

La Dimensione ludica nel Tennis

The ludic Dimension in Tennis

Pompilio Cusano

Università degli Studi di Napoli "Parthenope"
pompiliocusano76@libero.it

Lorenzo Donini

Università degli Studi di Napoli "Parthenope"
lorenzo.donini@uniparthenope.it

Giuseppe Madonna

Università Telematica Pegaso
giuseppe.madonna@unipegaso.it

Abstract

La pratica sportiva del tennis consente agli atleti di poter partecipare ad una attività motoria in cui è presente la componente del gioco, ciò favorisce un atteggiamento costruttivo e positivo da parte dei praticanti. L'analisi metodologica della disciplina espone in chiave didatticamente costruttiva i concetti che appartengono ad una dimensione ludica, pienamente condivisa dai partecipanti, i quali vengono manifestati attraverso l'espressione del divertimento, dell'entusiasmo, della motivazione e dello spirito di collaborazione presenti in questa disciplina. L'analisi della motivazione che conduce all'agonismo ed agli obiettivi di apprendimento delle dinamiche che regolano i processi cognitivi evidenziano la connessione tra gioco e azione nel tennis, e ciò influisce nella didattica al fine di poter individuare, in maniera efficace, le attività da proporre agli allievi.

The sport of tennis allows athletes to be able to participate in a motor activity in which the component of the game is present, this favors a constructive and positive attitude on the part of the practitioners. The methodological analysis of the discipline exposes the concepts that belong to a playful dimension, fully shared by the participants, which are expressed through the expression of the fun, enthusiasm, motivation and spirit of collaboration present in this discipline. The analysis of motivation that leads to competition and the learning objectives of the dynamics that regulate cognitive processes underline the connection between play and action in tennis, and this influences teaching in order to effectively identify the activities to be proposed to the students.

Keywords

Tennis, Gioco, Metodologia, Apprendimento, Didattica.

Tennis, Game, Methodology, Learning, Teaching

Introduzione

La comprensione delle dinamiche del tennis permette ai giovani atleti di appassionarsi a questa disciplina. Le finalità che si intendono perseguire sono quelle di creare un clima di accettazione, accoglienza e interesse dell'ambiente tennis verso il giovane praticante che, per la prima volta, si avvicina a questo gioco e i fattori che spingono a proseguire questo sport. Il modo più corretto per suscitare nel bambino un atteggiamento di avvicinamento e un sentimento positivo nei confronti di questo sport è quello di soddisfare i bisogni fondamentali, tipici di una fascia di età che va dai 6 agli 8 anni: in primo luogo il gioco. È noto da diversi decenni che il rendimento sportivo di un soggetto è strettamente correlato con la sua motivazione, la qualità della relazione, la disponibilità attentiva e, naturalmente, con le sue capacità innate. Ecco quindi che tutte le attività che favoriscono la conoscenza, la comprensione e lo sviluppo di tecniche di coinvolgimento consentono di mettersi alla prova nell'utilizzo delle proprie capacità didattiche e relazionali con gli allievi. Non dimentichiamo inoltre che ai bambini sono offerte molte attività sportive (calcio, basket, danza, nuoto), che possono diventare concorrenti nella misura in cui il tennis non soddisfa i bisogni fondamentali del bambino. È importante che l'insegnante sia bravo a creare sempre nuovi giochi per mantenere alto l'interesse, l'attenzione e l'emozione dei bambini che li praticano. È opportuno coinvolgere i bambini (individualmente o meglio in squadre) nella ricerca di varianti di giochi proposti, per renderli attori protagonisti e creatori.

1. Gioco sport nel tennis

Il bambino entra in contatto con il mondo attraverso il movimento e cerca di conoscerlo, allo scopo di padroneggiarlo e modificarlo, in funzione dei suoi desideri. Il movimento è il mezzo per scoprire il mondo che c'è attorno a lui e, grazie ad esso, impara ad aggiustarsi e ad adattarsi, per manipolare e controllare tutto ciò che lo circonda. Ogni azione motoria finalizzata e ogni sua modificazione o cambiamento costituisce un elemento basilare per la costruzione del suo sviluppo intellettuale, tanto che il movimento costituisce una delle principali forme di espressione dell'intelligenza del bambino. Dal momento in cui il bambino diventa padrone dei suoi movimenti, consapevole delle proprie azioni e riesce a prefiggersi un obiettivo da conseguire, si può dire che la sua azione di movimento diventa gioco. Il gioco rappresenta una delle più importanti attività di un bambino, il quale trova nel gioco stesso la soddisfazione dei suoi bisogni fondamentali. Il gioco si fonda sul principio del piacere, dell'innovazione e della creazione: un bambino inizia a giocare e prosegue in una attività, fino a quando questa gli dà soddisfazione; dopo di che la abbandona. Il bambino che gioca a tennis desidera utilizzare la racchetta per mandare la palla dall'altra parte della rete, nella speranza che qualcuno possa inviargliela nuovamente. La funzione dell'insegnante sarà quella di assecondare i bisogni fondamentali del bambino, allo scopo di poter insegnare la tecnica, sempre sotto forma di gioco, modulando la proposta didattica nel rispetto dei bisogni e delle capacità motorie del bambino. A titolo esemplificativo, il bambino di 5/6 anni è fondamentalmente egocentrico e quindi desideroso di gratificazioni istantanee, vuole provare e sperimentare in prima persona ciò che gli è proposto, apprende per imitazione e presenta una capacità di concentrazione limitata nel tempo. Uno degli obiettivi prioritari che l'insegnante deve infondere nel bambino che si avvicina al tennis è, senza dubbio, l'entusiasmo per lo sport della racchetta. L'entusiasmo si esprime nella capacità del bambino di appassionarsi al tennis, di esprimere la sua voglia di stare in campo e di adottare un atteggiamento positivo verso l'attività. È importante offrire al bambino la possibilità di provare la sua capacità di colpire ed adattarsi dunque alle diverse traiettorie della palla che deve provare a colpire. Nel tentativo di controllare la palla con la racchetta, il bambino comincia a sperimentare la gioia del successo per un colpo riuscito, ma anche la delusione per due o tre palle mancate di seguito. L'entusiasmo scaturisce dalla scoperta delle emozioni positive e

negative che si sperimentano sul campo. Compito dell'insegnante sarà quello di programmare e suggerire i giochi più idonei al raggiungimento degli obiettivi prefissati.

2. Fattori partecipativi: Emulazione-Collaborazione

Nell'avvicinamento alla pratica del tennis per i bambini, è evidente che il metodo più efficace è quello dell'apprendimento per imitazione del modello di movimento presentato dall'insegnante. Ciò non significa che l'imitazione debba essere l'unico sistema da utilizzare. Infatti, è vero che l'imitazione è il mezzo più efficace ma, con i bambini, si possono utilizzare dei metodi centrati sulla libera esplorazione, sulla risoluzione di problemi e sull'incentivazione della creatività di ciascun allievo. Il bambino necessita di un esempio, un sostegno, un modello nel quale identificarsi, ovvero il suo istruttore, il quale dovrà fornirgli proposte didattiche sempre variate, allo scopo di mantenere l'interesse, la gioia e lo stupore, di cui il bambino è intrinsecamente portatore. L'insegnante deve essere in rapporto continuo e costante con i bambini e, pertanto, deve relazionarsi con un insieme di situazioni che cambiano in direzioni che non sempre l'insegnante riesce a guidare e controllare, a prescindere dalle sue buone intenzioni. Il primo strumento per organizzare efficacemente l'attività in campo è la regola. La regola nel gioco (diversamente che nello sport) nasce inizialmente per coordinare l'attività dei giocatori, ma si evolve e si adatta in funzione delle specifiche esigenze, rispondendo di volta in volta ai bisogni contingenti dei bambini. Come è già stato evidenziato, il bisogno di piacere e divertimento costituiscono le motivazioni principali all'attività ludica, ma necessitano di essere supportati dalle regole che mantengono alto l'interesse per il risultato e la prosecuzione nel tempo dell'attività. È attraverso la contrattazione della regola che il bambino scopre la necessità di superare la sua posizione egocentrica, per poter tener conto delle esigenze degli altri e, in tal modo, superare lo stadio dell'egocentrismo infantile e avviarsi verso un atteggiamento collaborativo, indispensabile allo svolgimento di uno sport di situazione come il tennis. Il gioco del tennis, tra i 5 e i 6 anni, si configura per l'allievo come una sfida fisica, cognitiva ed emozionale molto interessante, che il soggetto si trova ad affrontare nel suo percorso di crescita. La sfida del contesto tennis per l'allievo è rappresentato dal confronto costante con i propri coetanei, rispetto a un compito motorio assegnato. Per alcuni allievi il semplice fatto di dover svolgere la loro attività di fronte agli altri è fonte di preoccupazione e stress. Infatti, il dover mostrare le proprie capacità o incapacità rispetto a un dato compito costituiscono per molti una situazione emotivamente molto coinvolgente e sta alla sensibilità dell'insegnante gestire in modo ottimale questa situazione, per evitare soprattutto che i più timidi si sentano sovraccaricati dalla situazione emotiva e, pertanto, rinuncino prima di cominciare bambino verso la pratica di un'attività. Abbiamo già detto dell'importanza del fattore gioco - motivazione: gioco-agonismo. La motivazione è la molla, il motore che spinge il bambino verso la pratica di un'attività. Abbiamo già detto dell'importanza del fattore gioco - poiché fonte di immediata gratificazione - e della necessità per l'insegnante di tennis di proporre attività che forniscano gratificazioni immediate. L'insegnante potrà, a tal fine, sottolineare enfaticamente un esercizio riuscito, allo scopo di motivare il bambino a perseverare nel compito. La valorizzazione dell'attività di ciascun bambino deve essere un motivo dominante nella conduzione della lezione di tennis, che deve tenere conto dei diversi modi di apprendere il movimento e di fare esperienza nell'esprimere le loro emozioni nel corso dell'attività. Sarà indispensabile esprimere un atteggiamento comunicativo, verbale e non verbale, che segnali la valorizzazione dei punti di forza dei bambini e la loro partecipazione, finalizzata a migliorarne l'autostima. Per autostima si intende il grado in cui il bambino valuta il proprio livello di abilità sportiva raggiunto, il suo valore e la sua esperienza. Coloro che presentano un alto livello di autostima hanno una personalità stabile nella dimensione emotiva e un buon livello di fiducia nelle possibilità di riuscire a ottenere buoni risultati. Dimostrare attenzione a ogni bambino, ascoltarlo attivamente e coinvolgerlo nella scelta dei giochi e delle varie attività, genera in lui un incremento del livello di autostima, attraverso lo sviluppo di un sentimento di

accettazione e fiducia nelle sue capacità, oltre a predisporlo a esprimere al meglio le sue potenzialità. Lo svolgimento del gioco con i compagni introduce il secondo passaggio motivazionale, legato all'agonismo. L'agonismo deve essere preparato partendo dal confronto del bambino con le sue prestazioni e, quando queste sono emotivamente soddisfacenti, si può intraprendere l'incontro con le prestazioni di un compagno. Saltare questo delicato passaggio può generare una precoce frustrazione e compromettere la naturale e positiva evoluzione verso la competizione, portando timidezza e ritrosia dal confronto con l'altro. È il caso, per esempio, degli allievi che presentano uno scarso livello di abilità motoria e che necessitano di essere rinforzati, al fine di incrementare il loro livello di motivazione all'attività. In questo caso, l'insegnante può evidenziare dei micro-miglioramenti che l'allievo potrebbe non essere in grado di apprezzare nella sua visione superficiale del processo di apprendimento. Utilizzando queste cautele didattiche, è quindi possibile avviare il confronto agonistico con l'altro, ovviamente sotto forma di gioco e variando opportunamente le coppie per evitare che si instauri precocemente il sentimento di superiorità di un bambino sull'altro.

3. Obiettivi e Apprendimento

Nel passaggio dal gioco all'agonismo contro se stesso, il bambino ha sperimentato la differenza che esiste tra colpire una palla e mandarla nella direzione voluta: la realizzazione di un'idea di una aspirazione o di un desiderio deve sempre fare i conti con le competenze motorie, che hanno bisogno di tantissima applicazione e specifica esercitazione. Nel contesto sportivo l'obiettivo rappresenta la concretizzazione del percorso che può essere definito come il livello di abilità che un bambino deve aver acquisito al termine di un certo periodo di tempo. Il far vedere al bambino la meta, il traguardo o l'obiettivo da raggiungere produce in lui due effetti: da un lato lo stimola a un maggiore impegno e attenzione nello svolgimento del compito; dall'altro suscita in lui un incremento del desiderio, della piacevole attesa che incrementerà la gioia, la soddisfazione e l'emozione, per essere riuscito a raggiungerlo. È compito dell'insegnante proporre compiti motori alla portata degli allievi, dedicando una particolare attenzione a coloro che presentano maggiori difficoltà per intervenire, supportare e incoraggiare l'allievo lungo il percorso. In questa fase iniziale dell'apprendimento, gli obiettivi saranno finalizzati alla sollecitazione dell'impegno personale, che si concretizzano nell'espressione "fai del tuo meglio", perché tengono in particolare considerazione la specifica complessità dell'apprendimento tennistico. L'insegnante sarà generoso nell'erogare riconoscimenti in funzione dell'impegno globale profuso, senza richiedere una specifica prestazione dal punto di vista tecnico-esecutivo. L'attitudine ad apprendere è un'altra delle caratteristiche tipiche della specie umana nella fase evolutiva: apprendere è cambiare. I bambini imparano i movimenti del tennis imitando i movimenti dell'insegnante, ascoltando quello che dice, seguendo le sue istruzioni, emulando il comportamento dei campioni o dei compagni. Un altro aspetto che l'insegnante di tennis deve tenere nella dovuta considerazione è quello dei diversi tempi di apprendimento dei bambini. Naturalmente, ci sono dei bambini che presentano una spiccata predisposizione per le attività motorie e che, pertanto, accolgono con entusiasmo ogni proposta didattica; ci sono anche però dei bambini che presentano una certa difficoltà nel padroneggiare il proprio corpo e di conseguenza l'utilizzo della racchetta: con questi il problema si presenta di un maggior livello di complessità. In realtà la soluzione da adottare in questi casi è quella di dare fiducia al bambino, rispettando i suoi tempi, che possono essere molto diversi da soggetto a soggetto. Anche se non si possono vedere subito miglioramenti, il bambino aumenta la sua coordinazione nell'utilizzo della racchetta, acquista fiducia rispetto all'ambiente, si prepara a essere più autonomo nell'affrontare i giochi sul campo. Le più moderne teorie psico-pedagogiche ritengono che il processo di insegnamento dovrebbe essere calibrato su ogni singolo allievo, per avere la massima efficacia; in pratica, una visione più realistica del problema suggerisce di superare l'ostacolo teorico dell'apprendimento ideale, proponendo l'attività a dei gruppi relativamente omogenei per capacità. Non bisogna al-

très pensare che il processo di apprendimento segua un percorso regolare nella sua evoluzione, ma piuttosto che si verifichino delle fasi di rapidi progressi seguiti da periodi di apparente stasi. Quest'ultimo aspetto risulta particolarmente vero soprattutto con i più piccoli. Nei bambini è opportuno lasciare molto spazio alle personali sperimentazioni e centrare la loro attenzione sull'obiettivo globale da conseguire. Un ultimo aspetto da considerare, in questa fase, è quello relativo al contenimento delle indicazioni verbali dell'insegnante, per evitare che l'eccesso di informazioni produca confusione nella mente del bambino. Al riguardo si ritiene opportuno tenere conto che il sistema privilegiato di apprendimento è quello dell'imitazione e quindi selezionare prevalentemente solo gli elementi verbali indispensabili per favorire l'apprendimento. La maggioranza dei bambini che apprendono riesce a eseguire i movimenti in forma grezza e parziale. In genere il movimento che si realizza è troppo influenzato dal controllo volontario del soggetto, che si trova sopraffatto dall'elevato numero di informazioni che provengono dal corpo, che non sono facilmente gestibili. Un altro aspetto importante è quello della graduale scoperta delle capacità, abilità motorie e mentali per raggiungere l'obiettivo tennistico. In questo senso, l'insegnante potrà fare riferimento a tutta la vasta gamma di giochi motori - frutto della spontanea e naturale motricità dei fanciulli - attingendo sia dall'esperienza vissuta, sia dalla più genuina tradizione popolare, utilizzando giochi simbolici, d'imitazione, di immaginazione, etc. L'affermazione di sé attraverso il gioco rappresenta la colonna portante della struttura psicologica del bambino sportivo per la costruzione della propria identità.

Riferimenti Bibliografici

- Allison, M. G., & Ayllon, T. (1980). Behavioral coaching in the development of skills in football, gymnastics, and tennis. *Journal of applied behavior analysis*, 13(2), 297-314.
- Bernardini, A., & Pietrangeli, N. (1998). Lo zen e l'arte di giocare a tennis. Macro.
- Bondaz, L., & Casale, D. (2016). Ready? Play: Giocare, divertirsi e migliorare nel tennis (Vol. 12). Area51 Publishing.
- Bondioli, A. (1996). Gioco e educazione. FrancoAngeli.
- Buzas, H. P., & Ayllon, T. (1981). Differential reinforcement in coaching tennis skills. *Behavior Modification*, 5(3), 372-385.
- Caillois, R. (2014). I giochi e gli uomini: la maschera e la vertigine. Giunti.
- Efran, J. S., Lesser, G. S., & Spiller, M. J. (1994). Enhancing tennis coaching with youths using a metaphor method. *The Sport Psychologist*, 8(4), 349-359.
- Gallwey, T. W. (2013). Il Gioco Interiore nel Tennis. Roma, Ultra.
- Gherzil, A. (2010). Fattori percettivi in risposta al servizio nel tennis: elementi visivi, acustici e motori.
- Hewitt, M., Edwards, K., Reid, M., & Pill, S. (2017). Applying the Game Sense approach and Mosston and Ashworth's Inclusion Style-E to promote athlete-centred tennis coaching with junior novice players. In *Perspectives on Athlete-Centred Coaching* (pp. 193-205). Routledge.
- Ioannis, A., Athanasios, L., & Gioros, Z. (2015). The educational system of coaching schools in tennis. The case of Greece. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 208.
- Ishihara, T., Sugawara, S., Matsuda, Y., & Mizuno, M. (2017). Improved executive functions in 6-12-year-old children following cognitively engaging tennis lessons. *Journal of sports sciences*, 35(20), 2014-2020.
- Leone, M. (2019). Gioco e metodo: suggerimenti per una semiotica fragile.
- Longoni, U. (2016). Il tennis e l'arte di allenare la mente. FrancoAngeli, Milano.
- Longoni, U. (2019). Il tennis al contrario: Perdere insegna a vincere, nel tennis e nella vita. FrancoAngeli.
- Matteazzi, F. (2017). I punti nel tennis sono indipendenti e identicamente distribuiti?.

- Morsanuto, S., & Cassese, F. P. (2018). Il Tennis e la Disabilità Cognitiva e Psicica: programmazione, osservazione e ricerca sperimentale sull'interazione dell'attività nello sviluppo degli obiettivi psicofisici. *Giornale Italiano di Educazione alla Salute, Sport e Didattica Inclusiva*, (3).
- Nigg, B. M., & Segesser, B. (1988). The influence of playing surfaces on the load on the locomotor system and on football and tennis injuries. *Sports medicine*, 5(6), 375-385.
- Nilsson, T., & Ban, M. (2017). Entering the World of Tennis Coaching: Interpersonal Issues in Coach to Coach interaction.
- Pill, S., & Hewitt, M. (2017). Tennis coaching: Applying the game sense approach. *Strategies*, 30(2), 10-16.
- Reid, M., & Giblin, G. (2015). Another day, another tennis coaching intervention, but does this one do what coaches purport?. *Sports biomechanics*, 14(2), 180-189.
- Reid, M., Crespo, M., Lay, B., & Berry, J. (2007). Skill acquisition in tennis: research and current practice. *Journal of science and medicine in sport*, 10(1), 1-10.
- Sanders Jr, T. L., MaraditKremers, H., Bryan, A. J., Ransom, J. E., Smith, J., & Morrey, B. F. (2015). The epidemiology and health care burden of tennis elbow: a population-based study. *The American journal of sports medicine*, 43(5), 1066-1071.
- Tubez, F., Forthomme, B., Croisier, J. L., Denoël, V., Bruls, O., Paulus, J., & Schwartz, C. (2017). Influence of the laboratory context and the size of the markers set on the tennis serve evaluation.