Editoriale

Autor(en): **Bignasca, Nicola**

Objekttyp: **Preface**

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

Band (Jahr): **49 (1992)**

Heft 3

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

«Per risparmiare scarpe e polvere da sparo!»[1)]

di Nicola Bignasca

«È chiaro che tra 2 tiratori, che hanno entrambi un buon occhio e una mano ferma, vincerà colui che è abituato a riflettere»[1)]. Questa citazione, tratta da una novella di Gottfried Keller, è assai significativa, in quanto non esalta il tiro a segno come l'espressione della virtù maschile e dell'amore per la patria, ma sottolinea l'aspetto psicologico e cognitivo della disciplina.

L'occhio e la mano sono importanti in tutte le discipline sportive: l'occhio permette di orientarsi nella situazione specifica e di percepire le informazioni più importanti; la mano, invece, realizza l'obiettivo, che il tiratore ha focalizzato nel mirino. Ma Gottfried Keller va oltre e descrive la peculiarità, che contraddistingue il tiratore di successo: la bravura di un tiratore non dipende solamente dalla qualità dell'occhio e della mano, ma soprattutto dalla sua facoltà di «riflettere».

In questo contesto, «riflettere» non significa «studiare» o «lambiccarsi il cervello», bensì «concentrarsi» in modo mirato per «ricercare e dare un senso» e «trovare i legami di senso» tra la percezione (l'assunzione dell'informazione tramite l'occhio) e la realizzazione (l'applicazione dell'informazione tramite la mano). In altre parole, «riflettere» significa «prendere cognizione» di una cosa per poter «agire con cognizione di causa».

«Ora volete che da i corpi semplici e da i misti io venga in cognizione di qual sia il moto semplice e quale il composto»[2)].

Galileo, ancor prima di Keller, riconobbe l'importanza della cognizione per la descrizione del moto dei corpi celesti. Egli issò la cognizione a simbolo della lotta contro la mancanza di ragione (e di cognizione!) del clero, che propugnava la fede come unica fonte di verità.

Così come il moto dei corpi celesti, anche quello del corpo umano necessita di maggior cognizione. Sebbene il movimento del corpo umano appare agli occhi di tutti come un fenomeno unicamente esterno, esso è il frutto di una serie di processi interni, che sono diretti, regolati e controllati dalla cognizione e dalle rispettive capacità. Per poter realizzare ciò che il compito e l'obiettivo richiedono, la cognizione, intesa come il potere legislativo, deve fornire all'esecutivo (gli organi di esecuzione) un programma motorio che, in sintonia con Keller, permetta di riconoscere i legami tra «occhio e «mano». Galileo presentò all'esecutivo (nel suo caso, l'autorità clericale) un programma sul moto dei corpi celesti, ma ciò non gli valse lo stesso successo, che ottengono coloro che nello sport sanno valorizzare le capacità cognitive. Infatti, l'elaborazione di un programma motorio preciso ma sempre disponibile in modo variato a seconda della situazione, e l'anticipazione mentale finalizzata, che tiene conto anche delle condizioni climatiche (p.es. il vento e la luce) e dei battiti cardiaci come fattore di disturbo, sono essenziali per il successo nel tiro a segno.

Gottfried Keller non fu in grado di definire le capacità cognitive ma aveva una chiara rappresentazione della loro funzione. Infatti, egli riconobbe l'efficacia dell'esercizio mentale come mezzo per risparmiare energia e soldi. In una sua novella, al figlio che afferma di «mirare a letto con il pensiero per ore intere con lo schioppo e di colpire il bersaglio centinaia di volte», il padre risponde: «Perfetto! In futuro verrà data la consegna di starsene a letto ad intere compagnie di fucilieri. Ad esse verranno ordinati questi esercizi mentali, per cui si risparmieranno scarpe e polvere da sparo!»[1)]. ■

[1)] Da Gottfried Keller (1819/1890) «Das Fähnlein der sieben Aufrechten» cit. da Hotz (pag. 5)

[2)] Galileo Galilei (cit. da Battaglia: Grande Dizionario della lingua italiana, pag. 266)