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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 55 (1998)

Heft: 5

Artikel: Come comportarsi con le carenze cognitive nel tennis : Topspin, Slice, Smorzata

Autor: Meier, Marcel K.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999372

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

Come comportarsi con le carenze cognitive nel tennis

Topspin - Slice - Smorzata

di Marcel K. Meier, capodisciplina G+S Tennis
foto di Daniel Käsermann

Pierino vorrebbe andare a visitare l'allenamento di Caterina, monitrice di tennis. Durante la sua ultima visita stava applicando il principio di gioco «rosso - giallo - verde». Questa volta l'accento è posto sulle carenze e sulla correzione degli errori.

Pierino: Ciao Caterina, oggi vorrei saperne di più su alcuni argomenti! Dove sono le carenze dei tuoi giovani campioni, e come ti regoli tu? Come procedi per correggere gli errori? Oppure magari i tuoi pupilli non fanno più errori?

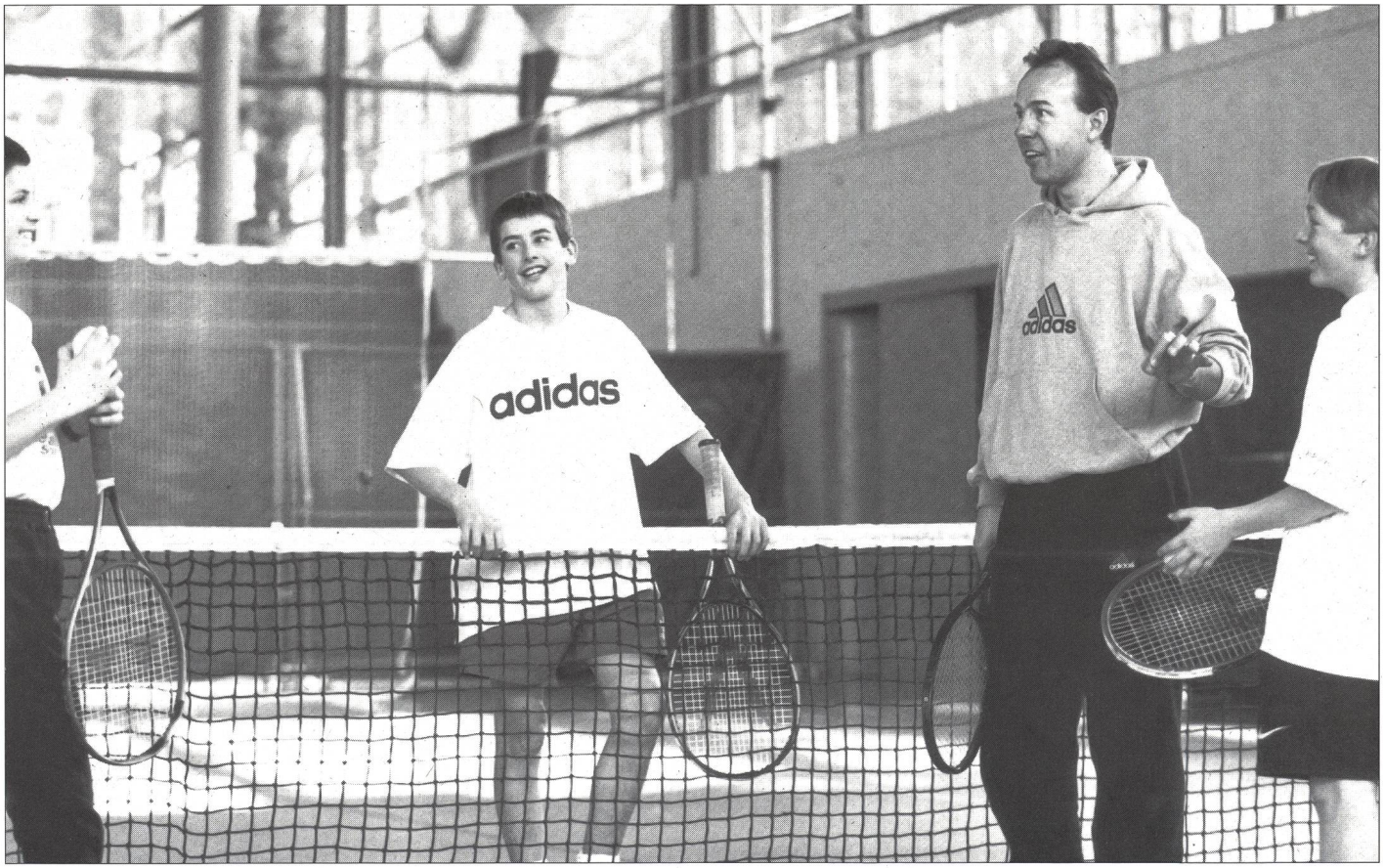
Caterina: No no! Non è così! Anche nel tennis gli errori fanno parte del gioco. Riconoscere e correggere gli errori significa dare ai miei pupilli, come li chiami tu, dei consigli validi. Innanzitutto vorrei chiarire qualcosa a proposito di carenze. Continuo ad osservare che i giovani vorrebbero soprattutto giocare teso, veloce e potente. Diciamo che «picchiano» volentieri. In secondo luogo percepiscono il gioco male e si adattano altrettanto male ai cambiamenti del gioco avversario.

Pierino: Per riconoscere le carenze e correggere ti comporti sempre allo stesso modo? E usi anche tu il consueto sistema: osservare-valutare-consigliare?

Caterina: Sì il sistema rappresenta un valido ausilio. Nella mia lezione osservo attentamente i bambini e ragazzi con cui lavoro. Valutare poi per me significa mettere in relazione quanto osservo con i presupposti personali del singolo. Poi mi chiedo se le cose fatte male impediscono davvero al ragazzo di fare dei progressi. Questa valutazione per me è sempre un gioco di sottile equilibrio; devo correggere dopo, non devo correggere affatto? Per consigliare poi parlo personalmente con i singoli ragazzi, e ritengo molto importante convincerli dell'utilità dei cambiamenti da fare.

Pierino: Per i più piccoli questo non è eccessivo?

Caterina: All'inizio forse lo è stato. Con il passare del tempo, però, hanno imparato a valutarsi meglio da soli, e devo dire che è stato un processo di apprendimento assolutamente normale. Ma ora abbiamo filosofeggiato abbastanza, Pierino. Adesso ti mostro, sull'esempio concreto del gruppo che sto allenando, cosa significa nella pratica quello che ti dicevo prima. Innanzitutto qualcosa sui presupposti delle due ragazze e dei due ragazzi; i giovani negli ultimi mesi hanno ampliato il loro repertorio di gioco, imparando



a giocare ed esercitando palle con rotazioni: topspin e slice. Inoltre hanno in repertorio anche delle smorzate.

Pierino: Come hanno appreso tutte queste cose?

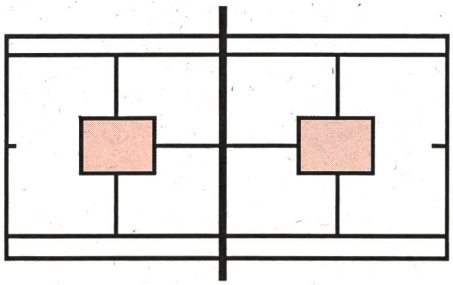
Caterina: Sono entusiasti e imparano facilmente. Ma come ho avuto modo di osservare in occasione dell'ultimo torneo, nonostante queste possibilità nuove il gioco è rimasto praticamente invariato. Te ne accorgerai subito quando giocheranno a punti.

Pierino: Sono ansioso di vedere; non riesco ad immaginarmelo.

Caterina: Nella prima parte G della lezione (globale) si gioca una partita di eliminazione a tutto campo, ma non si deve mandare la palla nella zona riportata in rosso sul disegno, perché in tal caso conta come errore.

Pierino: Non ho capito bene il motivo.

Caterina: Quando si gioca nella zona indicata, per l'avversario è una palla facile, che gli consente di organizzare il gioco come vuole, e nel tennis non si deve permetterlo. Ecco il motivo di questa limitazione del campo di gioco. E ora mettiamoci a guardare come giocano.



Giocare a punti senza mandare la palla nelle zone indicate in rosso.

Pierino (dopo un quarto d'ora circa): Non avrei mai pensato che la palla sarebbe caduta così di frequente nella zona centrale «vietata». Quasi non ci sono belle giocate o veri e propri scambi.

Caterina: Hai osservato attentamente! Anch'io ho notato le stesse cose.

Pierino: Ma perché è così?

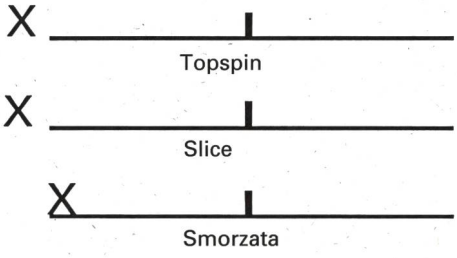
Caterina: Secondo me i giovani tennisti cambiano troppo poco la traiettoria, anche se usano colpi diversi. Giocano sempre allo stesso modo, per cui poi:

- I colpi con topspin sono troppo tesi e troppo corti.
- I colpi slice sono anch'essi troppo tesi e troppo corti.
- Le smorzate invece sono troppo tese e troppo lunghe.

Ora discuto di quello che ho osservato con i giocatori e do loro un mio giudizio. L'importante per me è che anche loro si esprimano sul proprio gioco; voglio da loro che sappiano ripensare al gioco fatto. Forse ci sono altri aspetti di cui non mi sono accorta.

Pierino: E come passi poi al terzo momento, ai consigli?

Caterina: Ho preparato un foglio su cui i giocatori possono disegnare per ogni colpo le rispettive traiettorie.



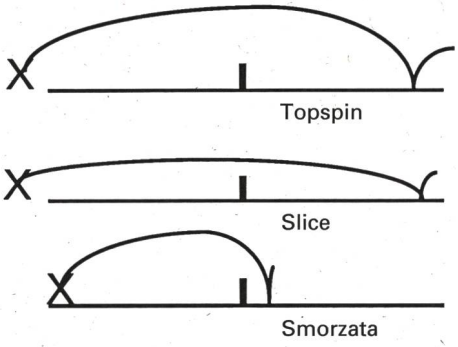
Il compito da risolvere è: voi siete X; disegnate la traiettoria della palla per i relativi colpi!

Poi confronto il disegno con le traiettorie ideali. Infine proviamo la situazione corrispondente. In una prima parte si gioca a coppie, su metà campo. Uno dei due lancia la palla mentre l'altro esegue l'esercizio. Prima si gioca topspin, poi slice e infine le smorzate. Naturalmente si cambia anche di posto.

Pierino: Perché uno non gioca?

Caterina: Chi lancia la palla deve giocarla in modo tale che si possa davvero giocare una palla con topspin. Se giocassero tutti e due con topspin, l'esercizio finirebbe per sembrare troppo spesso poco realistico. In una seconda parte ci alleniamo facendo una fila. Io mi metto da una parte del campo e gioco palle di diverso tipo sulla linea di fondo, mentre loro devono rinviare la palla indietro usando la traiettoria corrispondente. Con questo esercizio intendo migliorare la coscienza del singolo per le relative traiettorie, perché sono convinta che i tennisti giovani hanno idee sbagliate proprio sulle traiettorie. In questo modo imparano anche a decidere in quale situazione devono giocare quale palla.

Pierino: Capito. Per i nostri lettori disegno le traiettorie ideali secondo le leggi della fisica.



Pierino: Per questi esercizi nella parte A (analitica) dai anche degli aiuti ai tuoi ragazzi?

Caterina: Sì, utilizzo delle immagini figurate, delle metafore:

- Per il topspin: dal basso verso l'alto.
- Per lo slice: vvvvvvv veleggiare.
- Per la smorzata: bloccare.

Dopo questi esercizi giochiamo ancora una volta a punti, e ti confesso che sono ansiosa di vedere se va un po' meglio.

Pierino: Ancora con questo «quadrato proibito»?

Caterina: Sì, almeno all'inizio, e in una seconda parte senza.

Pierino: Da spettatore devo ammettere che sembra andare meglio. Il gioco si è fatto più variato e ricco di colpi.

Caterina: Sì, anch'io sono contenta dei miei ragazzi, Giocano meglio, in modo più variato e adatto alle circostanze. Imparare a giocare è un processo lungo ma anche molto interessante. Aspetto con gioia il prossimo allenamento – e naturalmente anche la tua prossima visita. Diciamo nel 1999?! ■

Trad.: cic