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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 43 (1986)

Heft: 6

Artikel: Un campionato mondiale di pallamano attraente, rapido, sorprendente...

Autor: Mühlethaler, Urs

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1000203

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

Un campionato mondiale di pallamano attraente, rapido, sorprendente...

di Urs Mühlethaler, capo disciplina G + S di pallamano

Abbiamo vissuto un campionato mondiale interessante e sorprendente. Sorprendente perchè le squadre «forti» come la Romania, l'Unione Sovietica, la Polonia e la Cecoslovacchia non lo erano poi tanto e sono state superate da squadre come la Svezia, l'Islanda, l'Ungheria e la Corea che hanno giocato meglio di quanto si prevedeva. Oggi esistono molte più squadre di livello mondiale, la punta si è allargata — forse una conseguenza del boicottaggio dei Giochi Olimpici del 1984...?

Personalità

Sia le possibilità condizionali e tecniche sia la tattica difensiva adottata hanno permesso di individuare in quasi tutte le squadre giocatori eccezionali che - grazie alle loro capacità individuali - erano in grado di dare al gioco influssi decisivi. Facciamo solo pochi nomi gli jugoslavi Jsakovic, Vujovic e Cvetkovic, Kovacs, i tedeschi orientali Wahl e Wiegert, il coreano Kang.

Tattica

Difesa

Sulla base delle possibilità fisiche migliorate (rapidità e forza esplosiva nel lavoro di gambe), oggi i sistemi difensivi aperti sono di moda. Il 3:2:1 - benchè in forme diverse - è il sistema difensivo di base.
Solo poche squadre giocano lo stesso sistema dall'inizio alla fine della partita. Ci sono degli adattamenti continui, un cambio tra comportamento offensivo e difensivo, così che si può arrivare facilmente dal 3:2:1 al 3:3, al 5:1 e a volte perfino al 1:5. Tutte queste varianti difensive richiedono una condizione fisica eccezionale, soprattutto nel lavoro di gambe.

Attacco

A causa dei sistemi difensivi aperti, cambia anche il gioco di attacco. La durata media di un attacco varia oggi tra 15 e 30 secondi. Punti importanti:
- il contrattacco è un mezzo d'attacco centrale che l'élite mondiale conosce alla perfezione (raramente si potevano vederli in numero così importante in occasione di campionati mondiali)
- la fase organizzativa è molto breve o inesistente
- il gioco 1:1 è molto importante su tutte le posizioni
- il movimento senza pallone è diventato il mezzo tattico centrale dell'at-

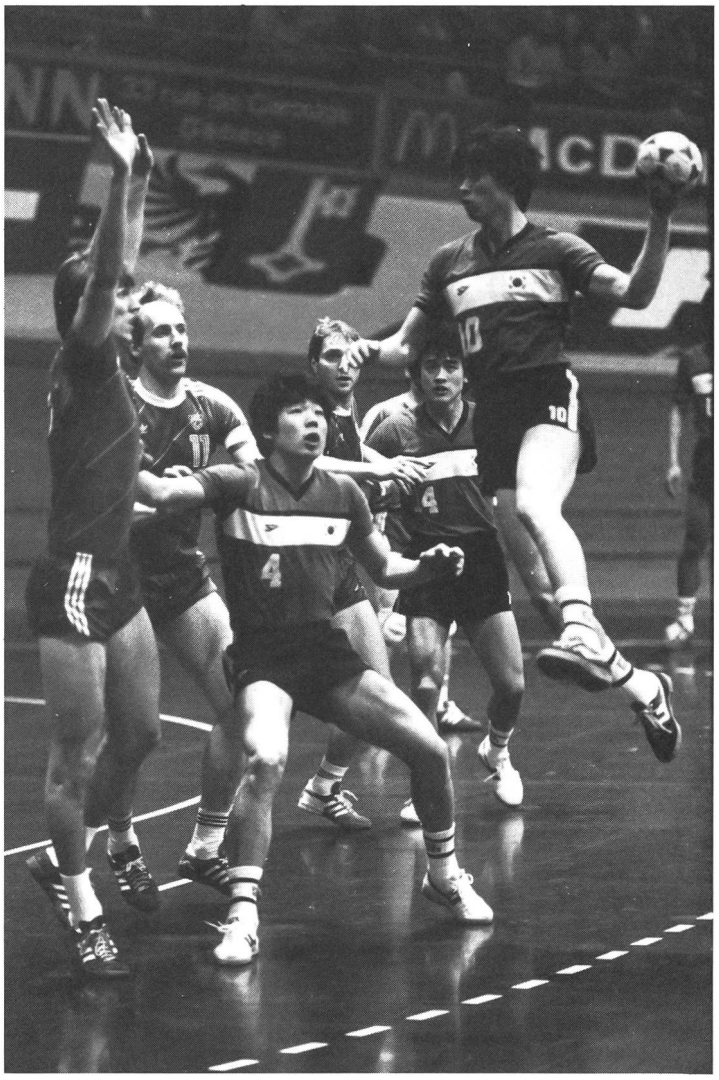
tacco. Le ali scattano verso l'area mentre i difensori fanno delle finte senza pallone ecc.
- varianti nella tattica di gruppo (2-3 giocatori) stanno al centro della tattica d'attacco. Varianti che coinvolgono 5-6 giocatori sono spesso non applicabili, perchè le vie per i passaggi sono chiuse. Per questo motivo il gioco d'insieme di 2-3 giocatori è in primo piano (Wahl - Wiegert / Jilsen - Carlen / Vujovic - Cvetkovic). Le possibilità in questo campo sono quasi illimitate, anche nell'ambito del lavoro con i giovani.

Condizione fisica

Forza, rapidità, agilità... Questi sono i punti forti della condiozione fisica degli attuali giocatori fuori classe. I giganti «pacchetti di muscoli» degli anni passati apparentemente non riescono più a seguire la dinamica del gioco. L'altezza del corpo e la forza soli non bastano più. I giocatori più piccoli - sulle ali, ma anche in difesa (i Coreani, Mihaly Kovacs) - hanno provato, in occasione di questi campionati mondiali, che hanno di nuovo un ruolo di protagonisti.

Forza, rapidità, agilità... I giocatori sono diventati atleti versatili. A questo proposito è appariscente come questa multilateralità nell'ambito della condizione fisica abbia un influsso molto grande sulle possibilità tecniche di un giocatore. Ma non lo si può affermare abbastanza: ci vuole l'allenamento programmato dell'elasticità, della rapidità, della mobilità e dell'agilità. L'allenamento della forza massima e della resistenza fanno certo parte della fase costruttiva del programma d'allenamento - formano la base solida sulla quale si possono sviluppare in seguito i fattori speciali.
Non possiamo far altro che invitare gli allenatori a tutti i livelli ad adattare gli scopi e i contenuti dell'allenamento a questa nuova situazione. È importante soprattutto nel lavoro con gli juniori di mettere al centro dell'allenamento l'agilità e la condizione fisica in generale.

Tecnica

Come citato, la buona condizione fisica registrata ha influito le svariate espressioni tecniche.
Lo si nota maggiormente nelle varianti di tiro e di sfondamento. E lo si è visto in tutti i «trucchetti» esibiti da questi giocatori di livello mondiale.
A mio parere l'allenamento deve - sulla base della forza esplosiva e della forza di tiro - «inventare» nuove possibilità adattate alle particolarità dei singoli giocatori, incoraggiare le specialità e l'inconsueto già negli juniori.
Attenzione: i tiri con una rincorsa di uno o al massimo due passi fanno oggi parte indispensabile della formazione di base.
In numero degli sfondamenti (con e senza pallone) è stato veramente sorprendente. Il sistema difensivo aperto rende gli spazi più grandi che possono essere sfruttati per gli sfondamenti.
Altro fatto importante: non solo le ali, ma anche i difensori sono stati in grado di giocare più varianti nel gioco 1:1.
In conclusione si può dire: la pallamano è ridiventata spettacolare. La poliedricità della condizione fisica, della tecnica e della tattica hanno reso il gioco più divertente, ma anche più estetico. □

Bibliografia
Urs Zeier, Tendenzen im modernen Handball
NZZ, 11.3.86