

Skating in the dark

**Il non vedente e l'apprendimento dello skate
attraverso il metodo delle assistenze attive**

INDICE DELLE VOCI

Chi siamo e cosa facciamo	pp. 3
Premesse e scopi del progetto	pp. 4
Il metodo delle assistenze attive per l'insegnamento dello skateboard	pp. 5
Strutturazione e svolgimento del progetto	pp. 6
Spazi necessari e materiali utilizzati	pp. 7
Da chi viene svolto il progetto	pp. 9
La ricerca legata al progetto	pp. 9

CHI SIAMO E COSA FACCIAMO

Nata nel 1999 come Full Time S.n.c. dall'incontro di Paolo Pica e Roberto Verbigrazia, due appassionati insegnanti di varie discipline sportive, e trasformata in Full Time S.r.l nel 2014, è una società poliedrica che avvalendosi di personale qualificato spazia a 360 gradi nell'organizzazione e nella gestione di laboratori per case di riposo, corsi writing e corsi di skateboard . Le attività da noi proposte sono rivolte tanto alle case di riposo, quanto alle palestre e ai centri sportivi. Relativamente alle Case di Riposo, La Full Time, avvalendosi di: psicologi, educatori professionali, insegnanti di scienze motorie e assistenti sociali opera a Roma e provincia con l'intento di migliorare lo standard qualitativo individuale, sia attraverso la psicomotricità, con un adeguamento degli schemi motori ai mutamenti inerenti all'età, sia attraverso le attività prassicoespressive e ludicoricreative.

Il Writing, rivolto ai più giovani, attraverso i laboratori di graffito si propone di incrementare il senso civico dei ragazzi trasformando ciò che è illegale in una forma d'arte legalizzata, trasferendo il graffito dai muri a dei supporti removibili.

I corsi di skateboard da noi creati, rivolti tanto ai principianti quanto agli skaters esperti, sono tenuti da insegnanti qualificati e si caratterizzano sia per l'adozione di un metodo d'insegnamento "anticaduta", basato sull'assistenza attiva operata dall'insegnante sull'allievo, che dall'utilizzo di strutture didattiche graduabili in altezza.

Responsabile del progetto:
Paolo Pica.

Contatti:
+39 3474806108
paolopica.fulltime@gmail.com

Sito Web:
www.fulltimeskateboard.it

SKATING IN THE DARK

PREMESSE E SCOPI DEL PROGETTO

Se interpretiamo le discipline nate in strada come l'esigenza dell'essere umano di esprimere se stesso in maniera libera e creativa, trasformando la cementificazione soffocante delle realtà urbane in supporti materiali ed elementi funzionali attraverso i quali esprimersi, allora possiamo considerare la pratica dello skateboard come un elemento di aggregazione spontanea dove coesistono liberamente, e senza alcun conflitto, realtà diverse quali età, estrazione sociale, bagaglio tecnico, capacità fisiche ecc. Vista sotto quest'ottica detta disciplina può essere assimilata a un sistema educativo dinamico dove ognuno può:

- vivere insieme agli altri, in maniera originale, le proprie esperienze ed esprimerle secondo schemi rappresentativi della propria individualità, ampliandoli e arricchendoli con l'esperienza altrui;
- valorizzare la propria esistenza sia come elemento a se stante che come elemento inserito in una realtà e dunque correlato all'esperienza degli altri, così da condurlo a sperimentare attraverso relazioni e scambi interpersonali: la presa di coscienza di se; il rispetto delle caratteristiche altrui; l'utilizzazione dei conflitti; la trasformazione di tensioni e stati d'animo negativi in forma costruttiva, attraverso la canalizzazione del sentimento in attività.

Ma la pratica dello skateboard intesa come sistema educativo dove “ognuno può”, per essere veramente efficace, va considerata nella sua accezione più ampia così da rivolgersi tanto alla realtà dei normodotati quanto a quella dei diversamente abili integrandole. Per far sì che questo si attui in maniera ottimale è necessaria una metodologia d'insegnamento adeguata alle necessità di chi apprende e che poggiando sul principio dell'accessibilità, ne consenta un apprendimento graduale che risolva di volta in volta le problematiche relative all'acquisizione del gesto tecnico. Partendo proprio da questo principio di accessibilità, lo scopo del progetto **Skating in the dark** è quello di avvicinare il non vedente alla pratica dello skateboard attraverso:

- una metodologia d'insegnamento che, procedendo dall'elemento più facile a quello più difficile, consenta a ogni allievo di fruire degli insegnamenti in maniera ottimale, modulandone le difficoltà sia attraverso la frammentazione in fasi successive della manovra da insegnare, sia tramite le assistenze attiva operate dagli istruttori sull'allievo in tutto il processo di apprendimento della manovra.
- L'utilizzo di tavole propedeutiche facilitanti e strutture didattiche graduabili in altezza.

La sperimentazione sul non vedente della metodologia d'insegnamento dello skateboard attraverso le assistenze, o più correttamente Metodo Full Time, descritto nel libro *Skate. Metodologia tecnica e propedeutica degli elementi base dello skateboard*, allegato al progetto, configurandosi come vero e proprio lavoro di ricerca, prevede per ogni trick (manovra) di seguito riportato uno studio comparato sui tempi e le modalità di apprendimento con uno o più gruppi campione di vedenti.

IL METODO DELLE ASSISTENZE ATTIVE PER L'INSEGNAMENTO DELLO SKATEBOARD

Il metodo delle assistenze attive o metodo Full Time, ideato e descritto da Paolo Pica nel libro *Skate. Metodologia tecnica e propedeutica degli elementi base dello skateboard*, poggia le basi sia sulla modulazione delle difficoltà, attraverso la frammentazione in fasi successive della manovra da insegnare, che sull'assistenza attiva operata dall'istruttore sull'allievo in tutto il percorso di apprendimento del trick. Per assistenza si intende l'azione di sostegno e guida dei movimenti che l'insegnante svolge sull'allievo che esegue un esercizio, allo scopo di salvaguardarne l'incolumità e di facilitarne l'esecuzione. Il sostegno fisico che l'insegnante presta all'allievo, e che ne rappresenta la messa in sicurezza, si compone di tutta una serie di prese successive che si eseguono per tutto lo svolgimento dell'esercizio o solo in una parte. Dette prese possono essere effettuate poi dall'istruttore sull'allievo, da entrambi o dall'allievo sull'istruttore. Generalmente si inizia lo studio di una manovra che presupponga nel suo svolgimento un posizionamento costante dell'istruttore di fronte all'allievo, in modo tale da consentire a entrambi la presa. I risultati ottenuti in questa prima fase determinano la fiducia che l'allievo pone nel proprio insegnante riguardo alla possibilità di cadere e di cadere senza farsi male durante lo svolgimento dell'esercizio.

Minori saranno le possibilità di cadere, o di cadere senza farsi male, maggiore sarà la fiducia che verrà riposta nell'insegnante, più si cadrà con la possibilità di farsi male o spaventarsi e minore sarà la fiducia dell'allievo nell'insegnante e nelle proprie capacità.

Acquisita la fiducia si passerà a una serie di prese dell'istruttore sull'allievo che, in relazione ai progressi ottenuti, diminuiranno progressivamente sia in durata che in intensità. Dunque in questa seconda fase si tenderà a fornire un sostegno notevole e prolungato per tutta la durata dell'esercizio, a volte anche eccessivo rispetto alle difficoltà presentate dalla manovra stessa: lo scopo è quello di rafforzare la fiducia guadagnata in precedenza e di consentire uno stato di rilassamento nell'allievo, necessario per guidarne i movimenti nella maniera ottimale. Successivamente si diminuirà sia l'intensità della presa che la durata, effettuandola solo nella parte dell'esercizio ritenuta critica. Questa seconda fase dell'assistenza termina quando l'insegnante fa constatare all'allievo che il sostegno che gli ha prestato in realtà era più psicologico che fisico, dal momento che le prese erano minime e dunque non necessarie alla corretta esecuzione della manovra. La presa di coscienza da parte dell'allievo di aver eseguito la manovra richiesta da solo e non con il sostegno fisico dell'istruttore, lo proietta verso il terzo stadio dell'assistenza in cui l'insegnante segue l'allievo passo passo durante lo svolgimento del trick sorreggendolo all'occorrenza o facendo sì che possa sorreggersi

In questo stadio il supporto dell'istruttore è soprattutto psicologico, anche se rappresenta un eventuale sostegno materiale in caso di errore. La terza fase dell'assistenza può essere considerata un punto nodale nel processo di apprendimento in quanto consente all'allievo di rafforzare la fiducia che pone nelle proprie capacità, tale da portarlo a chiedere di provare da solo dopo un determinato numero di ripetizioni eseguite con successo. Consolidata questa fase, si passa alla successiva dove l'allievo viene guidato nell'esecuzione del trick dalle indicazioni verbali dell'istruttore posto a una distanza tale da consentirgli l'esecuzione del trick in totale autonomia, ma sufficiente a prestargli un sostegno fisico qualora sbagliasse.

Nella sperimentazione con il non vedente, l'iter procedurale delle assistenze prevede un secondo istruttore che presta assistenza congiuntamente al primo, posto alle spalle dell'allievo in presa sui fianchi. In relazione a quanto sopra, si riporta di seguito una scaletta con la diminuzione progressiva delle assistenze:

durante la fase iniziale, cioè la prima, l'istruttore posto alle spalle effettua sempre l'assistenza in presa sui fianchi dell'allievo, mentre l'istruttore posto frontalmente sostiene l'allievo per le braccia.

Durante la seconda fase, l'istruttore posto dorsalmente all'allievo effettua la medesima assistenza, mentre quello posto frontalmente la diminuisce, passando a sostenere l'allievo con una mano sola.

Durante la terza fase, i due istruttori si alternano con le prese:

- l'istruttore posto alle spalle dell'allievo non effettua alcuna presa sull'allievo ma lo segue da vicino pronto a sostenerlo qualora sbagliasse, e l'istruttore posto frontalmente lo sorregge per gli avambracci;
- l'istruttore posto frontalmente non effettua alcuna presa sull'allievo, ma lo segue da vicino pronto a sostenerlo qualora sbagliasse, mentre l'istruttore posto alle spalle dell'allievo effettua l'assistenza sostenendolo per i fianchi;
- solo l'istruttore posto frontalmente esegue l'assistenza sull'allievo sorreggendolo per gli avambracci.

STRUTTURAZIONE E SVOLGIMENTO DEL PROGETTO

Il progetto ha la durata di circa 40 ore e si articola in 20 lezioni pratiche di 2 ore ciascuna con cadenza settimanale, da svolgersi presso una struttura per non vedenti di Roma munita di palestra coperta. Le 20 lezioni, svolte da istruttori di skateboard qualificati CONI-FIHP, prevedono l'insegnamento delle basi della disciplina dello *Street* attraverso l'utilizzo di tavole propedeutiche e strutture didattiche graduabili in altezza e si articolano secondo la griglia sotto riportata:

MANOVRE	ORE DI LEZIONE
ANDATURE <ul style="list-style-type: none"> • Posizione base e andature: forward; in fakie; sul nose; in switch; 	6 ORE
CAMBI DI DIREZIONE O FRONTE <ul style="list-style-type: none"> • Curva fs. • Curva bs. • Tic tac o tip tap. • Curve fs e bs con il sollevamento del nose. • Fs. revert sul nose. 	6 ORE
TRICKS IN FASE DI SCORRIMENTO <ul style="list-style-type: none"> • Manual. • Frenata con il piede a terra. 	6 ORE

MANOVRE	ORE DI LEZIONE
TRICKS IN FASE AEREA <ul style="list-style-type: none"> • Drop da un piano rialzato (manual pad). • Ollie. • Fakie ollie. 	22 ORE

A differenza dei caschetti, il materiale didattico in dotazione più avanti descritto non è in relazione al numero dei partecipanti ma a quello degli istruttori, dal momento che lo sviluppo di ogni lezione prevede un lavoro a stazioni successive dove ogni elemento insegnato verrà fatto sperimentare agli allievi secondo una scaletta didattica che prevede:

- degli esercizi svolti a terra senza alcun ausilio didattico composti da tutta una serie di movimenti che riproducono in tutto o in parte la tecnica del trick da apprendere;
- una serie di movimenti che riproducono in tutto o in parte la tecnica del trick da apprendere svolti prima sulle tavole propedeutiche senza i truck e successivamente sulle tavole propedeutiche a ruote bloccate;
- la manovra o trick svolto sulle tavole propedeutiche senza truck;
- la manovra o trick svolto sulle tavole propedeutiche a ruote bloccate;
- la manovra o trick svolto sullo skateboard.

La progressione didattica, in relazione alla manovra insegnata, può prevedere la diminuzione progressiva delle assistenze fino alla libera sperimentazione solo per quanto riguarda l'uso delle tavole propedeutiche senza truck e a ruote bloccate, mentre per la stessa svolta con lo skateboard le assistenze possono diminuire fino massimo a quella effettuata da un solo insegnante.

Se l'acquisizione delle manovre in street riportate in griglia si realizza in un tempo inferiore alle 40 ore previste dal progetto, si potrà procedere all'acquisizione di ulteriori manovre in street quali nose manual, nollie e pop shove-it, oppure ad uno sviluppo dell'ollie eseguito da e verso un piano rialzato.

SPAZI NECESSARI E MATERIALI UTILIZZATI

Gli spazi necessari allo svolgimento del progetto sono costituiti da uno spazio minimo di 100 metri quadrati. Al fine di permettere l'apprendimento delle diverse manovre, il progetto prevede l'utilizzo di strutture e materiali apposite quali:

Un numero di caschi corrispondente a quello dei partecipanti al progetto



4 Tavole propedeutiche senza truck



4 Tavole propedeutiche a ruote bloccate



4 Skateboard



2 Manual pad



DA CHI VIENE SVOLTO IL PROGETTO

Il progetto viene condotto da un gruppo di minimo quattro insegnanti di skateboard qualificati CONI-FIHP che conoscono e applicano regolarmente all'interno dei propri corsi il Metodo Full Time. Il progetto può eventualmente prevedere la presenza di uno psicologo che - monitorando gli aspetti psicologici, cognitivi e relazionali del gruppo di allievi - collabori sia con gli insegnanti per un'efficace strutturazione delle lezioni, sia con le figure di riferimento del centro per non vedenti.

LA RICERCA LEGATA AL PROGETTO

Ogni sperimentazione per poter essere valida deve portare ad un risultato che non sia occasionale ma costante e ripetibile nel tempo. Partendo da questo semplice presupposto **Skating in the dark**, svolto a Roma come progetto pilota, per poter essere esportato e sviluppato in altre città presuppone non solo l'adeguamento del Metodo Full Time alla realtà del non vedente, con l'eventuale creazione di nuovi ausili didattici con questo compatibili, ma uno studio comparato sulle modalità e i tempi di apprendimento da confrontare con uno o più gruppi campione di riferimento di normodotati che presentino, come età ed esperienze motorie pregresse, le stesse caratteristiche del gruppo di non vedenti.

Allo scopo di mettere a punto una procedura didattica accessibile al non vedente, l'attuazione del progetto è preceduta da una sperimentazione del programma sul gruppo di sperimentatori posti in condizione di apprendimento simili a quelle del non vedente, ovvero bendati. Allo scopo di compensare sia una conoscenza visiva del mondo, che un fattore esperienziale relativo alla pratica dello skateboard, questa sperimentazione preliminare prevede:

- un ambiente di apprendimento costituito da uno skatepark pubblico, o da un qualunque altro spazio, dove le interferenze di campo acustiche create dai normali frequentatori dello stesso, creino il maggior numero di difficoltà al processo di apprendimento degli insegnanti;
- che tutti gli insegnanti apprendano da bendati le manovre riportate i griglia posizionati in switch, cioè disposti sullo skateboard in posizione inversa a quella che naturalmente assumono.

Quest'ultima nasce dall'osservazione di quanto accade nei Corsi di Formazione per Insegnanti di Skateboard CONI-FIHP dove i corsisti, anche se skater esperti abituati nelle competizioni ad eseguire manovre in switch molto complesse, nell'esecuzione di quelle base quali: spinta e conduzione; curve in piano con e senza il sollevamento del nose; tic tac; ecc., commettono gli stessi errori del principiante. Dunque, in sintesi, il significato di questa sperimentazione che precede l'attuazione del progetto, ma che ne è parte integrante, ha molteplici scopi, quali:

- Calare gli insegnanti in una situazione di apprendimento simile a quella del non vedente così da sperimentarne tutte le difficoltà e sviluppare con questi un empatia funzionale allo sviluppo del progetto.
- Abituare gli insegnanti agli aspetti descrittivi verbali della manovra da insegnare, dal momento che nello skateboard questi sono veicolati principalmente da un canale visivo.

- Nell'insegnare una manovra, integrare gli aspetti verbali con quelli sensoriali e cinestesici attraverso l'utilizzo di movimenti assistiti passivi e attivi delle diverse parti del corpo coinvolte nel trick.
- Valutare quanto i fattori esperienziali influiscono sul tempo di apprendimento degli insegnanti posti in condizioni simili al non vedente.

Da quanto appena detto il progetto non si esaurisce nell'arco delle 40 ore, ma precede negli skatepark e prosegue sia all'interno della struttura ospitante, attraverso incontri periodici con le figure di riferimento del centro, che in altre scuole di skateboard per il confronto con il o i gruppi campione. Al fine di agevolare lo sviluppo del progetto, evitando la presenza continua degli psicologi del centro durante la lezione, le riprese video fatte durante l'intero svolgimento del progetto permetteranno un valido supporto per un'analisi complessiva della situazione da poter svolgere in un secondo momento.