Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 41 (1984)

Heft: 10

Artikel: Collaborazione tra allenatori e scienziati nell'hockey su ghiaccio

Autor: Kilias, Rudolf

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1000157

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Collaborazione tra allenatori e scienziati nell'hockey su ghiaccio

di Rudolf Killias,
ex-allenatore della squadra svizzera, attualmente allenatore della nazionale austriaca
traduzione di Pierluigi Pedroni

L'efficacia dell'allenamento degli sportivi individuali o di una squadra dipende, per una buona parte:
- dalla pianificazione (obiettivo da raggiungere)
- dall'organizzazione (direttive da seguire)
- dall'applicazione (preparazione e prestazione)
- dal controllo e dalla correzione degli errori (informazione, paragoni ecc.).

Attualmente questo processo d'allenamento non sarebbe più possibile, senza l'apporto scientifico, soprattutto quando si tratta di una prestazione ad alto livello.
Durante i miei 15 anni di attività quale allenatore professionista, non ho mai cessato di ricercare il mezzo di collaborare con gli ambienti scientifici. Ne ho tratto esperienze positive e negative. In qualità di praticante responsabile, ho dedotto una serie di conclusioni che desidero esporre qui sotto.
Dall'inizio del mio lavoro in Austria (estate 1980), mi sono associato alla medicina sportiva. La cosa è stata possibile, grazie all'apertura e all'interesse di Hans Holdhaus e della sua squadra. È stato un successo e lo spiego con il fatto che Hans Holdhaus, teorico dell'hockey su ghiaccio, ha mostrato una grande comprensione per il praticante che sono, dal momento che non ho nascosto il mio interesse per le scienze e la teoria.
Siccome a entrambi piace, in più, lavorare in maniera razionale, non abbiamo avuto nessun problema nell'accomunare le nostre forze e la nostra esperienza.

L'influsso dell'assistenza scientifica

L'allenatore e lo scienziato edificano la loro collaborazione sulla conoscenza dei principi seguenti:
- nessuno può allenarsi al posto dei giocatori
- un'assistenza scientifica non può sostituire un allenamento severo
- l'assistenza scientifica permette di razionalizzare l'allenamento e di applicarlo in modo ottimale
- essa permette all'allenatore di avere fiducia nella concezione che ha messo a punto
- l'assistenza scientifica, i test medici e pratici, come pure una valutazione particolareggiata permettono, infine, all'allenatore nazionale di informare meglio gli allenatori dei club.

È impossibile separare oggigiorno, lo sport dalle diverse azioni scientifiche che gli sono legate: test e controlli delle prestazioni, test medici, analisi sanguigne, biopsie muscolari, misure antropometriche, valutazione dello stato di salute, ecc.

Per una collaborazione fruttuosa

Affinché la collaborazione tra allenatore e scienziato sia fruttuosa, devono essere rispettati certi criteri. È particolarmente indispensabile che ciascuno conosca perfettamente il ruolo che deve assumere e che non se ne scosti.

L'allenatore è:

- responsabile della preparazione ed è dunque lui a decidere su tutti gli aspetti del processo d'allenamento
- pronto ad accettare consigli
- capace di riconoscere e di capire le diagnosi e le reazioni scientifiche
- aperto alla scienza, ciò che deve ottenere, anche, dagli sportivi di cui si occupa.

Lo scienziato:

- è consigliere e non allenatore
- non prende nessuna decisione personale per quanto concerne l'allenamento
- deve essere disposto positivamente nei confronti dello sport in causa e al suo allenatore
- deve saper far valere la sua personalità pur restando dietro le quinte
- non può permettersi di criticare la squadra ed il suo allenatore
- deve astenersi (l'inverso è anche vero) dal cercare il contatto con l'allenatore, dal momento che qualcosa non è chiaro
- deve avere (o sforzarsi di acquistare) delle conoscenze sufficienti sullo sport che lo concerne.

Collaborazione con i medici dello sport

In pratica, nelle condizioni che conosciamo attualmente, ci è possibile ottenere quanto segue nella nostra collaborazione con i medici dello sport (almeno con la maggior parte):
- consigli di ordine medico-sportivo
- un'assistenza medico-sportiva, per ciò che concerne la squadra nazionale di hockey su ghiaccio, nel ca-

so di una partita, ma anche in allenamento, da parte di un medico responsabile
- l'applicazione di misure di rieducazione funzionale in caso d'infortunio
- un'informazione relativa alla dietetica ed alla nutrizione equilibrata nello sport d'alto livello.

L'allenatore coscienzioso fa in modo che i contatti e le relazioni fra i giocatori ed il medico (il massaggiatore ugualmente) siano il meglio assicurate. Egli si preoccupa del rispetto delle scadenze stabilite; coordina, controlla e stabilisce anche una pianificazione ed un programma annuale (periodizzazione, cicli a breve e lungo termine). Tutto ciò è di competenza dell'allenatore e non può essere chiesto allo scienziato.

Sport e psicologia

Negli sport detti di «combattimento», e l'hockey su ghiaccio è uno di questi, gli aspetti psicologici assumono un ruolo importante. Ciononostante, ugualmente su questo punto, la motivazione, non qualunque sia, e l'aggressività non possono sostituire una mancanza di qualità atletiche, tecniche e tattiche.

Gli psicologi che, spesso per interesse commerciale, offrono i loro servizi direttamente o tramite nastri magnetici per introdurre l'allenamento mentale, l'autosuggestione, i bioritmi, ecc. presso i giocatori, devono essere ascoltati con tutto il riserbo che si impone. Non si conosce alcun psicologo di sport che sia giunto al successo nell'hockey su ghiaccio con interventi all'ultimo minuto. Per contro, nel periodo d'allenamento, tutta l'informazione di ordine psicologico non potrà che essere di aiuto ai giocatori e al loro allenatore. In questo settore, come in quello della medicina sportiva, è compito dello scienziato di presentare i suoi metodi e spetta all'allenatore farli applicare.

Apertura alla psicologia dello sport

Nella pratica, l'allenatore (e parzialmente anche i giocatori) trae vantaggio nell'affrontare e conoscere gli aspetti seguenti della psicologia dello sport:
- la sua applicazione pratica tramite dimostrazioni
- il modo di dirigere i giocatori
- la possibilità di far cadere, con il suo aiuto, la barriera formata dalla paura
- l'autosuggestione
- l'allenamento mentale
- l'orientamento positivo del pensiero
- la fiducia in generale, ed in sè stessi in particolare
- la motivazione e la sua utilizzazione
- la preparazione ottimale prima di una partita
- la dinamica del gruppo e i suoi effetti
- la chiarificazione di ciò che la psicologia non può essere.

L'allenatore che, forte della sua esperienza, conosce bene i suoi giocatori, i loro limiti, le loro reazioni in situazione normale e sotto sforzo, le loro possibilità, le loro debolezze, il loro comportamento durane la competizione, deve anche sapere quali effetti l'impiego di mezzi psicologici avranno su di loro. Nella pratica, quando si tratta di uno sport di squadra, bisogna generalmente usare molti metodi simultaneamente. Ma non bisogna ignorare che certi individui, poco intellettuali, sono praticamente inaccessibili all'azione psicologica esterna e il fatto di volerlo nonostante tutto esercitarlo, sfocia in questo caso, in risultati negativi. La psicologia dello sport deve dunque essere applicata con discernimento e deve rispondere ad un desiderio. □