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

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 47 (1990)

Heft: 5

Rubrik: Documentazione

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: 10.12.2025

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

Recensioni

Il controllo dei movimenti sportivi

V.S. Farfel, ed. Società stampa sportiva, Roma, 1988, pagg. 198

Le ricerche sul controllo e la regolazione dei movimenti hanno una lunga tradizione nella scienza sovietica, da Berstein ai ricercatori più recenti. Tra questi una delle figure più eminenti è stata quella di V.S. Farfel. Il suo testo fondamentale è *Il controllo dei movimenti sportivi*, nel quale in dieci capitoli, vengono riuniti e discussi i risultati di oltre cinquanta lavori di Farfel e dei suoi collaboratori. Il filo che lega i vari capitoli del libro è la convinzione che il progresso tecnico e scientifico attuale crei la possibilità di progettare strumenti che non solo permettono il miglioramento dell'analisi dei movimenti sportivi, ma anche la valutazione ed il controllo del processo di allenamento e di apprendimento della tecnica. Oltre alla problematica della regolazione dei movimenti, del suo perfezionamento e del suo sviluppo ontogenetico, il filo che lega tutti gli argomenti del testo è come utilizzare il principio dell'informazione obiettiva rapida supplementare, nell'apprendimento e nel miglioramento della tecnica. Alla base di questo principio per Farfel vi sono quattro ipotesi principali: 1. il processo di apprendimento motorio è sempre collegato all'informazione sulle deviazioni del movimento eseguito dal modello proposto. Questo confronto tra programma e risultato, secondo Farfel viene facilitato se all'atleta, oltre alle informazioni verbali dell'allenatore vengono forniti dati oggettivi sui parametri principali del suo movimento ottenuti attraverso apparecchiature; 2. l'apprendimento motorio o il miglioramento delle abilità tecniche sportive non sarebbe altro che la creazione di una migliore capacità di percezione, differenziazione e controllo di questi parametri cinematici e dinamici oggettivi dell'esecuzione motoria; 3. attraverso programmi speciali di allenamento è possibile migliorare questa capacità di direzione della regolazione dell'orientamento e dell'esecuzione del movimento; 4. avere a disposizione strumenti per fornire un'informazione rapida e oggettiva all'atleta non basta. Occorre elaborare una metodologia per la loro utilizzazione, che ne permetta l'integrazione nel processo pedagogico. Un fattore estremamente importante è che l'informazione fornita corrisponda al livello linguistico e culturale dell'allievo, che deve essere in grado di recepirla e rielaborarla.

La parte terminale del libro è dedicato ad una classificazione dei movimenti basata sulla difficoltà del loro controllo.

L'allenamento infantile

Erwin Hahn, ed. Società di stampa sportiva, 1986, pagg. 152

L'allenamento infantile non può essere paragonato ad un allenamento per adulti svolto con carichi minori, ma bensì, soggiace a leggi e principi validi unicamente in considerazione dello sviluppo evolutivo. Data la particolarità e la complessità di questo tema discordante, molti pedagogisti dello sport hanno giustamente ritenuto opportuno fissare le regole fondamentali e sfatare così alcuni pregiudizi ingiustificati. Allo psicologo dello sport Erwin Hahn, il quale opera con successo nel prestigioso Istituto delle scienze sportive di Colonia, spettano le attenzioni e i riconoscimenti maggiori; nella sua pubblicazione, *L'allenamento infantile*, tradotta magistralmente da Mario Gulinelli, edita dalla Società di stampa sportiva, Hahn riassume con un approccio scientifico sufficientemente chiaro tutte le componenti che si riallacciano all'allenamento dei giovanissimi.

Egli parte dal presupposto che l'allenamento infantile deve considerare dapprima le leggi della psicologia infantile per poi, in seguito, riallacciarsi alle leggi dell'allenamento sportivo. Seguendo questa successione, nella prima parte, la pubblicazione si sofferma sulla problematica dello sviluppo motorio, e puntualizza, in particolare, le tendenze di sviluppo, le quali si contraddistinguono per la presenza di fasi sensibili, durante le quali l'apprendimento di talune componenti motorie è particolarmente favorevole. L'allenatore/insegnante di E.F. deve prodigare le sue attenzioni nell'intento di favorire uno sviluppo della motivazione, raggiungibile soprattutto grazie ad un'attività sportiva basata sul gioco, il divertimento e la gioia.

Nella concezione del programma d'allenamento bisogna attenersi scrupolosamente ad alcuni principi basilari di teoria dell'allenamento, seguendo i quali si possono evitare eccessi di carico che possono produrre danni irreversibili. A questo proposito è lecito attendersi dall'allenatore una specializzazione del talento «al momento opportuno» oppure «una specializzazione ritardata fino a quanto è necessario». Questa regola può essere ripresa anche per le competizioni infantili, anche se è doveroso ricordare il ruolo di stimolo all'allenamento di quelle gare per cui non sussistono tensioni o paure in caso di insuccesso. Dalla teoria dell'allenamento ai principi d'allenamento veri e propri, il passo è breve. A questo punto, Hahn rinuncia ad una semplice enumerazione teorica dei principi da seguire, e inserisce esempi pratici già sperimentati con succeso in alcune discipline sportive. Egli reputa fondamentale l'applicazione corretta di un modello di periodizzazione che si attiene al ritmo delle vacanze scolastiche e che, dunque, non si orienta unicamente sul ciclo delle competizioni degli adulti.

Tutti questi consigli e raccomandazioni tendono ad imporre l'immagine di un allenamento infantile inteso come un allenamento preparatorio allo sport di alto livello: «questo allenamento preparatorio è necessario. Se una cultura attribuisce valore allo sport di alto livello nell'età adulta, allora quel cammino, generalmente lungo, che porta a questo alto livello comincia nella fanciullezza e nell'adolescenza».

(schede di Nicola Bignasca)