



**WE
PN**



**VITIS[®]
RAUSCEDO**

LA CORREZIONE DELL'ERRORE

a cura di
ATTILIO DE MATTIA



**SCUOLA
CALCIO ELITE**
SETTORE GIOVANILE E SCOLASTICO

L'ERRORE

L'imprevedibilità delle azioni nel gioco del calcio, e le conseguenti innumerevoli risposte che il portiere è chiamato a fornire, rendono di fatto impossibile l'individuazione di un **modello tecnico di riferimento** univoco ed esaustivo.

Bisogna convenire, però, che sussistono dei **canoni universalmente riconosciuti**, delle nozioni di necessarie che, sia pure con diverse sfumature e interpretazioni, certificano la validità dell'esecuzione di una parata.

Possiamo definire l'**ERRORE** come la **difformità sistematica dal modello biomeccanico ottimale**, cioè quello che dovrebbe consentire di ottenere il risultato voluto nel miglior modo possibile.

LA CORREZIONE

Indichiamo con il termine **correzione** ogni metodo adeguato a eliminare l'errore in un'azione seguendo un processo che, attraverso l'evidenza del gesto sbagliato e il suo paragone con l'esecuzione esatta, porti alla rettifica.

L'istruttore, trovato l'**errore**, deve intervenire immediatamente per modificare l'azione imprecisa, per impedire all'allievo di consolidare uno schema motorio scorretto.

Presupposto imprescindibile alla correzione è l'esistenza di un'**azione**, che può essere:

- **cosciente**, cioè eseguita in modo deliberato, o
- **riflessa**, quando il corpo reagisce in automatico a una situazione di pericolo, e, quindi non richiede apprendimento, né ragionamento.

L'APPRENDIMENTO

Il **processo di apprendimento** prevede che il nostro sistema nervoso centrale riceva e codifichi le informazioni provenienti dall'ambiente, le confronti con quanto già elaborato e memorizzato e, infine, le conservi (*apprendimento*).

La radicalizzazione di questi programmi mentali porta al loro auto rafforzamento e auto validazione, permettendoci di reagire alla realtà in modo rapido e veloce, quasi automatico, anche **senza il nostro controllo vigile**.

Quando un programma mentale non è più produttivo, la capacità del cervello di modificare la sua struttura in modo da riuscire ad adattarla agli stimoli (*plasticità cerebrale*), rende possibile procedere alla **correzione dei programmi esistenti**.

QUANDO CORREGGERE

Prima di attivare il processo di correzione è importantissimo valutarne la **rilevanza dell'errore sull'azione**, cioè se a causa del comportamento sotto indagine l'intervento risulta:

- inefficace,
- efficace, ma non risolutivo,
- improduttivo in presenza di parametri spaziali e temporali ridotti (distanza del tiro o velocità del pallone).

EFFICACIA DELLA CORREZIONE

Affinché una correzione risulti efficace è necessario che l'istruttore:

- **conosca** approfonditamente la tecnica del ruolo e la biomeccanica del movimento per correggerlo analiticamente;
- **possieda** un modello di riferimento o linee guida da seguire;
- **osservi** sistematicamente il giocatore;
- **classifichi** gli errori per ordine di importanza, formulata in base alla significatività degli scostamenti dal modello;
- **diagnostichi** la natura e motivi dell'errore, allo scopo di ricercarne la causa - **e non il sintomo** - per determinare le azioni da intraprendere che consentano di correggerla.

MODALITÀ DI CORREZIONE (1/2)

L'**abilità dell'insegnante** consentirà di individuare le variabili più significative che incidono sulle modalità dell'intervento.

In particolare l'istruttore dovrà considerare:

1. il **rapporto tra l'entità dell'errore e l'efficacia dell'azione** (non modificare un dettaglio se pregiudica l'esito dell'intero gesto tecnico),
2. il **livello di abilità** raggiunto dall'allievo,
3. le **capacità motorie** in suo possesso,
4. la **complessità del gesto tecnico**,
5. il **contesto** e le **condizioni ambientali** e il in cui si svolge l'azione,
6. il **volume di lavoro** (la soluzione di alcuni problemi richiede tempo)
7. le **capacità di apprendimento** del soggetto.

MODALITÀ DI CORREZIONE (2/2)

Considerando adeguatamente tali fattori, l'istruttore adatterà il suo intervento, evitando che l'allievo sia pervaso da **sensi di inadeguatezza**, provati quando il raggiungimento della meta pare allontanarsi sempre più e lo scoraggiamento potrebbe indurlo alla disaffezione del ruolo.

L'intervento dell'insegnante dovrà essere modulato **graduando le richieste** in base al **livello di abilità conseguito dal portiere(*)**, magari principiante, che ha esercitato il gesto poco o nulla, e **non in base a quello che l'istruttore ritiene semplice o complesso per sé stesso.**

(*) L'età del soggetto è, inoltre, speso collegata al livello di abilità raggiunto e alle capacità motorie in suo possesso.

PROGRAMMA DI CORREZIONE

1. **Evidenziare** l'errore, far comprendere all'allievo perché si compiono determinati movimenti, rendendolo consapevole;
2. **Proporre** all'allievo un nuovo schema motorio che soppianti il precedente e **costruire** insieme a lui uno nuovo corretto;
3. **Controllare** il feedback dell'allievo, che potrebbe avere una percezione errata delle sue azioni, cioè sia convinto di effettuare il gesto seguendo le modalità richieste, ma in realtà non sia così;
4. **Fissare** il nuovo schema motorio con le ripetizioni; i gesti corretti, una volta acquisiti e memorizzati, devono essere consolidati attraverso le repliche e resi automatici con l'allenamento fino a eseguirli in maniera accurata, quasi inconscia, in modo fluido, calibrato e veloce;
5. **Monitorare** l'efficacia della correzione testandola in gara, sotto stress.

FASI DELLA CORREZIONE

1. **Classificazione:** circoscrivere l'ambito dell'errore che inficia l'azione,
2. **Collocazione:** inserire l'errore nell'ambito dell'intera catena cinetica del gesto,
3. **Scomposizione:** l'istruttore illustra i singoli movimenti del gesto tecnico spiegandoli all'allievo, mettendo in evidenza il preciso ordine sequenziale e le difformità riscontrate rispetto al modello di riferimento,
4. **Esecuzione scomposta:** l'azione, così circostanziata, permette un maggior controllo della gestualità, e, consentendo al portiere di concentrare maggiormente la sua attenzione su specifici movimenti, ne migliora la percezione restringendo la possibilità di potenziali errori,
5. **Consolidamento:** l'allievo ripete i movimenti fino alla loro corretta realizzazione.

CLASSIFICAZIONE DELL'ERRORE^(1/2)

Classificare l'errore significa circoscriverne l'ambito:

- **1. temporale:** il timing del giocatore, valutato rispetto a un evento esterno, risulta errato (l'intervento in uscita è risultato tardivo);
- **2. posturale:** l'atteggiamento del corpo del giocatore è errata (la posizione di partenza a gambe eccessivamente distese);
- **3. cinestetico:** il singolo movimento non avviene con i parametri di velocità e forza previsti (nel tuffo il portiere arriva lungo);
- ...

CLASSIFICAZIONE DELL'ERRORE^(2/2)

- ...
- **4. combinazione:** il movimento dei diversi segmenti corporei non rispetta la corretta sequenza temporale (mancata sincronizzazione dei movimenti di braccia e gambe);
- **5. cronologico:** la successione dei movimenti non rispetta l'esatta sequenza temporale (nel salto le braccia vengono alzate prima di sollevarsi dal suolo);
- **6. biomeccanico:** il movimento di un distretto corporeo non avviene nel modo previsto (presa a tenaglia);
- ...

CONSOLIDAMENTO

Quando l'allievo ha recepito la correzione, e dimostra di padroneggiare l'esecuzione dello schema motorio, è necessario renderlo automatico attraverso un elevato numero di ripetizioni, fino al consolidamento della loro effettuazione in velocità. Per il portiere **la replica continuativa del gesto, eseguita con precisione, è alla base dell'allenamento.**

Con la reiterazione dei movimenti l'allievo **stabilizza la sua azione**: più un gesto è automatizzato nella sua perfetta esecuzione, tanto meno viene effettuato sotto il controllo cosciente e, quindi, l'azione diventa spontanea.

Un gesto sportivo è una serie di movimenti in stretto collegamento tra loro, questa concatenazione crea interdipendenza tra i movimenti preparatori e quelli finali che si rinforza con le ripetizioni. Quando il movimento è acquisito e l'azione è stabilizzata, diventa un'abilità motoria ed è **sufficiente innescarlo** affinché attivi tutta la catena di risposte motorie.

TECNICHE DI CORREZIONE_(1/2)

1. Intervenire **immediatamente** dopo la comparsa dei movimenti errati, evidenziando e correggendo in modo da evitare la formazione di eventuali stereotipi motori scorretti,
2. Ridurre nel numero le consegne legate al compito dell'atleta, cioè correggere sempre **un errore per volta**, per concentrare l'attenzione dell'allievo su un unico aspetto,
3. Dare **priorità** agli errori principali, per poi passare agli altri,
4. Iniziare dalla correzione dell'**errore originale**, poiché, qualora ce ne fossero degli altri da esso derivati, si eliminerebbero automaticamente,
5. Ridurre drasticamente il **numero di variabili** in gioco (palla ferma, in movimento, in velocità, distanza del tiro, ... ;

TECNICHE DI CORREZIONE_(2/2)

6. Scegliere **correzioni appropriate, razionali e efficaci**, fornendo all'allievo rinforzi e incoraggiamenti che contribuiscono a stabilizzare le nozioni apprese e alla formazione della personalità (autostima);
7. Fornire **indicazioni brevi**, sincerandosi che l'allievo abbia compreso le cause che hanno generato il suo errore e, quindi, sia propenso a porvi rimedio;
8. Controllare scrupolosamente il **feedback dell'atleta**;
9. Far **ripetere più volte i movimenti** in modo estremamente controllato;
10. Evitare l'**eccessiva ricerca della perfezione**.

*«Ero sempre alla ricerca, da portiere,
della semplicità. E della perfezione, che
però, non ho trovato.»*

Dino Zoff

**Ci sono domande,
commenti, osservazioni, ...?**



STRUMENTI DI CORREZIONE

Tenendo presente che la conoscenza avviene attraverso i percettori:

- **visivo,**
- **uditivo,**
- **cinestetico**

gli strumenti utilizzati per correggere un errore possono essere:

- la **visione di un filmato** o la vista dell'esecuzione corretta, effettuata da un compagno o dell'allenatore,
- la **spiegazione** dell'azione, fornita con un'accurata descrizione verbale,
- la **ripetizione lenta di un gesto a occhi chiusi**, che permette una miglior la percezione del movimento.

TIPI DI CORREZIONE

La correzione può avvenire in modo:

DIRETTO (metodo deduttivo),

quando gli errori compiuti vengono mostrati e spiegati immediatamente **fornendo consigli e impartendo le istruzioni** necessarie alla modifica dell'esecuzione. Il **metodo deduttivo** dà una rilevanza estrema al ruolo dell'insegnante, le cui indicazioni non possono limitarsi ad evidenziare l'errore, ma devono trasformarsi in istruzioni motorie, decisive per la riuscita del gesto.

INDIRETTO (metodo induttivo),

se si utilizzano sistemi che stimolano l'atleta in modo tale da indurlo a modificare l'azione. Nel **metodo induttivo** l'insegnante non fornisce soluzioni, ma stimola l'allievo a sperimentare, conducendolo al gesto tecnico.

INCOLUMITÀ FISICA

L'**incolumità fisica** deve essere senza dubbio il primo motivo di preoccupazione per l'insegnante di questo particolare e rischioso ruolo(*).

Conseguentemente è opportuno che **il principiante venga guidato dall'istruttore** (insegnamento diretto) fino a quando non raggiunga un grado di abilità e sicurezza tali da evitare di incorrere in traumi e contusioni che potrebbero farlo recedere dall'intraprendere il ruolo.

Superata questa prima fase è, invece, importante che **il portiere prenda coscienza delle singole azioni, del loro corretto svolgimento e sia in grado di autocorreggersi**. L'insegnante dovrà modulare i suoi interventi indirizzando l'allievo verso le scelte corrette (insegnamento indiretto): lasciandogli la responsabilità dell'apprendimento il portiere aumenterà la propria autonomia critica e la conseguente autocorrezione diventerà una **dimensione permanente del processo di apprendimento**.

(*) *“Se ci pensi il portiere fa il contrario di quello che una persona normale in qualsiasi parte del mondo non fa. Non è che tu cammini per strada e ti butti per terra. O ti fai prendere a pallonate.” Mattia Perin*

ALLENAMENTO SITUAZIONALE (1/3)

Intervenire sulla correttezza del gesto non è sufficiente, perché il suo perfezionamento deve essere immesso all'interno delle dinamiche di gioco.

Le **abilità motorie** (“*come fare*”) devono essere legate in maniera indissolubile a quelle **cognitive** (“*cosa fare*”) e per questo motivo il lavoro analitico deve essere integrato con attente analisi del gioco, unico vero riferimento, con le sue situazioni sempre diverse, ma spesso anche simili.

Per consentire al giocatore di trovare una soluzione alle richieste del gioco è indispensabile la **pratica variata**, cioè l'esecuzione di più movimenti appartenenti a una stessa classe modificandone alcuni parametri, come la traiettoria e la velocità del pallone, la distanza e la posizione del tiro dalla porta, ma anche gli spazi, i tempi e il numero di giocatori coinvolti.

ALLENAMENTO SITUAZIONALE (2/3)



Antonello Brambilla, attualmente preparatore dei portieri del Watford FC. In 25 anni di carriera ha lavorato, tra le altre, per: Dinamo Bucarest, Palermo, Al-Nassr in Arabia Saudita, Al-Ahli in Qatar, Trapani, Sampdoria e Cagliari. Dopo aver lanciato Sirigu nel Palermo, valorizzando Cragno nel Cagliari si è meritato il titolo di miglior preparatore dei portieri della Serie A 2018/2019.

“Lo svolgimento di esercitazioni di gara deve rispettare alcune regole che innescano il «sistema specchio» ():*

- *svolgersi in uno spazio reale, con le sole componenti presenti in gara;*
- *sviluppare aspetti fisici corretti;*
- *avere un carico cognitivo;*
- *tener conto delle esperienze motorie possedute dal portiere”.*

() Negli anni 90' Giacomo Rizzolatti dell'Università di Parma spiegò come nella corteccia premotoria del nostro cervello alcuni neuroni - elementi fondamentali per la trasmissione di informazioni e della contrazione muscolare - si attivavano sia durante l'esecuzione di un compito motorio, sia osservando il medesimo, per questo vennero denominati "Neuroni Specchio".*

ALLENAMENTO SITUAZIONALE (3/3)

“Tutto ciò che s'interpone tra l'allenatore e il portiere e non c'è in partita (panche, paletti, plinti, reti elastiche, cerchi, coni, palline da tennis, da rugby ...) invalida la dicitura di situazionale ...”.

... nella realtà, NON si verifica:

“una successione tiro e presa, buttare via la palla per parare un immediato secondo tiro”;

“deviare una palla sopra la traversa o laterale in corner e aspettarsi un immediato secondo tiro”;

“dopo un'uscita alta e presa, gettare via palla a caso per rientrare in porta ed eseguire una seconda parata”.





Attilio De Mattia è nato a Trieste nel 1957. Allenatore UEFA B, ha maturato la sua esperienza come preparatore dei portieri per otto anni nei settori giovanili di Triestina e Udinese Calcio. È stato docente ai corsi CONI FIGC e collaboratore del Settore Giovanile e Scolastico della F.I.G.C. del F.V.G. delle cui rappresentative è stato preparatore dei portieri.

Ha partecipato, come docente, a stage in varie città italiane. È già autore del libro “Portiere? No Problem!” - Nuova Prhomos 2000 e co-autore di “Portiere: im ... para la tattica” - Nuova Prhomos 2018. Attualmente è responsabile dell'area portieri dell'ASD San Luigi Trieste.

I contenuti della presentazione sono liberamente tratti dal libro PORTIERE: SBAGLIANDO SI IM ... PARA scritto in collaborazione con Paolo De Mattia e Massimiliano Samsa e in fase di completamento.