta di "come" insegnare; pertanto si dovranno chiarire diverse problematiche che verranno proposte in rapida successione.

FORMA ESECUTIVA E SUSSIDI METODICI

modi differenti:

Si è detto che il maestro deve insegnare una tecnica; tuttavia lo può fare in tre

1. mediante esercizi;
2. mediante giochi;
3. mediante competizioni.

Dovendo insegnare a curvare ad un allievo - bambino: baby sprint, adulto: curva a spazzaneve, si possono utilizzare le tre forme esecutive indicate: con un esercizio, mediante un gioco, mediante una gara:

1. mediante l'esercizio: si fa eseguire la curva così come descritto nel testo tecnico;
2. mediante un gioco: si pensi a un parco-giochi con pupazzi, cartelli, castelli, preparando il terreno, ecc.;
3. mediante una competizione: facendo una piccola gara (con o senza pali) tra i diversi allievi: "chi riesce a ..?".

E' ovvio che ciascuna di queste forme si rivela più o meno adatta a seconda dell'allievo con cui si ha a che fare: in linea di massima si può dire che, con l'adulto, è meglio utilizzare gli esercizi (anche quelli tecnico-metodici o quelli che la fantasia può suggerire); con i bambini piccoli (fino a sette anni +/- 2 anni) è meglio utilizzare giochi; con i ragazzi (da sette a quattordici anni +/- 2 anni) sia gli esercizi che i giochi: questo anche se si possono utilizzare il gioco con gli adulti e gli esercizi con i bambini (infatti si è detto che, tra le motivazioni secondarie di natura sociale, esistono il bisogno di imitazione ma anche il bisogno di gioco);

ma tra le motivazioni secondarie di natura sociale esiste anche il bisogno di agonismo: quindi la competizione è una forma esecutiva che va bene con tutti gli allievi.

Bisogna fare una precisazione (e sgombrare il campo da molti equivoci), chiarendo il significato di agonismo: al di là del significato che ha assunto negli ambienti sportivi, fondamentalmente significa verifica; tuttavia ne esistono due tipi:

- a) verifica di se stessi, nei propri confronti;
- b) verifica di se stessi, nei confronti degli altri.

L'agonismo quando è una verifica di se stessi, nei propri confronti è un fatto naturale:: ogni volta che un individuo avvia un'attività, si mette in competizione con se stesso; per esempio si pensi ad un negoziante: dal momento in cui apre la saracinesca, cerca di vendere più di quanto gli è riuscito il giorno precedente; d'altra parte, cerca anche di vendere più degli

17

altri negozianti della zona; ammesso quindi che l'agonismo è proprio della razza umana, si può precisare che nella sua forma ("verifica di se stessi, nei propri confronti") è indispensabile con tutti gli allievi, anche bambini.

Diventa un fatto meno positivo quando, tramite particolari scenografie e/o coreografie, si sottolinea in modo particolare la verifica di se stessi nei confronti degli altri.

Metodica

Forma

QUADRO RIASSUNTIVO

Elemento fondamentale
Mediante esercizi
Mediante giochi
Mediante competizioni

SUSSIDI METODIA

Caratteristica
con Adulti . con Ragazzi
con Bambini, con Ragazzi
con Bambini, Raçazzi, Adulti

Possono favore l'opera del maestro di sci; possono essere divisi in tre gruppi

-
Primo gruppo: audiovisivi in senso lato. Si fa riferimento a riprese video e a fotografie che servono per la percezione dei movimenti errati e non, da parte dell'allievo.

Secondo gruppo: attrezzi di vario genere (pali, bandierine, balle di paglia, rametti d'albero, palle, pupazzi, ecc.): servono per l'acquisizione di ritmi, per la precisazione di azioni fondamentali della tecnica, per indicare il raggio e l'angolo della curva, come momento di verifica da parte dell'allievo, per il miglioramento delle qualità motorie, come gioco, ecc.; si possono utilizzare oltre che sulla linea di massima pendenza anche in diagonale.

Terzo gruppo:

fondo innevato preparato (cunette, gobbe, ecc.): serve per il miglioramento delle qualità percettive e coordinative, per favorire l'apprendimento di azioni fondamentali della tecnica, come gioco, ecc.:

- 1) cunette: una successione di awallamenti;
- 2) gobbe: una successione di dossi;
- 3) gobbe e cunette: una successione di awallamenti e di dossi;
- 4) pista del diavolo: una doppia successione di gobbe e cunette, sfalsate tra di loro (mentre uno sci sprofonda in una cunetta l'altro affronta una gobba);

18

5) scivolo con spartiacque: una cresta di neve disposta sulla linea di massima pendenza

(l'allievo dispone gli sci uno da una parte e l'altro dall'altra, rispetto alla cresta);

6) scivolo con "panettone": una discesa con un'ampia gobba su cui effettuare una cuna;

7) trampolino: un piccolo dente da superare per poi effettuare un salto;

8) gimkana: la combinazione dei diversi sussidi metodici (eventualmente anche di secondo tipo) indicati,

si possono utilizzare oltre che sulla linea di massima pendenza anche in diagonale ed in circuito.

QUADRO RIASSUNTI VO

SUSSIDI METODICI

ELEMENTI FONDA MENTALI

Primo gruppo

Secondo
gruppo

Terso gruppo

Audiovisivi, fotografie, dell'allievo o di un campione

Pazi, bandierine, rametti, balle di paglia, palle, pupazzi ecc.

Cunette, gobbe, cunette e gobbe, pista del diavolo, scivolo con spartiacque, scivolo con "panettone" trampolino, gimkane, ecc.

FIGURA DEL MAESTRO

Percezione dei movimenti errati e corretti

Acquisizione di ritmi, precisazione di azioni fondamentali, indicazione dell'angolo e del raggio di curva, miglioramento delle qualità motorie,

verifica da parte dell'allievo,
gioco.

Miglioramento delle qualità
percettive e coordinative, ap-
prendimento di azioni fonda-
mentali, gioco, ecc.

Si è detto che con questo termine si fa riferimento alla
figura del maestro di sci;
esso presenta due aspetti:

- 1) soggetto dell'azione didattica: come tale ha a sua disposizione due
diverse serie di
accorgimenti per lo svolgimento della sua attività educativa:
quelli tecnici (la successione
degli esercizi) e quelli metodici (l'adattamento della sua opera
alla realtà ambientale ed
all'allievo);
- 2) oggetto di identificazione: come tale non viene solo imitato
dall'allievo, cioè l'allievo non
cerca di "copiare" l'azione che il maestro esegue: cerca di essere
come lui; si instaura tutta

19

una serie di rapporti tra l'allievo ed il maestro, con il primo che
cerca di diventare come il
secondo; ed il maestro può essere una figura positiva o negativa
(basta pensare a certe
"mode" che tutti i giovani seguono), per questo, per essere un oggetto
di identificazione
positivo, il maestro deve avere delle caratteristiche di sobrietà e
compostezza: una divisa
regolare e tenuta in ordine, gesti corretti e misurati, una certa
capacità di ordine (sia nello
svolgimento della propria attività che nella conduzione degli
allievi), un linguaggio
corretto ed appropriato (sia nel corso della lezione che nel rapporto
con gli allievi ed i

. .
gemton .

QUADRO RIASSUNTIVO

Metodica

Figura

Elemento fondamentale

Caratteristica

Soggetto dell'azione didattica

Oggetto di identificazione
con Accorgimenti tecnici
con Accorgimenti metodici

come Figura positiva

- a) per sobrietà e compostezza
- b) per capacità di ordine
- c) per linguaggio corretto ed appropriato

ACCORGIMENTI METODICI

In linea di massima il Maestro deve cercare di impostare la lezione dal punto di vista tecnico, ad un livello leggermente superiore alle capacità medie degli allievi, senza trascurare il fatto che determinati movimenti e certe azioni piuttosto semplici per il maestro stesso (che si dimentica quali sforzi e quanto tempo abbia richiesto il loro apprendimento), possono presentare notevoli difficoltà per gli allievi; esistono alcuni accorgimenti metodici che possono favorire l'apprendimento dell'esercizio da parte dell'allievo.

1. Ambientazione - si tratta di scegliere le condizioni più idonee per l'apprendimento; ciò significa, innanzitutto, conoscere l'allievo, le sue qualità fisiche, percettive, coordinative, psichiche, il suo livello di motivazione; secondariamente, scegliere il pendio, l'inclinazione dello stesso, l'andamento del terreno, la conformazione, il tipo di neve e l'impianto più idonei.

Ad esempio, ad uno sciatore in grado di eseguire solamente lo spazzaneve centrale, una

20
3.

neve ghiacciata, un pendio troppo ripido, un impianto di risalita troppo lungo, possono

dare origine a dei blocchi dell'apprendimento (per inibizione della motivazione); ma anche un pendio troppo stretto e pianeggiante, o un impianto troppo corto possono determinare dei blocchi dell'apprendimento in un allievo in possesso di una discreta tecnica di base (per mancato rispetto della aspirazione).

2. Spiegazione - La descrizione esatta ed analitica dell'esercizio da eseguire introduce

l'allievo alla conoscenza teorica del movimento o dell'esercizio richiesto. Le spiegazioni

riguardanti esercizi ideati dal maestro (per favorire l'apprendimento di un'azione

particolare, come nel caso di esercizi eseguiti con l'ausilio di sussidi metodici) dovranno

essere chiare, espresse con terminologia adeguata, e comprendere l'elemento tecnico che

ha determinato la necessità dell'ideazione degli esercizi stessi.

Dimostrazione - L'esecuzione ottimale (se possibile perfetta)

dell'esercizio precedente-

mente spiegato, favorisce due ordine di fenomeni; la formazione dell'immagine motoria e

l'imitazione. E' difficile stabilire quale di questi fenomeni riveli maggiore importanza ai fini

dell'apprendimento, tuttavia una dimostrazione ottimale, abbinata ad una chiara

spiegazione, lo facilita certamente. Spesso la dimostrazione può avvenire prima o

contemporaneamente alla spiegazione; saranno le condizioni ambientali (pista, tempo

atmosferico, ecc.) e didattiche (qualità degli allievi e loro numero) a suggerire la fusione

(o l'inversione) di questi due accorgimenti metodici.

4. Assistenza - Consiste nella presenza, sia fisica che psicologica, al posto ed al momento

giusti. Alcuni esempi possono aiutarci a chiarire le idee: dopo la dimostrazione di una

curva, il maestro deve porsi all'esterno della stessa (se si ponesse all'interno, l'allievo

volgendosi naturalmente a guardare il maestro, andrebbe in rotazione); se il maestro,

seguito dagli allievi, scende un pendio, deve eseguire lo stesso esercizio (ad esempio non

la curva agonistica, mentre gli allievi stentano a fare un parallelo di base); se la pista

presenta un passaggio difficile (ad esempio è stretta, con gobbe giacciate, in mezzo agli

alberi) il maestro deve disporsi in un punto tale da assicurare l'allievo, cioè garantire con

la sua presenza che non può succedere niente (e non superare il tratto sciando, per poi

fermarsi in un punto più sicuro, lasciando che gli allievi si "arrangino" da soli):

5. Correzione - Consiste nel favorire la modificazione dell'esecuzione dell'esercizio da parte

dell'allievo; si possono sottolineare tre diversi momenti della correzione:

- a) interpersonale: è il rapporto tra due individui (il maestro e l'allievo) e, come tale, può favorire la motivazione dell'allievo stesso;
- b) tecnico: è rappresentato sia dalla capacità di cogliere la causa dell'errore tecnico fondamentale (che impedisce all'allievo di compiere l'esercizio richiesto), sia dalla descrizione adeguata dello stesso;
- c) metodico: è rappresentato dalla scelta di un esercizio del testo tecnico (o dalla ideazione di uno nuovo), idoneo a favorire la correzione dell'errore fondamentale.

21

QUADRO RIASSUNTIVO

AMBIENTAZIONE

SPIEGAZIONE

DIMOSTRAZIONE

ASSISTENZA

CORREZIONE

Trovare le condizioni più idonee, conoscere le qualità fisiche, percettive, motorie, psichiche ed il livello motivazionale dell'allievo. Saper scegliere il pendio, la sua inclinazione e conformazione, il tipo di neve e l'impianto più adatto.

Precisione nelle descrizioni, saper indicare le finalità degli esercizi, ideare nuovi esercizi e descriverli chiaramente.

Esecuzione ottimale e globale degli esercizi, favorire l'imitazione e l'immagine motoria, saper decidere se anticipare

le dimostrazioni rispetto alla spiegazione.

Presenza sia fisica che psicologica al posto ed al momento giusto, saper scegliere la posizione, eseguire lo stesso esercizio richiesto agli allievi.

Favorire la modificazione dell'esercizio da parte dell'allievo.
Si identificano 3 modi:

- I) interpersonale;
- 2) tecnico:

TIPO DI ESECUZIONE

L'esecuzione rappresenta il modo in cui si può far eseguire l'esercizio all'allievo;
essa può essere:

Analitica:

Globale:

ne dobbiamo parlare per completezza di trattazione, ma è un'esecuzione che fa parte dell'apprendimento di terzo tipo (addestramento) e che non riteniamo fondamentale per il maestro di sci; l'esercizio viene analizzato e scomposto nelle sue componenti fondamentali e ciascuna di esse viene eseguita singolarmente.

l'esercizio viene insegnato globalmente, senza privilegiare alcun elemento in modo particolare.
Analitica nel globale: l'esercizio viene insegnato globalmente ma privilegiando l'elemento che può essere più importante, o più utile per l'allievo.

Individuale:

ciascun allievo effettua l'esercizio singolarmente scendendo lungo il pendio; questo tipo di esecuzione è utile quando l'allievo deve apprendere un nuovo esercizio o perfezionarne uno già conosciuto.

Individualizzata: gli allievi scendono il pendio ciascuno eseguendo l'accorgimento tec-

nico e metodico consigliato. Questo tipo di esecuzione è utile al fine di correggere eventuali errori personali.

A seguire:

- ESECUZIONE

Analitica
Globale
Analitica nel globale
Individuale
Individualizzata
A seguire:
- il maestro
- I 'allievo
- gli allievi .

esistono tre varianti di questa forma esecutiva l'allievo segue il maestro, il maestro segue l'allievo, un allievo ne segue un altro (o al-
tri); questo tipo di esecuzione è utile per rendere l'automatizzazione dell'esercizio più "plastica" cioè adattabile alle più varie condizioni ambientali.

QUADRO RIASSUNTI VO

CARA TTERISTICA

Scomposizione esercizio
Esecuzione senza privilegiare alcun elemento
Esecuzione privilegiando un elemento
Un allievo alla volta
Più allievi, ciascuno per conto proprio

il maestro precede l'allievo
il maestro segue l'allievo
un allievo ne segue un altro (o altri)
LOCALIZZAZIONE DEL MAESTRO

Nel corso di una lezione di sci il maestro non deve avere necessariamente la stessa localizzazione sul pendio; d'altra parte la localizzazione favorisce l'apprendimento dell'esercizio o il miglioramento della sciata. Per chiarire questo concetto facciamo riferimento a tre tipi di

esecuzione già descritti: individuale, individualizzata ed a seguire.

Individuale - quando l'allievo esegue un esercizio possiamo avere diverse possibilità:

- 1) discesa sulla massima pendenza, discesa a spazzaneve; il maestro si pone a valle rispetto all'allievo, sulla linea della discesa;
- 2) diagonale: il maestro si pone a valle rispetto alla diagonale, anche a metà della stessa;
- 3) una curva isolata: il maestro si pone all'esterno di essa, verso la fine della stessa (salvo porsi in un altro punto, sempre all'esterno, per controllare qualche movimento particolare o fondamentale);
- 4) una serie di curve; il maestro può porsi in differenti punti: a monte (per verificare se l'allievo esegue i movimenti iniziali in modo corretto, ecc.), a metà del pendio (per dare ritmo o verificare il collegamento tra due curve, ecc.) a valle (per valutare globalmente la discesa).

Individualizzata - quanto gli allievi scendono, il maestro può porsi a monte o a valle, a seconda della localizzazione che gli permette la migliore visibilità (ed in relazione al tipo di verifica che vuole fare).

A seguire - esistono tre varianti.

L'allievo scende:

- 1) seguendo il maestro: in questo caso si tratta di una localizzazione impropria in quanto il maestro è in movimento e si trova davanti all'allievo ma a distanza ravvicinata (non quattro o cinque curve a valle, magari sciando un altro esercizio molto differente);
- 2) precedendo il maestro: anche in questo caso si tratta di una localizzazione impropria, in quanto il maestro è in movimento e si trova dietro all'allievo, a distanza ravvicinata;
- 3) seguendo un altro allievo (o altri allievi) il maestro può porsi a metà del pendio o a valle (in relazione al tipo di verifica che si vuole fare).

ESECUZIONE

Individuale

ESERCIZIO

Discesa sulla massima pendenza, e discesa a spazzaneve

LOCALIZZAZIONE

A valle, sulla linea di discesa

Individualizzata Diagonale A monte, a valle

A seguire da parte

Serie di curve

deh 'allievo

...del maestro

Serie di curve

...di più allievi

Serie di curve

—

LINGUAGGIO

Davanti, a distanza ravvicinata

la

Dietro a distanza ravvicinata

A metà, a valle

Si è accennato al linguaggio, ma, in questa sede, interessa un aspetto particolare; nell'insegnamento esso può avere tre aspetti differenti:

- 1) fantastico;
- 2) tecnico;
- 3) guida.

Ovviamente quando si parla di:

1) linguaggio - fantastico, si fa riferimento ad una forma speciale, quella in uso con i

bambini: la favola da raccontare con i bambini nel parco-giochi (l'avventura di Topolino,

quando il parco-giochi è sviluppato con figure Walt Disney), la terminologia fantastica

(la giravolta spaziale, ecc.); ne consegue che tale linguaggio è adatto con i bambini (fino a sette/otto anni circa).

2) linguaggio - tecnico, si fa riferimento alla terminologia del testo tecnico - metodico: ci

si serve ad esso ogni volta che si vuole trasmettere un concetto all'allievo. Esempio: se si

dice all'allievo che un piegamento è "il passaggio da una posizione lunga ad una breve", in

tutta Italia e con tutti gli allievi il piegamento deve significare la stessa cosa.

3) linguaggio - guida: si fa riferimento a due fenomeni caratteristici dell'uomo: il segnale-

verbale (comando di esecuzione di una determinata attività) che può facilitare l'appren-

dimento di un determinato atto motorio da parte dell'allievo: un semplice esempio di que-

sto fenomeno lo si ha nell'atletica leggera dove, spesso, mediante un ordine secco, l'al-

lenatore suggerisce il preciso istante in cui l'atleta deve eseguire una determinata azione

(lo stacco nel salto in lungo, ecc.); il secondo meccanismo è di natura prettamente fisio-

logica: esiste nel sistema nervoso umano, la possibilità di un'azione diretta dei suoni ritmici

25

sui centri nervosi stessi (al di fuori di ogni controllo della volontà); questo significa, ad esempio, che un maestro di sci può facilitare l'apprendimento della tecnica di sciata in un "pettine", mediante comandi verbali ritmati (il classico "op", "su", ecc).

Quadro riassuntivo

Metodica

Linguaggio

Elemento Fondamentale
Fantastico

tecnico
Guida

Caratteristica

Con Favole, Terminologia Fantastica

Con Terminologia esatta

Con Segnale Verbale, Comandi
Verbali ritmati