

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin
Band: 46 (1989)
Heft: 5

Artikel: La psicomotricità nel dribbling
Autor: Calligaris, Alfredo
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-999829>

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: 23.12.2025

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



La psicomotricità nel dribbling

di Alfredo Calligaris

L'impostazione metodologica recente negli sport, la quale esalta la necessità di maturare precocemente le strutturazioni nervose, che presiedono all'acquisizione delle abilità sportive, in precisa anticipazione temporale rispetto alla maturazione fisico-organica, ci consente di definire l'aspetto tecnico del dribbling come l'espressione singolare dell'intelligenza motoria del giocatore. Considerandone il contenuto neurofisiologico e chiarendo così i fondamenti che presiedono alla realizzazione dell'atto motorio nonché ribadire la necessità di procedere alla riorganizzazione mentale dei programmi di formazione giovanile in campo calcistico. A consentire che una maggiore quota di iniziandi maturi le abilità tecniche specifiche necessarie per primeggiare in una data disciplina o in un aspetto particolare della stessa, seguendo corrette impostazioni metodologiche, piuttosto che adattarsi alla possibile evoluzione naturale del talento; ma costringendo così l'entità dei ri-

sultati possibili alla sola espressione della casualità operativa.

L'abilità gestuale intesa quale capacità esecutiva precisamente finalizzata, nel lavoro o nello sport che sia, deriva principalmente dall'organizzazione delle varie sezioni del sistema nervoso, in funzione di quelle che sono la composizione e la qualità delle sintesi afferenti comprese in questa regolamentazione (Bernstein). L'organizzazione, la programmazione ed il controllo di qualsiasi azione psicomotoria avvengono infatti a diversi «livelli» del sistema nervoso centrale e questi «livelli» interagiscono, gerarchicamente, in base al principio della subordinazione dinamica.

L'attività motivata dell'uomo può essere interpretata come un'organizzazione sistematica, nella quale le azioni psicomotorie o i movimenti specializzati sono compresi come sottosistemi e nei quali il centro pilota è costituito dalla regolazione psichica, basata a sua volta sulle immagini-sensazioni e percezioni sensitive;

cioè sulle facoltà mentali che non possono però essere considerate al di fuori del complesso dei diversi meccanismi e dei principi sui quali fonda la strutturazione stessa dei sistemi funzionali dell'uomo (Anochin).

La programmazione delle azioni, come processo dinamico, deve precedere i parametri e il controllo sensorio dei movimenti mentre questi vengono realizzati. La prima funzione viene definita dunque dal meccanismo che assegna il problema, alla cui base si pongono le immaginazioni-rappresentazioni secondarie coscienti, attualizzate dalla memoria; mentre la seconda funzione assicura lo sviluppo della «melodia cinetica» realizzata dai movimenti che compongono il programma logico prefissato (Fig. 1 e 2).

Da tutto ciò ne consegue l'orientamento circa l'opportunità e convenienza di sviluppare le capacità coordinative (neuro-muscolari) del futuro atleta prima di puntare allo sviluppo di quelle condizionali (organico-muscolari) e quindi ne deriva anche l'opportunità e necessità di intervenire con programmi a contenuto formativo polivalente nella iniziazione formativo-specialistica del giovane a garanzia dell'ottenimento di una corretta strutturazione tecnico-specialistica del futuro atleta-giocatore.

La registrazione encefalica durante la realizzazione del movimento ha consentito di definire anatomicamente le aree specifiche del sistema nervoso centrale coinvolte nel processo motorio e di stabilire quella che è la successione di tali interventi. (Fig. 3).

Le strutture nervose coinvolte in successione sono:

- 1) le aree associative della corteccia cerebrale, per quanto concerne la decisione, la programmazione e la scelta motoria;
- 2) i gangli della base per quanto concerne l'inizio del movimento;
- 3) il cervelletto per quanto attiene il deposito degli schemi motori, l'organizzazione delle afferenze, la regolazione del tono muscolare e la coordinazione delle sequenze motorie;
- 4) la corteccia motoria per la partenza dell'impulso verso i motoneuroni dei diversi muscoli.

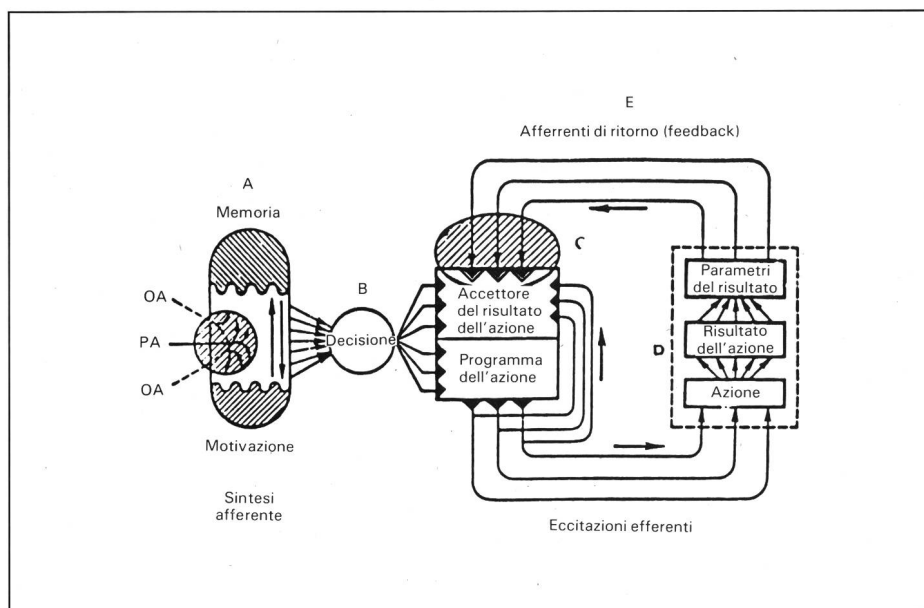


Fig. 1. Schema del sistema funzionale:

A: Stadio della sintesi afferente; OA: afferenza situazionale; PA: Afferenza attivante; B: Viene presa la decisione; C: formazione dell'accettore del risultato dell'azione e del suo programma afferente; D-E: raggiungimento dei risultati dell'azione e formazione dell'afferenza di ritorno per il confronto dei risultati ottenuti, e confronto con quelli programmati (tratta da: Anochin, P.K., *Biologia e neurofisiologia del riflesso condizionato*, Roma, Bulzoni, 1975).

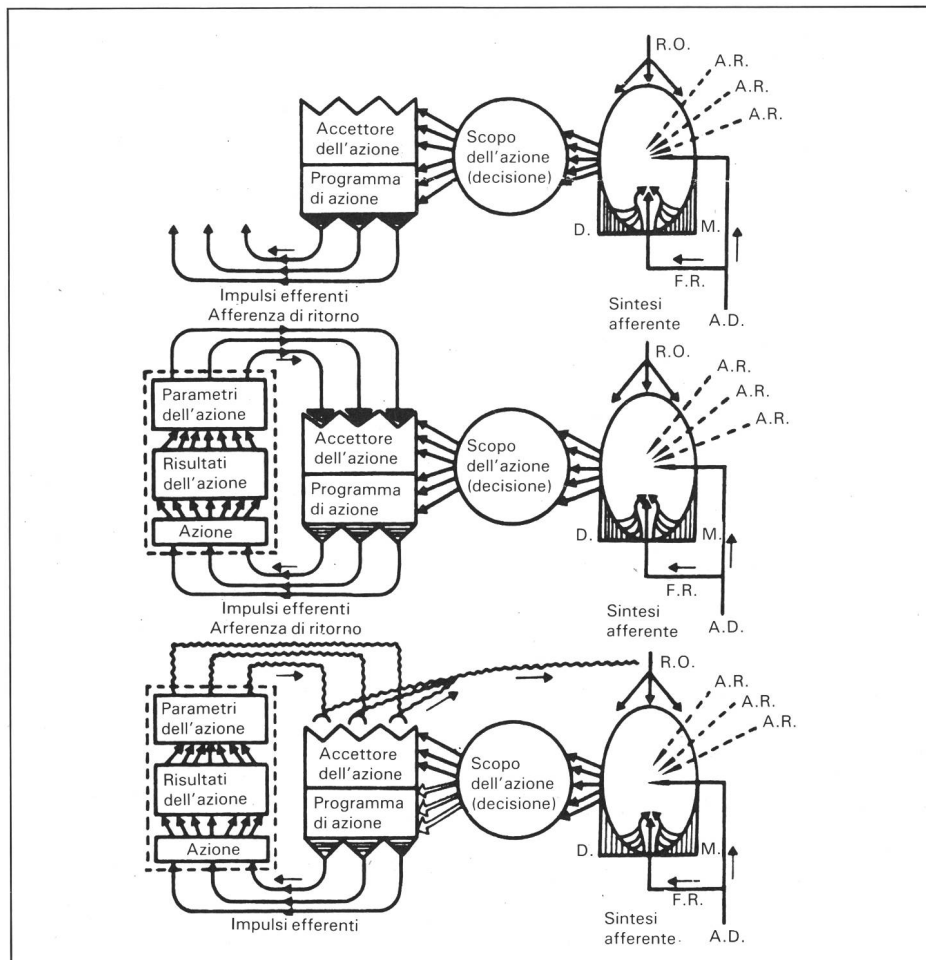


Fig. 2. Schema dell'architettura dell'atto comportamentale con tutti i meccanismi nodali del sistema funzionale dell'atto comportamentale (tratta da: Anochin, P.K., *Biologia e neurofisiologia del riflesso condizionato*, Roma, Bulzoni, 1975).

A.D.: Stimolazione
F.R.: Formazione reticolare
A.R.: Afferenza di ritorno
R.O.: Reazione di orientamento
D.: Motivazione dominante
M.: Memoria

Dal complesso di queste strutture del sistema nervoso centrale partono gli ordini che convergono poi su quella che viene definita «la vita finale comune» ossia il neurone motorio del midollo spinale coinvolgendo l'intervento del sistema piramidale preposto all'organizzazione dei movimenti fini e precisi e quello del sistema extrapiramidale preposto all'organizzazione dell'attività motoria più complessa.

Ma ciò che rappresenta, a livello muscolare, il punto nodale della coordinazione motoria è il sistema dei fusi neuromuscolari.

Nelle azioni motorie complesse, tra le quali possiamo sicuramente inserire il dribbling, intervengono le diverse forme del movimento umano (volontario, riflesso, automatico) la cui corretta e coordinata fusione temporale determina la precisa strutturazione spaziale del momento tecnico (gesto specialistico) considerato.

Naturalmente, nella determinazione della complessità gestuale (non solo sportiva) dobbiamo inserire anche

quei meccanismi particolari che definiscono la singolarità individuale dell'esecutore e si esprimono con le ma-

nifestazioni originali della «creatività» e «fantasia» proprie dell'uomo che si muove. Praticamente, però, ogni nuovo movimento deriva sempre dalla combinazione di esperienze esecutive già possedute (Bernstein) che l'individuo combina poi in sequenze originali e diversamente finalizzate. Da ciò ne consegue che quante più esperienze motorie l'individuo memorizza, tanto più facilmente esso sarà in grado di realizzarne di nuove e di più complesse.

In «Teoria del movimento», Meinel e Schnabel affermano che «l'uomo ha plasmato tutte le forme ed i ritmi del proprio movimento nel processo di adattamento all'ambiente naturale e sociale in cui ha operato ed opera» (riflettendo sull'adattamento motorio dell'uomo in assenza di gravità o in riduzione della stessa, pensavano alla possibilità di realizzare una partita di calcio o di basket, per esempio in queste condizioni: spettacolo futuro nello spazio?). Confermando come la motricità rappresenti un aspetto fondamentale dell'evoluzione psichica, intellettuale, etico-morale, culturale ed estetica dell'umanità.

Nel lavoro come nello sport ogni movimento logico rappresenta infatti un'unità organica tra funzioni fisiche e psichiche ed esprime il passaggio graduale dai movimenti animali a quelli specifici dell'uomo. Il quale, con l'uso del linguaggio e del pensiero ha acquistato anche la capacità di porsi degli scopi da raggiungere con il movimento stesso e di prevedere quindi un fine preciso per gli aspetti e le manifestazioni diverse della propria attività motoria.

Questo aspetto della motricità ha significato anche la «intellettualizza-



zione» e «umanizzazione» del comportamento motorio individuale e collettivo. Quindi l'espressione tecnica di un gesto rappresenta un aspetto particolare della maturità dell'uomo ed esprime il contenuto culturale della gestualità stessa.

Anche il condurre una palla (il caso del dribbling) rappresenta perciò un tipo particolare di rapporto dell'uomo con l'ambiente; dove quest'uomo agisce proprio attraverso la realizzazione di un movimento altamente finalizzato. La «fantasia» e la «creatività» anche artistiche e scientifiche hanno una precisa origine motoria (Meinel e Schnabel) ed è facile quindi poter considerare qualsiasi azione compiuta dall'uomo come conseguenza dello sviluppo progressivo delle sue capacità motorie.

La motricità sportiva rappresenta dunque l'espressione dell'intenso sviluppo qualitativo raggiunto dall'uomo in questo settore comportamentale, specie in considerazione del fatto che i movimenti atletici sono rappresentati sempre da processi esecutivi molto complessi. Superare l'asticella del salto in alto, passare un ostacolo, lanciare il disco, nuotare velocemente, colpire una pallina da golf, servire nel tennis, tuffarsi, condurre una palla (dribbling) appunto, ecc., coinvolgono sicuramente una serie di meccanismi di natura sensoriale e mentale collegati strettamente in un ordine razionale (che li definisce) così da consentire la realizzazione di un compito motorio ben precisato e specifico.

Questa serie di processi di diversa natura psicofisiologica definiscono praticamente la coordinazione motoria e rappresentano la sintonia con cui si verifica l'atto motorio stesso in vista del raggiungimento di un scopo precisato.

La sequenza operativa è pressoché la seguente:

- 1) programmazione delle sequenze del movimento;
- 2) ricezione ed elaborazione dell'informazione afferente e refferente;
- 3) esecuzione del movimento;
- 4) confronto tra informazione in entrata e l'obiettivo anticipato;
- 5) controllo e regolazione costante del movimento stesso.

Quindi la struttura di un'azione speciale quale il dribbling, per esempio, si esprime in modo molto complesso e secondo una sequenza cronologica esattamente collegata nelle sue diverse componenti tecnico-motorie, le cui tappe fondamentali sono:

- 1) il perfezionamento della precisione spaziale dei movimenti di coordinazione senza riferimento alla

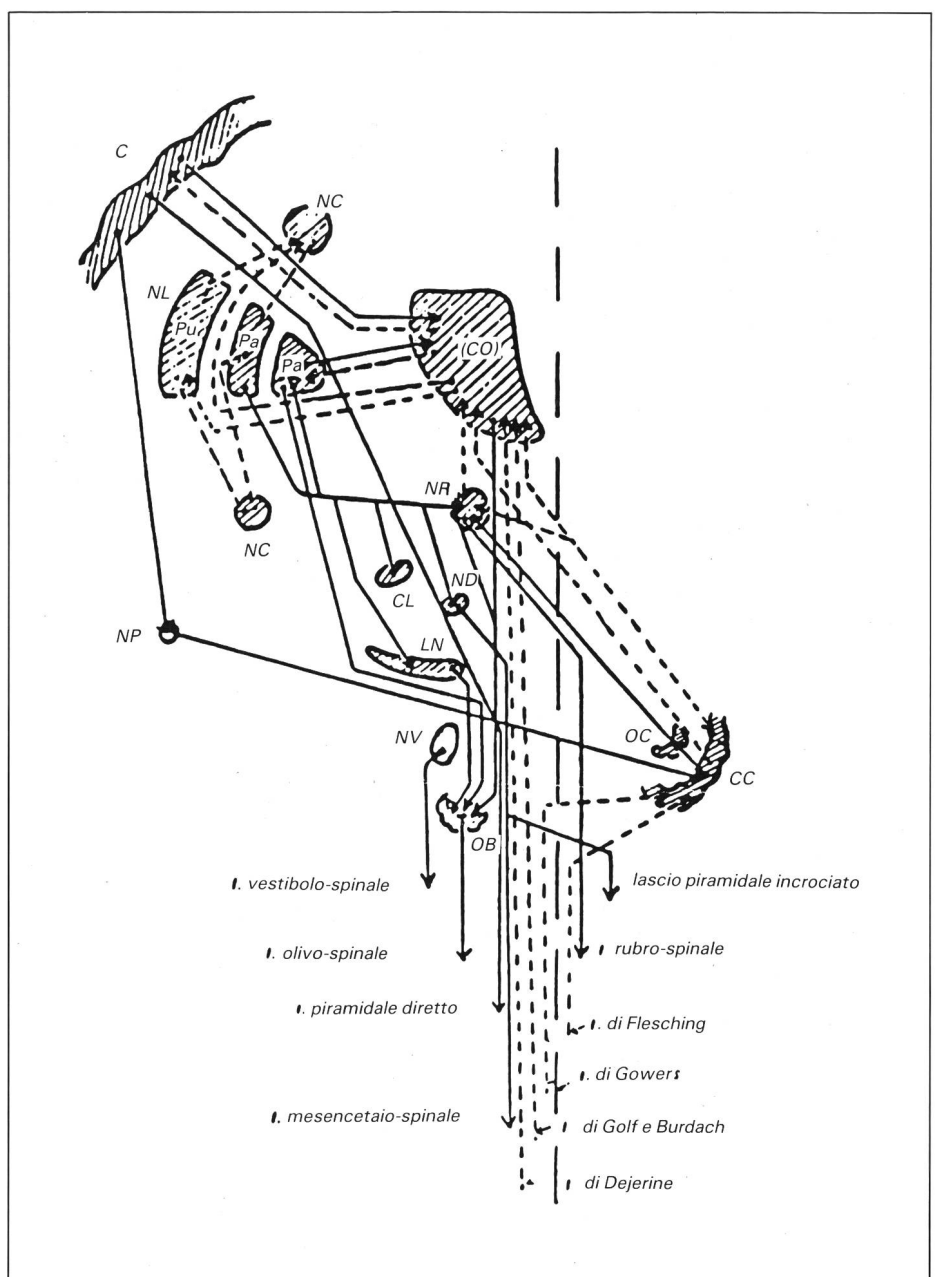


Fig. 3. Schema mostrante la complessità della regolazione motrice.

C: corteccia cerebrale; NC: nucleo caudato; NL: nucleo lenticolare; Pu: putamen; Pa: pallidum; CO: conche ottiche; RN: nucleo rosso; CL: corpi di Luys; ND: nucleo di Darkschewitch; LN: locus Nigri; NV: nuclei vestibolari (Betcherew e Deiters); OB: oliva bulbare; CC: corteccia cerebellare; OC: oliva cerebellare; NP: nucleo di ponte.

- velocità esecutiva;
- 2) il perfezionamento della precisione spaziale e dei movimenti di coordinazione a velocità crescenti e senza dispersioni;
- 3) il perfezionamento delle capacità di eseguire movimenti in condizioni variabili, improvvise e imprevedibili.

Con il necessario coinvolgimento di fattori addestrativi del tutto particolari o interventi gestuali naturalmente ed istintivamente originali (stile) propri dei diversi esecutori.

Anche queste considerazioni relative alla complessità esecutiva del dribbling confermano perciò l'assoluta necessità di acquisizione da parte del futuro atleta-calciatore del più ampio possibile bagaglio motorio, proprio

nella fase iniziale della sua strutturazione fisico-tecnica, astruendo dai finalismi tattici, ma a garanzia della creazione di automatismi gestuali, i più diversi e «trasferibili» successivamente nelle abilitazioni specifiche (calcistiche in questo caso).

Non intendiamo certo affermare che con l'allenamento razionalmente impostato tutti possono aspirare a diventare abili dribbatori, ma ci piace ribadire che l'applicazione formativa polivalente è la procedura sicuramente più valida per garantire lo sviluppo di potenzialità possedute, anche se non evidenti, al contrario di quanto avviene nel talento naturale, ma evidenziabili successivamente nell'attuazione di un preciso programma tecnico-specialistico di alto livello. □