

# DISPENSE SULLA DIDATTICA

## L'ISTRUTTORE FICT E LA DIDATTICA

di

Maurizio Consalvi  
Guida Fluviale Istruttore

### *L'Istruttore FICT e la Didattica*

Cominciamo col dire cos'è la didattica: essa può definirsi il metodo e le tecniche dell'insegnare.

Per cimentarsi in questo impegnativo compito pensiamo sia fondamentale avere delle nozioni sulla figura e sul ruolo dell'Istruttore, di psicologia dello sport, sulla comunicazione didattica.

Per l'Istruttore di canoa FICT la situazione didattica si esprime generalmente in un corso di canoa. Altre situazioni possono essere le lezioni individuali o su tema specifico.

Per ora non parleremo della filosofia con cui la FICT intende caratterizzare i propri corsi, ma cercheremo di tracciare gli aspetti del processo di apprendimento e cioè:

- Gli elementi che costituiscono la situazione didattica in un corso di canoa.
- Le motivazioni
- Locus of control
- Gratifiche e sollecitazioni
- Il Rinforzo
- Il Feedback
- Goal setting - Formulare obiettivi
- Burn out e Drop out
- La comunicazione didattica
- L'unicità didattica

### *Elementi di una situazione didattica*

Abbiamo detto che un corso di canoa è una situazione didattica. Elenchiamo ed analizziamo brevemente quali sono gli elementi che lo compongono e come sono rappresentabili.

Gli elementi sono:

- Allievi
- Istruttore
- Attività
- Atmosfera

### *L'Allievo*

L'allievo in un processo di insegnamento è l'elemento primario in funzione del quale si istituisce il rapporto didattico.

Le motivazioni più ricorrenti dell'allievo per la partecipazione ad un corso di canoa sono:

- spirito di avventura e divertimento
- benessere psico-fisico
- compagnia e partecipazione in un gruppo
- desiderio di apprendere abilità tecniche
- successo tecnico e sfida
- scoperta e verifica dei propri limiti
- malessere individuale

Tutti gli allievi hanno già una loro idea preconcepita, data dalla storia personale sull'apprendimento e sul ruolo dell'insegnante e, ad esclusione del fattore "malessere individuale", essi sono tendenzialmente ben predisposti verso l'istruttore che li accompagnerà in questo processo.

### *L'Istruttore*

L'istruttore ha il difficile compito di sovrintendere al processo di insegnamento, organizzarlo in un sistema razionale procedendo a decisioni pertinenti e finalizzate.

### *Come dovrebbe essere L'Istruttore*

#### *Prerequisiti*

Per essere istruttore 2 sono i prerequisiti essenziali:

#### Conoscenza e Atteggiamento

-conoscenza: deriva dall'acquisizione culturale, realizzata in genere con corsi di formazione, stages di aggiornamento e l'autodocumentazione, unita all'esperienza pratica. Questo insieme dà la qualità tecnica di base e la capacità di risposta adeguata alle esigenze di apprendimento degli allievi.

-atteggiamento: in psicologia si definisce empatia il modo di manifestare comprensione per il punto di vista, pensieri e sentimenti dell'altro mantenendo la consapevolezza della propria individualità e del proprio ruolo professionale. Tale abilità permette di sviluppare tra allievo ed istruttore un rapporto di reciproca fiducia.

#### Il saper insegnare

L'istruttore deve essere consapevole e responsabile del fatto che il suo ruolo implica sempre la funzione di insegnante ed in questa direzione dovrà possedere delle abilità tipicamente pedagogiche e cioè:

- saper comunicare, cioè entrare in relazione con gli allievi fornendo le istruzioni e le indicazioni più adatte
- saper motivare, cioè mantenere costante l'impegno degli allievi all'apprendimento
- saper osservare, cioè analizzare ed interpretare i bisogni degli allievi in modo pertinente agli obiettivi del corso
- saper programmare, cioè saper selezionare gli obiettivi e costruire situazioni che facilitino l'apprendimento

Oltre ad intrattenere un rapporto emotivo e comunicativo con i propri allievi è in costante iterazione con altri soggetti: Federazione, Dirigenti, colleghi, canoisti, e deve saper gestire in modo competente anche questi rapporti comunicativi.

#### Quali sono le attività

Tre sono le attività portanti in un corso di canoa

- lezione teorica
- la pratica
- obiettivi

tali attività non possono procedere in modo disordinato e casuale né possono essere fini a sé stesse ma devono essere tarate ed offerte con coerenza ed efficacia rispetto a degli obiettivi.

E' quindi fondamentale quando proponiamo un corso e durante il suo svolgimento porsi degli obiettivi che inizialmente devono essere fissati e che però possono mutare ed adattarsi alla situazione e agli allievi con cui ci confrontiamo.

In questi casi dovremo apportare gli opportuni correttivi senza trasmettere agli allievi sensazioni di frustrazioni o eccessivo entusiasmo a seconda che il correttivo sia riduttivo o estensivo rispetto all'obiettivo originario.

*Gli obiettivi dell'Istruttore FICT*

- Trasmettere e far acquisire le conoscenze tecniche
- Trasmettere e far acquisire la cultura della canoa in sicurezza
- Trasmettere e far acquisire la filosofia turistica dell'andare in canoa
- Coinvolgere e appassionare gli allievi

Cosa occorre per raggiungere gli obiettivi

- Creare la giusta atmosfera
- Le motivazioni

La giusta atmosfera

Per quanto tecnicamente bravo un istruttore difficilmente avrà successo se non sarà in grado di creare un'atmosfera altamente motivante nel procedere del suo corso.

L'atmosfera dovrebbe essere tale da:

- incoraggiare ad essere attivi
- favorire la natura personale dell'apprendimento
- riconoscere e tollerare l'errore
- incoraggiare la fiducia in sé
- rispetto ed accettazione
- scoperta ed elaborazione individuale

*Le Motivazioni dell'Istruttore e dell'Allievo*

Lo studio delle motivazioni nello sport ha fatto negli ultimi tempi ulteriori passi avanti nell'individuazione dei fattori che spiegano da un punto di vista individuale e culturale la persistenza nell'impegno sportivo che spesso vuole dire anche fatica, stress, frustrazione, rinunce.

In genere le motivazioni dell'istruttore sono:

- gratificazione del compito (piacere per ciò che si insegna)
- successo personale (prestigio o denaro)
- orientamento al gruppo (socialità e buona interazione con altre persone)

Se pensiamo al ruolo dell'istruttore sportivo possiamo indicare almeno due atteggiamenti o aree di fattori motivanti che ci aiutano nella nostra riflessione.

- atteggiamenti che esprimono la volontà di lavorare in una prospettiva pedagogico-educativa, con obiettivi fortemente correlati allo sviluppo negli allievi di competenze psicologiche e relazionali;
- atteggiamenti che esprimono valori prettamente tecnici e quindi correlati a modelli didattici di tipo addestrativo finalizzati all'apprendimento e all'affinamento prestazionale e motorio. Questa distinzione volutamente schematica è utile come esempio per sottolineare quanto sia importante il modello di riferimento culturale e scientifico dell'istruttore nel determinare con l'allievo una più o meno efficace comunicazione. Non dobbiamo infatti trascurare nella nostra valutazione il peso che in questo processo relazionale hanno i fattori di coerenza e corrispondenza (non omologazione) tra i reciproci campi motivazionali. È fondamentale insomma riuscire a parlare, anche in termini affettivi e emotivi, "lo stesso linguaggio".

Considerando le indicazioni di molti studiosi della motivazione sportiva ci rendiamo conto che vi è una forte integrazione tra un'area che potremmo definire ludico-sociale e quella estetico-prestazionale, quindi tra elementi che possono generare contrasti e conflitti sia individuali che di gruppo.

Non è infatti così scontato trovare una soluzione a queste spinte parallele, anzi l'esperienza ci dice delle difficoltà di far coesistere e sviluppare queste due aree motivazionali qualora non siano inserite in un progetto che dia significato e valore a entrambe.

Nel nostro contesto significa realizzare una simbiosi tra abilità tecniche personali e ruolo ed equilibrio nell'ambito del gruppo di appartenenza.

#### - Capire la motivazione

L'allievo inteso come unità psico-somatica deve coinvolgere ambedue le sfere contemporaneamente, per poter avere una esaltazione di quei fenomeni relativi alla prestazione, anticipando così l'insorgenza dei sintomi veri e propri della sfiducia, della noia e della fatica.

Questo non è un'esclusiva del solo meccanismo fisiologico di natura biochimica, oppure legato a fattori tipo l'età, la costituzione fisica, il sesso, o l'esercizio, dobbiamo tenere in grande considerazione altri fattori che svolgono un ruolo ancora più determinante, come: il profilo della personalità, l'estrazione sociale, la monotonia, la noia e le motivazioni ed ancora la combinazione di questi fattori tra loro.

Ci soffermiamo ora su Monotonia e Noia, che sono strettamente correlate.

La monotonia: molto spesso gli istruttori rischiano inconsapevolmente di far scadere le sessioni dei corsi di canoa per mezzo di ripetizioni stereotipate, che producono negli allievi l'effetto della noia che prende spazio all'interno dell'individuo per mancanza di soddisfazione verso un'attività che rimane estranea alla propria realizzazione.

Senza dubbio la motivazione è un fenomeno molto complesso, ci risulta spesso difficile capirne l'incidenza su un tipo di comportamento piuttosto che un altro.

Resta logico pensare che una persona più è spinta ad imparare una particolare attività, più vi si eserciterà, è altrettanto vero che l'eccessiva sollecitazione può stancare e provocare rifiuto e abbandono.

Potremmo dire che noia e monotonia affrettano l'insorgere della fatica psico-fisica e della stanchezza; diminuiscono il livello di attenzione e quindi la motivazione e voglia di proseguire nei confronti della situazione proposta e/o richiesta.

Andiamo ora ad analizzare in concreto la motivazione.

Una forte motivazione è strettamente correlata ad una forte monoidea, che si traduce in grande volontà nella ricerca del raggiungimento di un obiettivo che possa appagare dei nostri bisogni.

Riportiamo qualche definizione che studiosi hanno espresso sul concetto di motivazione:

Secondo *Salvini* "per motivazione si indica in psicologia l'agente fisiologico, emotivo e cognitivo che organizza il comportamento individuale verso uno scopo."

Secondo *Singer* la motivazione "influisce su ciò che facciamo, (quando vi è la possibilità di scelta) su quanto tempo ci mettiamo e su come lo facciamo".

*Thomas* riporta le motivazioni a quattro desideri fondamentali:

- 1) il desiderio di sicurezza
- 2) il desiderio di ottenere il riconoscimento delle proprie qualità
- 3) il desiderio di ricevere risposte adeguate da parte dei propri simili
- 4) il desiderio di nuove esperienze.

La gerarchia dei bisogni di *Maslow* riporta le motivazioni a bisogni fondamentali distinguendoli in:

- Autorealizzazione ( metabisogni, qualità spirituali, giustizia, bontà, bellezza)
- Bisogni di Base :
  - 1) bisogni fisiologici ( cibo, acqua, ecc. )
  - 2) bisogni di sicurezza ( protezione, mancanza di pericolo)
  - 3) bisogni di amore e di appartenenza ( accettazione , essere apprezzati, affiliazione )
  - 4) bisogni di stima (autoapprezzamento, successo )

Secondo *Singer* si possono classificare i motivi per cui le persone fanno ciò che fanno in:

- 1) motivazione intrinseca ( gusto di fare una cosa, far progredire e mettere a frutto certe capacità)
- 2) motivazione estrinseca ( trarre vantaggi materiali, apprezzamenti e ricompense).

Questi ultimi due punti li troviamo quasi sempre in chi si affaccia nel mondo della canoa turistica.

Entrambi i tipi di motivazione, insieme o indipendentemente, determinano il comportamento.

### Quale motivazione ? Elenchiamo le motivazioni

Si possono ora esaminare alcuni temi da tenere in considerazione per arrivare ad ottimizzare la motivazione.

Sempre più spesso siamo in presenza di un'accelerazione del processo di apprendimento e di obiettivi ambiziosi da raggiungere in breve tempo.

Senza entrare in merito all'opportunità o meno dell'avviamento di allievi in attività fluviali che in breve tempo si cimentano su difficoltà medio-alte ma restando nell'ambito della motivazione, ad averla indotta e canalizzata a volte tramite una specializzazione eccessiva, porta in molti soggetti ad un abbandono precoce. (Burn-Out)

Bisogna prestare particolare attenzione a questi aspetti se vogliamo evitare l'Effetto Delusione.

Promettere risultati troppo lusinghieri; sminuire eccessivamente le difficoltà o i miglioramenti; proporre prematuramente un passaggio difficile; non educare alla "coscienza della rinuncia".

Sono fattori questi che producono, come conseguenza spesso irreversibile, la Delusione e di conseguenza l'Abbandono precoce.

Proviamo ora ad elencare alcuni tipi di motivazioni che normalmente vengono messe in gioco nella pratica sportiva, qual è e resta alla base la canoa fluviale turistica:

- 1) Interpretazione intellettualistica: motivazione come tendenza determinante della personalità
- 2) Biologica: identificata con il bisogno che attiva il comportamento
- 3) Istintiva: ciò che è innato è modificato dall'abitudine appresa
- 4) Pulsionale: psicoanalitica, da cercare nell'inconscio
- 5) Antropologica: dipende dalla matrice culturale in cui vive l'individuo
- 6) Sociologica: l'individuo ha la necessità di sentirsi in armonia con il gruppo in cui vive e di valorizzarsi
- 7) Umanistico-esistenziale: differenza tra bisogni e motivazioni. Le motivazioni appartengono alla sfera dei valori e degli ideali.

### Motivazioni omeostatiche

La motivazione, alla base del comportamento dell'individuo, può essere letta come tendente allo stabilimento o ristabilimento di un equilibrio. Tra queste troviamo:

- Motivi fisiologici e bisogni.
- Meccanismo della privazione

### Motivazioni antiomeostatiche

La motivazione è rivolta alla continua rottura degli equilibri preesistenti, come:

- Bisogno di stimolazione
- Motivazioni esplorative

Hanno come oggetto il mondo delle cose concrete, il mondo sociale, il mondo ideale.

### Motivazioni primarie

Si riferiscono alla sfera *biopsichica* (bisogno dell'uomo di fare del movimento)

*Cognitiva* (bisogno di conoscere)

*Emotiva* (pulsioni interne)

### Motivazioni secondarie

Si riferiscono alla sfera psico-sociale, culturale, socioeconomica.

*Capire le motivazioni dell'agonismo, anche in senso "Turistico"*

Anche qui possiamo suddividerle in

### Motivazioni primarie

Sono rappresentate dal gioco e dall'agonismo. Il gioco serve ad incuriosire l'allievo, ovvero offrire la possibilità di soddisfare il bisogno di movimento, di immaginazione, di creatività, di affermazione e socialità.

A tale proposito la psicologia dello sport ha svolto ricerche sulla natura psicodinamica, cognitiva e sociale del gioco, in questo campo deve essere ricercata la molla del piacere del gioco.

L'agonismo è la "manifestazione matura, costruttiva e creativa dell'aggressività".

In senso turistico possiamo affermare che l'agonismo "si esprime con la determinazione e la voglia di raggiungere l'obiettivo che ci si è posti, entrando in sana competizione con i migliori (emulazione, obiettivo da raggiungere), che mettono a disposizione degli altri la loro conoscenza ed esperienza".

La strada che porta dall'aggressività "all'agonismo turistico" è attraversata da meccanismi intrapsichici che sono:

- 1) La rimozione: respingere nell'inconscio ciò che non è accettabile.
- 2) La sublimazione: trasformare l'impulso aggressivo in una azione socialmente accettabile e accettata (essere disponibili e solidali, creare un'atmosfera positiva di crescita)
- 3) La ritualizzazione: vivere l'aggressività all'interno di una situazione controllata (gruppo).
- 4) L'inibizione per identificazione: trasformare l'impulso aggressivo verso forme di condotta reattiva (protezione, affetto, gioco.....)

A livello agonistico i soggetti mettono in campo una grossa fetta della loro aggressività, è importante che esso rimanga entro canoni socializzanti e di sublimazione degli istinti aggressivi, rispettando le regole della ritualizzazione sportiva (convincimento, determinazione, grinta).

Dobbiamo comunque riconoscere che gioco e agonismo rivestono un passaggio fondamentale nello sviluppo dell'allievo, anche se in prospettiva dinamica abbiamo variazioni legate a seconda dell'età, del sesso, della personalità, della situazione, ecc.

L'agonismo in genere sorge dopo, rispetto alla funzione ludica e molto spesso viene influenzato più da modelli sociali esterni che per bisogni istintuali.

### Motivazioni secondarie

che si riferiscono alla sfera psico-sociale, culturale e socioeconomica, e sono:

Motivazione al successo: ricerca di affermazione personale e sociale, affermare valori che gli altri apprezzano, stimano, desiderano, protagonismo sportivo, supporto dei "mass media" e di internet.

Nel 1953 McClelland dimostra stretti legami di correlazione tra motivazione al successo e rendimento, la spiegazione è il collegamento ai processi di autostima, derivati da esperienze positive di realizzazione e successo.

Questo tipo di reazione genera un circolo virtuoso



Abbiamo anche una reazione circolare diversa relativa a chi non ha sperimentato situazioni di successo e, quindi, non è portato ad avere "aspirazioni al successo":



A questo punto il ruolo pedagogico dell'istruttore è di fondamentale importanza, per evitare l'insorgere di reazioni negative nei confronti dell'allievo, cercando di non esporlo ad una serie di insuccessi che portano inevitabilmente ad una compromissione dell'attività motivazionale.

Nei corsi l'istruttore deve evitare accuratamente la noia e la monotonia, cambiando e modificando gli scenari delle esperienze didattiche, per renderle più motivanti e stimolanti.

Bisogno di affiliazione: a livello psicologico il periodo adolescenziale è quello della massima spinta ad appartenere ad un gruppo, le motivazioni possono essere ricercate in: assicurazione, accettazione, essere stimato. Questo serve al ragazzo per bilanciare insicurezze personali, atteggiamenti di impegno, abnegazione, cooperazione.

E' importante riflettere sulle esperienze di socializzazione ricche di significato quali le scuole di canoa e l'attività nei gruppi. Esperienze ampiamente da rivalutare in una società giovanile basata sulla dipendenza da tv e video-game.

Una volta inserito in un gruppo il giovane entra nella cosiddetta "socializzazione secondaria" ovvero interiorizzazione dei valori dell'attività sportiva, tendendo ad assimilare lo schema ideologico (norme+mete+valori) del proprio gruppo di riferimento, divenendone parte attiva.

Nel periodo dai 10 ai 16 anni l'appartenenza ad un gruppo rappresenta una delle motivazioni allo sport più importanti, sia nello sport di squadra che nello sport individuale.

Nella canoa fluviale possiamo parlare di sport individuale, praticato con l'ausilio, il supporto e la complicità del gruppo-squadra.

Gli esercizi ripetuti ed insistiti raramente sono "automotivanti" nei giovani ma vengono realizzati più facilmente se svolti con la complicità del gruppo.

Motivazione estetica: il bisogno del raggiungimento di forme ritenute "armoniche belle e al tempo stesso efficaci" (pensiamo allo slalom o al playboating).

Lo spettacolo sportivo richiede oltre alle strategie anche la parte estetica sia per chi lo pratica che per chi l'osserva, (l'azione ben coordinata, un gesto tecnico ben eseguito, ecc.) Questo nel nostro contesto assume un'importanza rilevante.

Motivazione compensativa: nella fase evolutiva è di estrema importanza, può diventare "patologica" dopo la fase adolescenziale.

Lo sport può servire come meccanismo di difesa nel nascondere o superare sentimenti di inferiorità (a livello fisico o psichico) nell'espressione di desideri infantili di tipo affermativo di aggressività latente, desiderio di potenza, dovuta ad un carico di frustrazioni non elaborate.

Questi tipi di scompensi della personalità vanno osservati con attenzione e superati con opportuni orientamenti. Aspetti questi ultimi che si ritrovano piuttosto frequentemente in soggetti in età evolutiva.

## Motivazione intrinseca ed estrinseca

Altro aspetto importante da analizzare è la spinta motivazionale che porta l'allievo e l'istruttore a muoversi in una specifica direzione:

Motivazione Intrinseca: solitamente la molla che muove questo tipo di motivazione è collegata al fare qualcosa solo per il gusto di farla, per migliorare e progredire le proprie capacità, o per sfruttarle al meglio (ricerca di autostima - verifica delle proprie capacità).

Forte stimolazione verso comportamenti competenti e autodeterminati nei confronti dell'ambiente circostante.

Motivazione Estrinseca: principalmente ricerca di un migliore status sociale, in questa situazione abbiamo un impegno verso una attività da cui trarre vantaggi materiali, ricompense o apprezzamenti di amici, colleghi, familiari.

Dobbiamo considerare che a volte nella motivazione estrinseca avviene una pressione notevole da parte dell'adulto nei confronti del comportamento spontaneo del bambino o ragazzo, utilizzando ricompense o punizioni.

Pensiamo, ad esempio, al genitore che in modo più o meno conscio imponga al figlio di fare un corso di canoa, incoraggiandolo attraverso piccoli ricatti o motivandolo con ricompense da lui ambite.

In casi di questo tipo l'istruttore può cercare di liberare il bambino da questa induzione motivazionale esterna, questo nella ricerca di una dimensione ludica e soprattutto di una scelta spontanea, per evitare di esaurire precocemente la spinta motivazionale, riconducendo l'allievo verso la motivazione intrinseca, ovvero una motivazione spontanea del soggetto che possa sostenere nel tempo la costanza di una scelta motivata.

Vediamo ora dettagliatamente questa spinta interna e da cosa deve essere originata.

In particolare dobbiamo sentire e avere il controllo di noi stessi, dobbiamo essere realistici in senso ottimistico.

Secondo *Singer* le persone che rivelano un forte bisogno di riuscire hanno la tendenza a:

- 1) Prefiggersi scopi alti, specifici e raggiungibili.
- 2) Predisporre piani o programmi personali che saranno osservati per facilitare la realizzazione di quegli scopi.
- 3) Controllare continuamente i loro progressi e se sono fuori rotta, a rettificare o modificare scopi, programmi, o gli uni e gli altri.
- 4) Pensare tenendo i piedi per terra.
- 5) Tener conto dei fattori personali che potrebbero essere la causa dei risultati desiderati, come l'impegno e la fortuna.
- 6) Valutare con imparzialità ciò che hanno fatto e cercare di migliorare i loro tentativi anziché prendersela con gli altri o con le circostanze.

Senza dubbio un impegno di questo tipo giova all'autocompiacimento e alla soddisfazione di partecipare a un certo tipo di attività.

Con l'impegno personale è sicuramente più facile ottenere risultati nei miglioramenti delle proprie capacità. Contare al contrario sulle ricompense finisce per dare risultati di portata limitata.

E' anche vero che spesso questo tipo di sistema influisce fortemente sul nostro comportamento.

A parte le cause legate a fattori culturali, dei programmi educativi e dei sistemi di ricompensa potremmo dire che le attività motorie potrebbero essere:

- 1) Valutate in maniera positiva in prima persona.
- 2) Apprezzate da altre persone legate al bambino

### 3) Soddisfacenti, impegnative e divertenti.

*Singer* sostiene che se mettiamo insieme queste tre considerazioni, unite ai sei fattori esposti in precedenza ci sono ottime possibilità per avere una attività soddisfacente e ben riuscita.

### *Locus of control*

Durante l'insegnamento è necessario fermarsi e fare il punto della situazione, analizzare cosa bisogna correggere o integrare, dove si deve intervenire.

Vediamo di cosa si tratta. Facendo un piccolo passo indietro riprendiamo il discorso sulle attribuzioni relative ai motivi principali delle prestazioni:

- 1) L'abilità
- 2) L'impegno
- 3) La fortuna
- 4) La difficoltà che l'attività presenta

Possiamo vedere che i primi due sono interni e personali, mentre i secondi sono esterni al soggetto. Possono essere di casualità o di controllabilità.

L'attribuzione di un successo a cause interne incrementa l'autostima e l'interesse intrinseco verso quell'attività.

Viceversa, l'attribuzione di un insuccesso a cause interne può influenzare negativamente la fiducia verso sé, e favorire una riduzione volontaria del coinvolgimento per quel compito.

Un fattore limitante delle potenzialità è, secondo *Weiner*, la sensazione di avere "qualità modeste".

Gli istruttori potrebbero sensibilizzare gli allievi a valutare in caso di sconfitta l'imputazione alla mancanza di impegno piuttosto che prendersela con la sfortuna.

Cercare di far capire agli allievi che loro stessi possono influire sui risultati (attribuzioni interne) e ottenerne di migliori aumentando l'impegno durante le lezioni, oppure curando meglio l'aspetto tecnico, fisico o di preparazione mentale.

### *Gratifiche o sollecitazioni*

Ora prendiamo in considerazione il discorso legato alle gratifiche o le sollecitazioni che vengono date dopo una determinata azione, atte a dare un certo tipo di informazione al soggetto, su come doveva essere svolta l'azione, in positivo o negativo:

- 1) Le gratifiche possono essere incentivi a partecipare ad uscite ambite o ad esercitarsi con tecniche differenti o ritenute premianti.
- 2) Le gratifiche possono plasmare i comportamenti in una determinata direzione.

Potremo però fare anche un altro tipo di considerazione:

- 1) Fino a che punto le gratifiche vengono interpretate come tali da chi le riceve.
- 2) Fino a che punto ci si fa assegnamento per l'interesse e per la perseveranza in una data attività.

Abbiamo una grande variabilità in base al soggetto a cui viene data la gratifica, lo stesso premio non per tutti i soggetti può avere lo stesso valore di stimolo.

Dovremmo quindi fare attenzione ed effettuare una analisi per verificare il valore potenziale che potrà avere per ogni allievo.

Nei corsi collettivi grande attenzione va posta nel dare delle gratifiche ad alcuni e non darle ad altri, ricordandoci che anche chi non viene premiato può essere al massimo delle possibilità in quel momento.

E' importante l'utilizzo dell'incoraggiamento verbale agli allievi facendo sentire loro la vicinanza e la comprensione del proprio istruttore. Esso resta lo strumento motivazionale migliore.

Un suggerimento potrebbe essere quello di stimolare i seguenti incoraggiamenti:

- 1) L'intima tendenza a partecipare ad attività fisiche.
- 2) La comprensione del valore di queste esperienze.
- 3) La continua ricerca per migliorare se stessi, per essere autosufficienti, per realizzare se stessi.
- 4) Le sfide in grado di contribuire alla realizzazione di potenziali mezzi di espressione, della destrezza, della conoscenza e del divertimento.

## *Il Rinforzo*

E' una azione che serve ad aumentare le possibilità di riuscita di un certo tipo di comportamento.

*Burrhus Fedric Skinner* dimostrò che i rinforzi servono come informazione al nostro organismo in merito alla appropriatezza del suo comportamento.

I rinforzi positivi sono utili al soggetto nella formazione del suo comportamento, questo intento sta dietro l'utilizzo di gratifiche.

Vediamo ora l'aspetto "punitivo", che è uno stimolo aversivo che ha come scopo l'eliminazione di un certo tipo di risposta.

Troppo spesso l'allievo viene sollecitato o ripreso per dire quello che non deve fare, e non quello che si deve fare.

Bisognerebbe fare molta attenzione all'utilizzo del "non", un pensiero sicuramente più costruttivo è, ci ripetiamo, quello di dire cosa si deve fare.

Da preferire, quindi, il rinforzo di carattere positivo, che può produrre un tipo di condizionamento che possa dare autonomia al soggetto senza dover far ricorso a rinforzi esterni.

Possiamo prendere in considerazione come istruttori che le cose che diciamo, o che facciamo nei confronti degli allievi dopo una loro prestazione possono essere rinforzanti, stimolanti, oppure informative, in pratica possono fornire agli allievi il feedback necessario in relazione alla prestazione.

## *Il Feedback*

Il feedback è quel processo di apprendimento in cui ogni persona ripercorre e riesamina interiormente le informazioni e gli input ricevuti dall'esterno.

E' di fondamentale importanza nella funzione di apprendimento.

Il feedback avviene per mezzo dei sensi e questa informazione può arrivare durante oppure dopo il corso, ma anche durante e dopo, nella ricerca di adeguatezza di quella determinata azione.

E' necessario che ci sia nelle prime fasi di apprendimento. Senza feedback non si può avere apprendimento; è anche vero che a volte il feedback non risponde alle esigenze degli allievi o l'allievo non se ne serve.

In questo caso si dovrà ricorrere al feedback supplementare.

In pratica è una informazione esterna fornita da una persona o da un oggetto all'allievo e dovrà servire come conoscenza dei risultati, inoltre potrà essere anche rinforzante e motivante.

Il sinonimo di feedback è: la conoscenza dei risultati. Una informazione autogenerata dall'allievo in merito alla propria prestazione ed ai risultati ottenuti.

A livello di informazione dovremmo prendere in considerazione quella relativa alla conoscenza della prestazione: tecniche, esecuzione, capacità, forma, e altri fattori che concorrono, nel nostro caso, alla buona riuscita di un fondamentale o alla discesa di una rapida,

Questi due tipi di informazione: conoscenza dei risultati e conoscenza della prestazione possono essere date simultaneamente " nel corso dell'attività" o alla fine.

Molto importante il mezzo di comunicare queste informazioni che potrà essere: visivo, uditivo, o di altra natura ( da consigliare anche l'utilizzo del video-tape per far rivedere le azioni agli allievi o fornire gli dispense agli allievi: modello di feedback supplementare).

Se l'applicazione del feedback viene scelta alla fine dell'azione, può essere fornito immediatamente o un po' più tardi, può essere infine molto preciso o molto vago.

Su alcuni testi vari autori forniscono alcuni tipi di alternative:

- 1) fare una analisi del compito e stabilire la necessità o le possibilità del feedback nel corso dell'attività, o del feedback finale, ovvero di entrambi.
- 2) Che il mezzo di comunicazione sia condizionato da ciò che è disponibile, dall'utilità e dalle preferenze dell'allievo.
- 3) Che il feedback finale sia quanto più immediato possibile.
- 4) Che il feedback sia specifico quanto basta affinché l'allievo sia in grado di adoperarlo.

## *Il Goal setting*

La traduzione di goal-setting è: formulare degli obiettivi. E' di fondamentale importanza nell'orientamento dell'allievo, altrettanto importante è classificarli a breve, medio, lungo termine (fiumi di diversa difficoltà-tecniche differenti applicabili in uno stesso contesto - progettare un'uscita di fine corso).

L'obiettivo può avere la funzione di punto di riferimento per controllare la prestazione attuale con quella desiderata.

In questo senso molti autori hanno scritto una sorta di decalogo. Riassumiamo il pensiero di: ( *Tubbs* 1986 - *Burton* 1992 - *Magill* 1993 - *Martens e Bump* 1988 - *Weinberg* 1992/1994 ).

- 1) Obiettivi specifici regolano l'azione in modo più preciso di obiettivi generali.
- 2) In relazione a obiettivi quantitativi specifici, più elevato è l'obiettivo, migliore sarà la prestazione, fermo restando un livello adeguato di abilità e di impegno.
- 3) Obiettivi specifici e difficili miglioreranno maggiormente la prestazione, rispetto ad obiettivi del tipo "fai del tuo meglio" o non avere obiettivi.
- 4) La formulazione di obiettivi a breve termine e a lungo termine migliora maggiormente la prestazione, rispetto alla sola formulazione di obiettivi a breve termine.
- 5) Gli obiettivi agiscono sulla prestazione guidando l'attività, mobilizzando l'impegno, aumentando la persistenza e motivando alla ricerca di strategie appropriate al compito.
- 6) La definizione degli obiettivi è efficace solo in presenza di feedback che evidenzino i progressi compiuti nella direzione del raggiungimento degli obiettivi.

7) Obiettivi difficili richiedono un notevole impegno che determina prestazioni migliori, chiaramente mantenendoli entro limiti ragionevoli e realistici (diventare istruttore -guida - fiume impegnativo - imparare e migliorare l'esecuzione e l'uso di un fondamentale).

8) L'impegno può essere ottenuto chiedendo all'allievo di accettare l'obiettivo, mostrando sostegno, permettendo la partecipazione alla scelta degli obiettivi, degli incentivi e dei premi.

9) Il raggiungimento degli obiettivi è favorito dalla determinazione di un piano di azione o strategia, specialmente quando il compito è complesso o a lungo termine.

10) La sana competizione migliorerà la prestazione sino al grado in cui sarà necessario stabilire obiettivi più elevati e/o aumentare l'impegno.

Potremmo aggiungerne ancora due:

- Mettere in evidenza obiettivi di prestazione ( ad esempio, migliorare la tecnica esecutiva) piuttosto che di risultato (vincere una gara) più difficilmente controllabili.

- Controllo sistematico della valutazione degli obiettivi.

### *Il Burn-out e Drop-out*

Come anticipato in fase di presentazione delle varie motivazioni allo sport, vediamo cosa succede se la motivazione viene meno e subentra la demotivazione, sindrome chiamata Burn-out che letteralmente significa "bruciato" "esaurito".

Tradotto in pratica ci troviamo in presenza di un "esaurimento emotivo" (Maslach e Jackson 1981), ovvero una sensazione di totale mancanza di energia fisica e psichica, "depersonalizzazione" che arriva fino ad atteggiamenti ostili nei confronti delle persone del proprio ambiente ( istruttore, gruppo, ecc.).

Una ridotta realizzazione produce mancanza di autostima e di voglia di raggiungere i risultati prefissati: quindi sensazione di inadeguatezza.

Importante da considerare in questa fase di crescita dei ragazzi l'attenzione ai bisogni di soddisfazione, gratificazione, riconoscimento, sentirsi importanti, approvazione del gruppo.

Altrettanto importanti da evitare sono: la paura del fallimento, i cattivi rapporti nei confronti dell'istruttore, dei compagni, la pressione psicologica elevata, la noia, la frustrazione.

Il Drop-out si presenta negli allievi adolescenti in evoluzione fisico-tecnica (e a volte anche negli adulti), dopo un certo periodo di esercizi e uscite in fiume piuttosto lunghe e faticose, che decidano - a seguito di ciò - di interrompere il proprio impegno.

Vediamo più dettagliatamente i motivi che possono indurre all'abbandono precoce (Agosti, Baldo, Benzi et al. 1986)

1) crisi adolescenziali: il rapido cambiamento dei parametri fisici, e il mancato riconoscimento del proprio corpo, sono la conseguenza di una modifica anche nelle prestazioni e nelle relazioni.

2) difficoltà scolastiche: il binomio scuola-sport è un impegno che molti adolescenti non riescono a sopportare.

3) bisogno di esperienze: diverse e nuove nella ricerca di costruzione del proprio Io.

Da non sottovalutare anche:

a) monotonia del corso: noia e assenza di obiettivi validi e alternativi.

- b) l'ansia nella fase preagonistica: la mancanza di capacità a gestire le emozioni.
- c) integrazione nel gruppo: in generale lo sport favorisce l'individualità a scapito della coesione, prioritaria in questo periodo della crescita.
- d) rapporto con l'istruttore: personalmente la reputo una delle cause in percentuale più importanti. Il ragazzo spesso vede valenze genitoriali ottimali con il proprio istruttore e altrettanto spesso si sente "tradito", non capito, sente fortemente una mancanza di possibilità di crescita e di autonomia.

### Qualche considerazione sui giovani allievi

Quando ci troviamo di fronte al bambino-allievo di soli 9/10 anni è necessario pensare che in questi casi l'impegno dell'istruttore deve essere ricondotto a far scoprire al ragazzo la motivazione primaria e intrinseca, farlo incuriosire al piacere del gioco applicato alla canoa e al suo elemento naturale, cioè l'acqua.

Partendo dal gioco si arriverà ad elaborare un percorso di formazione relativo all'organizzazione del proprio Io.

Se nel ragazzo si struttureranno questi due tipi di motivazione avremo allievi che faranno una attività nata per il gusto di farla, per migliorare e progredire le proprie capacità e per sfruttarle al meglio.

### *La Comunicazione didattica*

Ci occupiamo ora, analizzandone le caratteristiche nell'intento di migliorarne la qualità, della comunicazione fra istruttore e allievo.

Viviamo nell'epoca delle comunicazioni in tempo reale, ed il plurale è d'obbligo perché, ad esempio, la comunicazione mediatica, che ha caratteristiche specifiche, sta sovrastando la comunicazione interpersonale diretta e la predominanza della prima sta influenzando in modo sempre più pregnante le modalità della seconda.

La comunicazione, ad ogni modo, è uno scambio cui nessuno può sottrarsi: non comunicare è impossibile - recita il primo assioma della comunicazione umana - il silenzio o il diniego della risposta contengono in ogni caso la comunicazione minima di non voler o poter comunicare .

La parola scambio non è stata usata casualmente: anche in un rapporto di tipo didattico, nel quale tradizionalmente il flusso direzionale è definito secondo un senso prevalente (da una parte l'erogatore di informazioni, dall'altra il destinatario), una quota di retroazione (feedback) è sempre presente ed ineliminabile, ed influenza i successivi bit di comunicazione, agendo come regolatore.

I successivi assiomi della comunicazione umana ci dicono poi che in ogni messaggio esiste un doppio livello di comunicazione - un primo riguardante i contenuti ed un secondo riguardante la relazione fra i comunicanti - e che il canale extraverbale è quello privilegiato per inviare messaggi su questo secondo livello.

In ogni tipo di insegnamento la padronanza della comunicazione è importante tanto quanto la conoscenza approfondita dell'argomento; è fondamentale quindi che l'istruttore sappia conoscere e controllare gli aspetti extraverbali del proprio stile comunicazionale così come deve essere in grado di riconoscere e interpretare i messaggi non verbali che riceve dall'allievo.

Anche gli aspetti formali del linguaggio hanno importanza quali possibili fattori di disturbo della trasmissione. Il tono, il timbro, l'accompagnamento gestuale concorrono a definire lo stile oratorio, che può oscillare fra i poli opposti della disinibizione e della compostezza. Anche la gestualità dell'istruttore di canoa ha la sua rilevanza. Essere dimostrativi nelle esecuzioni e nei comportamenti in acqua, aumenta la comunicazione didattica.

Importanti sono anche le scelte lessicali, ma solo per dedicare loro uno spazio riservato, dato che costituiscono elemento tutt'altro che secondario nel favorire l'approccio dell'ascolto.

Dunque, se è vero che volendo raggiungere un obiettivo primario ciò che conta per noi è "non fare un buco nell'acqua" questo non significa che si debba dedicare una cura distratta alla tecnica o ai materiali impiegati o prestare scarsa cura alla modalità di presentazione dei concetti stessi. Il nostro obiettivo primario è far sì che l'allievo riesca a compiere una discesa turistica con la maggiore soddisfazione possibile, la tecnica migliore acquisibile,

innestando una reazione positiva tra INPUT e FEEDBACK.

Nessun messaggio può essere captato se non è trasmesso sulla lunghezza d'onda del ricevente. Chi insegna non ha un mandato ecumenico ("Io parlo, e chi ha orecchi per intendere intenda"). I destinatari del suo messaggio sono persone ben definite, sono "quelle persone lì" ed è quindi indispensabile riconoscerne subito, o conoscerne al più presto, le caratteristiche specifiche, perché è l'emissione che deve sintonizzarsi sull'ascolto e non viceversa.

Quella particolare capacità di entrare spontaneamente sulla lunghezza d'onda dell'altro va sotto il nome di empatia, ed è in linea di massima una dote naturale poco suscettibile di trasmissione: chi ha la fortuna di esserne dotato dovrà porre attenzione esclusivamente al rischio di abusarne, per esempio tralasciando l'impegno nella padronanza dei contenuti, agli altri non resterà che supplire alla minore generosità della natura attraverso uno sforzo di applicazione.

Normalmente chi vuole imparare ad andare in canoa lo fa per motivi profondamente diversi, che vanno dalla semplice accondiscendenza verso qualcun altro che ha avuto quell'idea alla voglia di affermarsi in un campo qualsiasi, dal bisogno di socializzazione a quello dell'occupazione di un tempo libero diventato insoddisfacente; ed è fondamentale che chi ascolta non si senta tradito nelle proprie aspettative, prima di aver avuto il tempo di costruirsi delle nuove. Può apparire a prima vista impresa titanica quella di rispettare ed assecondare motivazioni spesso lontane; ma nell'attesa che queste si concilino fra loro, magari si può e si deve tener fede all'unico mandato che sicuramente non sarà disconosciuto da nessuno, non facendo mai scomparire dallo sfondo l'aspetto ludico, neppure nei momenti di maggior serietà dell'insegnamento.

Quando i nostri allievi sono dei ragazzi dobbiamo essere consapevoli di rivolgerci ad una popolazione adolescenziale più omogenea, dove le posizioni differenziate dei singoli saranno comunque sempre riconducibili alle tematiche proprie del periodo adolescenziale, in cui la più gran parte delle energie psichiche sono assorbite dal processo di costruzione dell'identità.

Una gamma più ampia e articolata è invece rappresentata dagli adulti che restano, per ora, il nostro maggiore bacino di allievi, dove le personalità che si incontrano sono formate e generalmente più forti e dove le richieste-esigenze tendenzialmente più mirate.

In questa sede può essere sufficiente ricordare che nessuna disciplina può essere insegnata proficuamente se l'allievo non si dispone favorevolmente all'apprendimento; e perché ciò possa avvenire avendo di fronte un gruppo è indispensabile tener presente, rispettare, saziare ma anche mantenere sotto controllo i due bisogni fondamentali che per l'adolescente possono ricondursi a:

- 1) far gruppo e appartenere ad un gruppo riconoscibile come diverso dai gruppi adulti,
- 2) successivamente quello di occupare all'interno di questo stesso gruppo una posizione personalizzata;

per l'adulto invece sono rappresentati da:

- 1) far gruppo e appartenere ad un gruppo riconoscibile ed affidabile:
- 2) occupare gradualmente una posizione personalizzata e ben individuabile all'interno del gruppo.

Prendendo in esame i fattori negativi che finalmente esulano dalla responsabilità diretta dell'istruttore. L'attenzione, presupposto fondamentale dell'apprendimento, è sì funzione prevalente della volontà, ma ciò non esclude che altri fattori condizionino il livello attentivo e, conseguentemente, influenzino ed interferiscano sull'assorbimento degli input didattici.

Il campo attentivo si definisce attraverso due direttrici che, incrociandosi fra loro, vanno dall'ampio al ristretto e dal dentro al fuori. Si possono individuare dunque quattro settori, l'esterno diffuso e l'esterno puntuale, l'interno diffuso e l'interno puntuale: in ognuno dei quattro può risiedere un fattore di disturbo alla funzione attentiva.

Mentre risulta intuitiva la possibilità di intervenire sui fattori esterni, appare decisamente più difficile cogliere l'aspetto interno del disturbo attentivo. Non credo comunque che si debba escludere a priori l'eventualità che un buon insegnante possa arrivare ad avere con ogni singolo allievo un rapporto di conoscenza tale da consentirgli di

individuare almeno l'esistenza, se non la natura, di elementi di disturbo interno all'attenzione, per poi offrirsi come aiuto per la loro eliminazione. E' vero che nell'ambito di un normale corso di canoa i tempi di frequentazione con l'allievo sono ridotti e questo non ci offre molte possibilità di intervento ma sicuramente abbiamo la possibilità di farlo.

L'attenzione a sua volta costituisce il sostegno fondamentale, anche se non l'unico, della memoria, intesa come capacità di immagazzinamento e conservazione delle nozioni ed esempi ricevuti. Quello cui vale la pena di accennare è che in ogni caso attenzione, memoria e concentrazione sono funzioni costantemente operanti a livelli basali minimi, ma attivabili rapidamente a comando al fine di un innalzamento rapido, i cui picchi sono comunque conservabili per periodi limitati; l'esaurimento dei potenziali di attivazione comporta sempre la necessità di un adeguata sospensione perché possano ricaricarsi e conseguentemente essere richiamati con successo.

### Considerazioni sulla comunicazione tra Istruttore e Allievi giovanissimi (6-12 anni)

La riflessione che andiamo a svolgere riguarda lo sport giovanile e la relazione istruttore - allievo entro la quale gli elementi in gioco sono davvero tanti e richiamano aspetti di natura psicoaffettiva, di identità, di ruolo.

Una relazione quindi particolarmente complessa che richiede all'adulto una attenzione globale riguardo alla comunicazione multisegnica che i ragazzi gli inviano: abbiamo a che fare con giovanissimi tra i 6 e i 12 anni, soggetti quindi che nell'attività ludico sportiva investono molto in termini evolutivi ed emozionali.

Nel valutare dunque questa specifica tipologia relazionale non possiamo, a maggior ragione considerando le caratteristiche dell'allievo, non tenere in grande rilievo alcuni aspetti fortemente condizionanti l'esito della comunicazione, e quindi la sua efficacia rispetto agli obiettivi prefissati.

In particolare penso a quegli elementi di maggiore rilevanza individuale che nella relazione possono ostacolare la comunicazione.

#### *Le aspettative*

Il punto di vista dell'istruttore/educatore riguardo a questo fattore è fondamentale nella produzione qualitativa della sua comunicazione con l'allievo: cosa si aspetta dalle proprie azioni?, quali saranno i frutti desiderati del suo impegno? sarà gratificato oppure deluso dalle risposte degli allievi (singoli e in gruppo)? Raggiungerà i propri obiettivi? Entriamo a pieno titolo nella cultura dell'istruttore, nel suo costruire cioè contesti di valori importanti nella didattica sportiva e per certi aspetti nel destino sportivo dei suoi giovani interlocutori. Per capirsi meglio basterebbe pensare, per esempio, ai messaggi che inviamo più o meno consapevolmente riguardo al raggiungimento dell'obiettivo che ci siamo posti.

E cosa si aspetta di realizzare invece un ragazzino che si impegna in una attività fortemente coinvolgente come quella sportiva?

Trova nel suo percorso sintonia e coerenza con le proprie speranze e desideri?

Si imbatte in esperienze che lo aiutano a superare timori, dubbi, incertezze, riceve dagli adulti indicazioni autorevoli?, insomma, entra in un processo relazionale adeguato al suo percorso evolutivo?

Sappiamo, per esempio, che uno dei fattori principali dell'abbandono sportivo riguarda esattamente la mancata integrazione tra fattori individuali e cultura sportiva, l'incoerenza tra la domanda e l'offerta, potremmo anche dire la difficoltà di comunicare tra istruttori e allievi.

E' appurato però che spesso la comunicazione nel contesto sportivo "arriva", cioè si realizza efficacemente e produce relazioni significative: quindi facilita un passaggio di informazioni e le successive elaborazioni. Il processo di comunicazione non equivale evidentemente a un meccanico passaggio di informazioni da una fonte a un ricevente, ma è il risultato di uno scambio tra due parti attive che appartengono al medesimo contesto: nel nostro caso l'istruttore comunica con l'allievo all'interno di un universo simbolico comune che è quello sportivo.

Questa enunciazione però di per sé non garantisce dell'efficacia della comunicazione che richiede per realizzarsi una condivisione più complessa dei significati, espliciti e impliciti, del comunicare.

\* Spunto da un articolo del Dr. Fulvio Carbone, psicologo e psicoterapeuta del Centro Toscano di Psicologia dello Sport

## *L'Unicità didattica*

E' fuor di dubbio che conviene mettere in discussione dei metodi che conosciamo e che in qualche modo ci rassicurano. Ci rassicurano nel senso che così sappiamo almeno di fare come fanno gli altri o, più semplicemente, di fare come "abbiamo sempre fatto".

E' noto anche che nessuno fa solo come fanno tutti. Ognuno adotta dei metodi presi dalla tradizione, ma intanto ha una filosofia del proprio lavoro che continua ad affinare con l'esperienza e le nuove conoscenze.

Tutto ciò è conveniente perché ci fa crescere. Senza evoluzione e nuove acquisizioni si perde molto e non si possono mettere a frutto tutte le potenzialità di cui si dispone.

Però neppure una filosofia che è solo la nostra ci è sempre chiara. Le nostre opinioni, anche quelle più certe e meditate, sono sempre condizionate da difese, arrangiamenti e circostanze che non sempre dipendono da noi e cambiano a seconda delle situazioni.

Quindi ci occorrono dei punti fissi che ci rassicurino e cioè consentano di incanalare creatività e impegno, altrimenti è difficile mantenersi coerenti e andare oltre ciò che conosciamo.

A questo servono gli stages di aggiornamento ed il confronto tra le differenti esperienze maturate sul campo dagli istruttori

In tal senso dovremo mirare a raggiungere una realtà di unicità didattica di massima, che dovrà trovare la migliore espressione nell'insegnamento della canoa turistica nelle scuole FICT.

Questo obiettivo è fortemente voluto dalla Accademia della Canoa di cui faccio parte, per dare un percorso metodologico responsabile ed uniforme a chi fornisce e a chi fruisce di questa attività nelle nostre scuole e nei nostri corsi.

Una tale situazione permette di attuare programmazione e verifiche nel corso degli annuali stage, promuovendo attraverso il confronto la ricerca di un costante miglioramento nell'insegnare il nostro meraviglioso sport.

E' infine importante e necessario sottolineare quanto sia delicata la responsabilità che ha l'istruttore nella sua attività e della necessità di un suo costante aggiornamento.

## *Letture consigliate:*

Psicologia per lo sport (V. Prunelli), edizioni Calzetti - Mariucci

Metodologia dell'insegnamento sportivo, (A. Madella - A. Cei - M. Londoni - N. Aquili), Divisione attività didattica CONI

**Maurizio Consalvi, Guida Fluviale Istruttore - Versione revisionata il 3/2/2003.**

