

Facoltà di Medicina e Chirurgia
Corso di Laurea Triennale in
Scienze Motorie

TTD degli Sport di Squadra I

(Coordinatore del Modulo Prof. Bruno RUSCELLO, PhD)

A.A. 2019-2020



Struttura del corso

TTD degli Sport di Squadra I

Docente	Argomento	Ore
Ruscello	Aspetti generali degli sport di squadra	
D'Ottavio	Calcio	
Capobianco	Basket	
Granatelli	Rugby	
Tiloca	Pallavolo	

Programma didattico del Corso

1. Caratteristiche generali dei giochi sportivi. Il concetto di “Team”. Differenza fra “gruppo” e “squadra”.
2. Analisi della motricità dei giochi sportivi.
3. I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi.
4. Particolarità ed elementi caratteristici della prestazione nei giochi sportivi (di squadra): caratteri generali.
5. Differenze fra discipline “open” e “closed”.
6. I processi mentali ed i circuiti di regolazione dell’azione.
7. Anticipazione complessa e movimenti di finta.
8. Schemi di reazione semplici e multipli, relativamente al tipo di prestazione.
9. Aspetti teorici e pratici della tattica e della tecnica nelle discipline “open”.
10. Conflittualità relative fra il fattore “velocità” ed il fattore “precisione” dei movimenti.
11. Didattica dell’insegnamento delle abilità tecnico-tattiche.
12. Le competenze pedagogiche dell’allenatore.
13. Teoria e organizzazione della “match analysis” (analisi notazionale): esempi pratici attraverso l’osservazione del modello fisiologico, cinematico e tecnico-tattico.
14. Caratteristiche generali di alcune specifiche discipline sportive di squadra: calcio, basket, pallavolo, rugby.

I concetti teorico-pratici presentati in questo intervento, rappresentano la sintesi di molti anni di attività di Tecnico Federale (Allenatore Nazionale e Direttore Tecnico) e di Ricercatore Universitario.

In particolare la struttura gestionale dei processi presentati trae spunto dall'opera del professor Agostino La Bella, già preside della Facoltà di Ingegneria dell'Università di Roma "Tor Vergata", come consultabile nel suo testo "Leadership", 2005, Apogeo Ed., Milano

PUBMED

SCOPUS

WEB OF SCIENCE

**Parte del materiale presentato nelle slides
seguenti proviene da lavori prodotti dal
prof. Stefano D'Ottavio, a cui va il mio sincero
ringraziamento per la gentile concessione d'uso.**

Sport di situazione e giochi sportivi

Per sport di situazione si intendono:

- Gli sport nei quali l'esecuzione della tecnica dipende dalle condizioni agonistiche, particolarmente quelle tecnico-tattiche e dall'opposizione dell'avversario e/o della squadra avversaria (Manno 1989)
- Gli sport la cui prestazione agonistica ed i fattori che la compongono sono influenzati da variazioni dell'ambiente di gara (D'Ottavio 2006)

Sport di situazione e giochi sportivi

Per gioco sportivo di squadra si intende:

- Una forma di pratica dell'esercizio fisico-sportivo, che ha un carattere **ludico, agonistico e di processo** in cui i partecipanti costituiscono **due squadre** che si trovano in rapporto di avversità tipica **non ostile**, determinata dalla competizione in cui attraverso la lotta (sfida) si cerca di ottenere la vittoria sportiva per mezzo del pallone o di un altro oggetto di gioco, manovrato secondo regole prestabilite (Teodorescu 1985)

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Dispensa a solo uso interno. È vietata la riproduzione e la diffusione all'esterno dei corsi di laurea in Scienze Motorie dell'Università di Roma "Tor Vergata"

Bruno RUSCELLO

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Gli sport di squadra si possono considerare come **sistemi dinamici complessi** composti di tante parti interagenti.

Le partite sono caratterizzate da **interazioni dirette fra gli atleti e i loro avversari**, vedi interazioni **inter-squadra** in una partita di pallacanestro oppure da **interazioni cooperative fra atleti che si contrappongono ad un altro gruppo di atleti**, vedi partita di pallavolo.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

In generale, la complessità è un **concetto multidimensionale** e gli incontri sportivi non fanno eccezione.

La lista seguente di **caratteristiche interconnesse** è stata formulata per essere abbastanza ampia da comprendere i **diversi tipi di complessità** che è possibile riscontrare in un sistema di sport di squadra qual è l'evento agonistico.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Aree problematiche ampie.

Gli incontri sportivi tendono ad essere composti di molte forze ed elementi diversi. Di conseguenza, il numero dei fattori potenzialmente rilevanti che gli allenatori e i giocatori devono prendere in considerazione può essere enorme.

Per esempio, in una partita di calcio le combinazioni possibili delle azioni dei giocatori di una squadra sono illimitate.

Le aree problematiche ampie creano difficoltà anche per gli allenatori, che si impegnano affinché le sessioni di allenamento da essi sviluppate possano permettere agli atleti di far fronte alla totalità delle possibilità, senza eccedere oltre i limiti delle loro risorse.

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Complessità sociale.

Solitamente i **sistemi sportivi complessi** sono composti di gruppi di persone che devono **lavorare insieme** per far funzionare in modo appropriato tutto il sistema.

Ciò crea un forte bisogno di **comunicazione chiara per coordinare** efficacemente le **azioni delle varie parti coinvolte**.

Per esempio, un club di rugby potrà realizzare il meglio per i propri giocatori solo mettendo in atto una buona comunicazione fra direttori, allenatori, genitori, sponsor, giornalisti, medici , psicologi dello sport e il resto del personale.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Prospettive eterogenee.

Spesso i soggetti coinvolti in un contesto sportivo **hanno provenienze culturali e sociali diverse** e perciò rappresentano i valori potenzialmente conflittuali dovuti alle diverse origini.

Di conseguenza, il **processo negoziale** è reso più difficile dal fatto che per raggiungere un obiettivo comune è **necessario allineare valori diversi**.



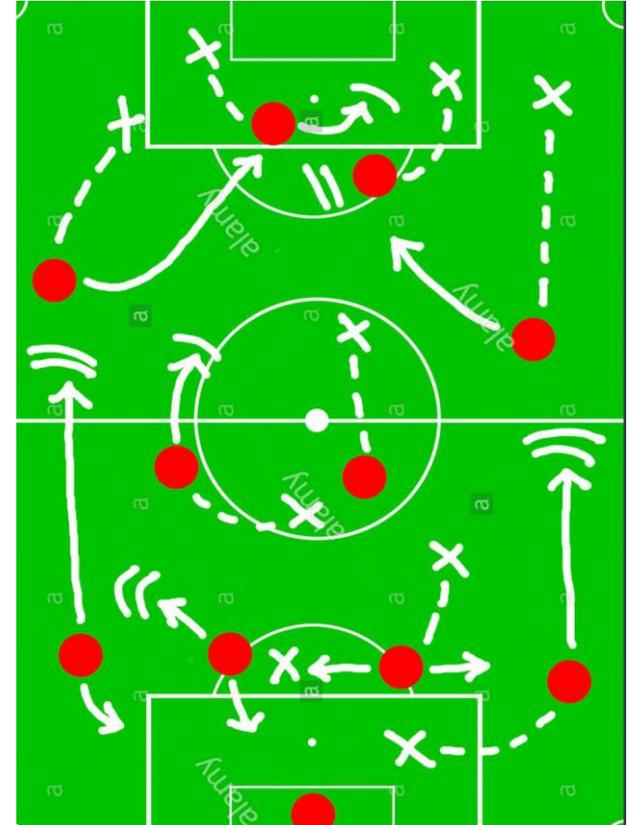
Roma, Corviale – il Calciosociale

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Distribuito

Le situazioni associate al **coordinamento sociale** possono essere rese complicate dal fatto che **le persone coinvolte** si trovano in **luoghi diversi** ad esempio in aree diverse del campo di calcio.

È difficile far sì che persone dislocate in questi diversi luoghi **riescano a comunicare chiaramente** e a **coordinare azioni e decisioni**, quando sono impegnati a raggiungere un obiettivo.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Dinamico

Solitamente i **sistemi sportivi complessi** sono **dinamici** e possono essere soggetti a **vincoli di lunga durata**: possono essere sufficienti pochi secondi per segnare un punto ma possono essere necessari ore o giorni per mettersi alle spalle un risultato negativo.

In una squadra, **poiché gli effetti delle azioni dei giocatori in allenamento sono posticipati**, i giocatori dovrebbero anticipare le condizioni futuri di gara e agire di conseguenza.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Rischio

In alcuni tipi di competizione esiste anche un **rischio potenziale piuttosto alto**, perché le convinzioni o le azioni **non appropriate** possono **avere conseguenze catastrofiche** come accade, ad esempio, nel caso di un gesto offensivo di un giocatore verso un tifoso avversario, che mette a repentaglio la sicurezza pubblica con inizio di violenze tra tifosi al di fuori della struttura sportiva; oppure avere **conseguenze economiche** ad esempio **l'allontanamento degli sponsor** a seguito di una sconfitta grave in campo internazionale.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Interconnessione

I **sistemi sportivi complessi** sono spesso formati da numerosi **sottosistemi fortemente connessi e interagenti tra loro.**

Un **complesso di legami che rende difficile predire tutti gli effetti di un'azione e comprendere le relative implicazioni,** causata ad esempio del disturbo arrecato da un avversario: in questo caso infatti i risultati possibili creati dalla interazione sono molti e probabilmente divergenti.

Agire nell'ambito di una competizione sportiva che prevede molte **correlazioni** crea grandi oneri su tutti i soggetti coinvolti, che devono **valutare contemporaneamente,** ai fini della prestazione , **moltissimi fattori.**



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Incertezza

I dati a disposizione dei **giocatori possono presentare elementi di incertezza** quali: una valutazione imperfetta del gioco dell'altra squadra, un insufficiente contributo proveniente dalla panchina, le mosse strategiche dell'allenatore avversario.

In assenza di informazioni esaustive le condizioni effettive di gara non sono mai leggibili e quindi note con totale certezza.

Ulteriore distinzione è necessaria fra i cambiamenti causati da eventi attinenti alla partita e quelli eventualmente prodotti da un evento casuale: una situazione che renderebbe necessario il ricorso a **inferenze** e **problem solving**, andando di fatto oltre le informazioni note nell'elaborazione della risposta.



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Interferenze

Gli atleti devono anche gestire **gli eventi inattesi o inusuali**, ad esempio una doppia espulsione, un gol preso o segnato nei primi minuti della partita, ecc.

Devono quindi **improvvisare ed adattarsi rapidamente ad un evento inatteso conservando l'efficacia operativa della squadra.**

Perciò l'allenamento non può basarsi esclusivamente sulle situazioni attese, prevedibili o comuni per frequenza.

I sistemi sportivi complessi devono poter operare efficacemente alla presenza di **eventi idiosincratici** vale a dire **eventi meno prevedibili dei protagonisti della gara.**



Caratteristiche generali dei giochi sportivi

I **giochi sportivi** sono delle competizioni che si vengono a svolgere fra giocatori (sport duali) o squadre; sono governate da regole che garantiscono uguale opportunità di successo.

Per nostra comodità possiamo dividere i giochi sportivi in 4 grandi categorie

1. Giochi di Territorio o di Invasione
2. Giochi di Bersaglio o Precisione
3. Giochi di Corte
4. Giochi di Campo

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Giochi di Territorio o di Invasione

I giochi di territorio o d'invasione prevedono due squadre di eguale numero di giocatori, entrambe le quali tentano di invadere il campo avversario muovendo un oggetto/attrezzo verso una porta o linea di meta per segnare un punto entro un tempo di gara definito. Nello stesso tempo l'obiettivo è quello di evitare che la squadra avversaria possa segnare a sua volta.

Questa categoria di giochi sportivi può essere suddivisa in due sottocategorie:

- 1) **Giochi di Porta** – sono quei giochi di territorio che prevedono l'uso di una porta specifica per segnare il punto (calcio, hockey, pallamano, basket, pallanuoto, ecc.).
- 2) **Giochi di Meta** – sono quei giochi in cui un punto è accordato superando una linea con l'oggetto del gioco (p.es. palla) in possesso. Il tirare poi la palla in una porta può essere considerata una forma secondaria di segnatura (Rugby, Football americano).

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Giochi di Bersaglio o di Precisione

I giochi di Bersaglio o di Precisione prevedono sia individui che squadre che lanciano un attrezzo verso uno o più bersagli con l'obiettivo di ottenere il punteggio più alto (o basso). Questa categoria di giochi sportivi può essere suddivisa in due sottocategorie:

- 1) **Giochi di Bersaglio con opposizione** – sono quei giochi sportivi in cui i giocatori direttamente influenzano il tiro effettuato attraverso azioni attive (p.es. Curling, Bocce, Croquet)
- 2) **Giochi di Bersaglio senza opposizione**– sono quei giochi sportivi in cui i giocatori accumulano punti senza alcuna influenza diretta degli avversari sul tiro da effettuare (p.es. Bowling, Golf)

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Giochi di Corte (o di rilancio)

I giochi di Corte prevedono sia individui che squadre che tentano di segnare un punto attraverso il lancio dell'attrezzo nel campo avversario in modo tale da rendere difficoltoso o impossibile il gioco di restituzione dell'attrezzo da parte dell'avversario. Questa categoria di giochi sportivi può essere suddivisa in due sottocategorie:

- 1) **Giochi di Corte divisa** – sono quei giochi sportivi in cui i giocatori o le squadre sono separate (p.es. Tennis, Tennis tavolo, Pallavolo, Badminton).
- 2) **Giochi di Corte condivisa** – sono quei giochi sportivi in cui i giocatori o le squadre non sono separate (p.es. Squash,)

Caratteristiche generali dei giochi sportivi

Giochi di Campo

I giochi di Campo prevedono squadre che assumono alternativamente il ruolo di battuta e quello di copertura del campo, con lo scopo di segnare il maggior numero di tentativi.

Questa categoria di giochi sportivi può essere suddivisa in due sottocategorie:

- 1) **Giochi di Campo a ventaglio** –(p.es. Baseball, Softball).
- 2) **Giochi di Campo ovale**– sono quei giochi sportivi in cui i giocatori o le squadre non sono separate (p.es. Cricket)

Classificazione degli Sport

Nel corso degli ultimi decenni sono nate e si sono affermate nuove discipline – come il beach-volley, la mountain-bike e lo snowboard, di cui alcune sono state accolte nel novero degli sport olimpici.

Molte sono inoltre le discipline che si situano a cavallo tra lo sport e l'avventura esplorativa, come l'immersione subacquea, l'alpinismo, il volo a vela, il paracadutismo; o tra lo sport e il gioco di abilità, come il biliardo o il bowling.

Classificazione degli Sport

La classificazione degli sport e delle attività sportive in genere può servire a vari filoni utilizzativi come:

1. **didattico-funzionale**
2. **conoscitivo-operativo**
3. **didattico-scientifico.**

In questi grandi filoni possiamo individuare almeno due **scopi applicativi**, nel campo della fisiologia applicata:

- valutare le attitudini e le capacità di un soggetto a svolgere una o più specialità sportive;
- effettuare il bilancio degli effetti di un sistema di allenamento su di una determinata attività sportiva.

Classificazione degli Sport

Ogni tentativo di classificazione degli sport è reso difficoltoso dal fatto che una disciplina può appartenere nello stesso tempo a più categorie, a seconda del criterio di tipologizzazione scelto.

È soltanto per tradizione dunque che si riconoscono ad esempio **sei categorie**: gli sport “**atletici o ginnici**”, come l’atletica leggera, la ginnastica, la pesistica, il nuoto, il ciclismo ecc.; gli sport di “**contrapposizione**”, come il pugilato, la lotta, la scherma, il judo, il karate e le altre arti marziali; gli sport “**giocati con la palla**”, dal calcio al rugby, dalla pallacanestro alla pallamano e alla pallavolo, dal tennis al ping-pong, dalla pallanuoto al baseball; gli sport “**motoristici**” come l’automobilismo e il motociclismo; gli sport di “**scivolamento**”, come tutte le discipline dello sci alpino e nordico, il bob e il pattinaggio; e, infine, gli sport “**nautici**”, dalla vela allo sci nautico, dal surf al canottaggio e alla canoa.

Classificazione degli Sport

Pertanto secondo il Prof. Dal Monte una classificazione, per essere utile ai fini pratico-sperimentali, deve fondarsi su tre presupposti necessari:

1. individuare la **sollecitazione funzionale prevalente**, nei vari organi ed apparati utilizzati nell'esecuzione di un particolare sport mediante i suoi gesti tecnici;
2. definire, anche in forma indicativo/qualitativa, **l'impegno settoriale a carico dei muscoli**, ovvero il grado d'intensità delle contrazioni e la massa percentuale di muscolatura impegnata.
3. Mettere a disposizione del "funzionalista" una definizione ed una graduatoria d'importanza che va seguita per ottenere una corretta valutazione di attitudine ed efficienza.

Dal Monte A.; "Fisiologia e Medicina dello Sport" 1977, Sansoni Ed. - Firenze

Classificazione degli Sport

1. attività ad impegno prevalentemente anaerobico,
2. ad impegno aerobico/anaerobico massivo,
3. di tipo prevalentemente aerobico,
4. ad impegno aerobico/anaerobico alternato,
5. attività di potenza,
6. attività di destrezza.

Classificazione degli Sport

Sport di Prestazione	Sport di Forza e Forza e Veloce Sport di Resistenza
Sport di Situazione	Giochi Sportivi collettivi Giochi sportivi individuali Sport di Combattimento
Sport Tecnico-Combinatori	Discipline in cui vi è una valutazione del movimento da parte di una giuria
Sport di Mira	Con bersaglio mobile e fisso

Manno, R.; “Fondamenti dell’Allenamento Sportivo”; 1989; Zanichelli ed.; Bologna

Classificazione degli Sport

Classi di Sport	Esempi di Sport	Scopi fondamentali comuni della Tecnica
Sport di Forza Sport di Forza Rapida Sport di Rapidità	Sollevamento pesi Salti e lanci dell'atletica leggera Distanze brevi della corsa, pattinaggio, ciclismo	Sfruttamento di tutte le caratteristiche del movimento per sviluppare al massimo la forza, gli impulsi di forza e la rapidità
Sport di Resistenza a carattere ciclico	Marcia, corsa, pattinaggio, ciclismo, sci di fondo, canottaggio, canoa, nuoto	Ricerca della massima economicità ed efficienza dei movimenti
Sport di Precisione	Tiro al volo, a segno, con l'arco, bocce	Ricerca della massima precisione dei movimenti e del risultato
Sport Tecnico-Compositori a valutazione qualitativa	Ginnastica artistica, ritmica, pattinaggio artistico, tuffi, nuoto sincronizzato, sci nautico, salto con sci	Ricerca della massima valutazione da parte delle giurie per mezzo di composizioni motorie sempre più difficili, spettacolari, precise, espressive, ecc.
Sport di Situazione: Giochi Sportivi Sport di Combattimento Sport a rapido adattamento ambientale	Calcio, pallacanestro, pallavolo, pallamano, tennis, pallanuoto, baseball, rugby, hockey, ecc. Lotta, pugilato, scherma, judo, karate, ecc. Sci alpino, canoa fluviale, slittino, bob, corsa di orientamento, motocross, ecc.	Adattarsi in modo rapido e ottimale alla situazione tecnico-tattica contingente in modo da disorganizzare il più possibile la tecnica dell'avversario mantenendo molto efficace la propria. Mantenere una tecnica ottimale indipendentemente dalle situazioni ambientali mutevoli.

D'Jakov e Farfel

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

Per poter analizzare e comparare la struttura dei giochi sportivi, sono state identificate tre componenti principali:

- a) Le Regole**
- b) Le Abilità o le Tecniche**
- c) Le Strategie**

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

Le Regole

Sono le norme stabilite che governano la struttura e lo svolgimento di ogni tipo di gioco sportivo.

Sono le linee guida che definiscono il contesto di gara, con il fine di conservare l'equità nelle opportunità di successo così come l'incertezza del risultato fino a che il gioco non sia terminato. Sono progettate per prevenire o eliminare sviluppi di gioco non desiderabili e nel contempo favorire quelli desiderabili. I partecipanti aderiscono al regolamento; l'accettazione di esso rende possibile il gioco.

Le regole possono essere divise fra:

- quelle che governano gli aspetti **preliminari del gioco** (campo di gioco, durata, numero di giocatori, equipaggiamento, ecc.)
- quelle che governano **il gioco** (tecniche consentite, ruoli dei giocatori, posizioni in campo, segnature, ecc.)
- quelle che regolano le **punizioni per le violazioni alle regole** (falli, infrazioni, punizioni, ecc.).

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

Le Abilità o la Tecnica

Le abilità di gioco (le tecniche) sono quelle azioni usate per controllare il corpo e manipolare gli attrezzi per le finalità richieste dal gioco. Esse comprendono sia le tecniche di gestione del corpo (aspetti locomotori e non) che di gestione degli attrezzi di gioco (p.es. palla, racchetta, bastone, ecc.). Sebbene per motivi di classificazione queste tecniche sono spesso prese in modo isolato, in realtà nel gioco è la fusione di più tecniche che permette poi la soluzione del problema motorio posto (p.es. conduzione della palla in corsa, arresto, tiro in sospensione, nel basket). La tecnica può essere quindi considerata come la sequenza di movimenti altamente specializzati usati dall'atleta per rispondere alle esigenze di gioco. In senso generale la tecnica può essere utile per : rilanciare, tirare, passare, ricevere, guadagnare il possesso, mantenere il possesso l'attrezzo di gioco (p.es. la palla o il disco nell'hockey).

Bruno RUSCELLO

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

Le Abilità o la Tecnica

L'applicazione della tecnica è più importante della tecnica stessa. Una tecnica è efficace quando riesce effettivamente a risolvere il problema **tecnico-tattico** posto.

Questo significa che l'insegnamento della tecnica di gioco deve sempre tener presente almeno di tre livelli:

- a) **Livello percettivo**
- b) **Livello decisionale**
- c) **Livello esecutivo**

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

La Strategia e la Tattica

La **strategia** rappresenta la pianificazione delle procedure da adottare nello scenario reale di gioco per ottenere gli obiettivi prefissati. È quindi un piano *a priori* che informa poi i comportamenti degli atleti posti in situazione.

Questi comportamenti sono quindi la risposta **tattica**, ovvero l'applicazione pratica, di questi indirizzi e rappresentano effettivamente le manovre adottate, dal singolo dalla squadra, per ottenere dei vantaggi durante la competizione.

Le strategie variano di norma da gara a gara, questo dovuto alla natura stessa dei giochi sportivi – imprevedibili per definizione – anche se i principi generali della strategia possono essere usati per affrontare gare diverse.

I fattori che determinano la struttura funzionale dei giochi sportivi

La Strategia e la Tattica

Non c'è ovviamente un solo modo di giocare una partita. Una strategia pianificata mira a massimizzare le opportunità di successo, prendendo in considerazione tutte le possibilità relative al regolamento di gioco, le situazioni che potrebbero presentarsi, le capacità individuali e collettive dei giocatori – sia della propria squadra che di quella avversaria – e le condizioni di gioco in cui tale partita sarà giocata (in casa o fuori – avversari di quale qualificazione – orari – calendario agonistico, ecc.).

Le procedure di **Match Analysis off-line** tendono a fornire le informazioni necessarie per costruire piani strategici completi, che possano tenere in conto anche piani alternativi (ciclo if..then...). Più è completo il piano strategico più semplice è poi il processo decisionale tattico.

Strategia e tattica nello sport

La strategia è un piano d'azione o comportamentale attraverso il quale tenendo conto delle regole di gara, dei propri punti di forza e delle proprie carenze, di quelle degli avversari e delle condizioni di gara previste, vengono **anticipate** mentalmente e prestabilite le potenziali decisioni relative al comportamento di gara, in generale, nel breve, nel medio e lungo periodo.

Strategia e tattica nello sport

La tattica è invece l'insieme dei comportamenti, delle azioni e delle operazioni individuali e collettive degli atleti in gara con i quali tenendo conto delle regole di gara, del comportamento dei compagni di squadra e degli avversari, come dei possibili fattori di incidenza esterna, si **influenzano** le condizioni che possono essere utilizzate a proprio vantaggio.....

Strategia e tattica nello sport

Mentre la strategia, nella pianificazione del comportamento, tiene conto delle possibilità di decisione degli avversari, ma non le influenza – la tattica si riferisce all'utilizzazione finalizzata di azioni che preparano la realizzazione della strategia. La tattica mira a condizionare le situazioni attraverso condotte **ingannevoli**, che hanno un'incidenza diretta sul comportamento dell'avversario e che possono essere utilizzate a proprio vantaggio....
(B.Barth 1994)

La tattica può essere considerata un piano d'azione a breve termine o un sottoprogramma (B.Rossi 1996)

Strategia e tattica nello sport (Barth 1994)

- Nelle scienze dell'allenamento la tattica viene definita in modo molto generale:teoria della **conduzione** della gara sportiva (Harre 1979)
- Le decisioni prese durante la gara che ne **influenzano** immediatamente l'andamento (Kern 1989)
- In psicologia:**organizzazione** del comportamento, piano di svolgimento e schema d'azione (Miller, Gallanter, Pribam 1973)

Le competenze pedagogiche dell'allenatore nei giochi sportivi

Bruno RUSCELLO

I concetti fondamentali



Bruno RU

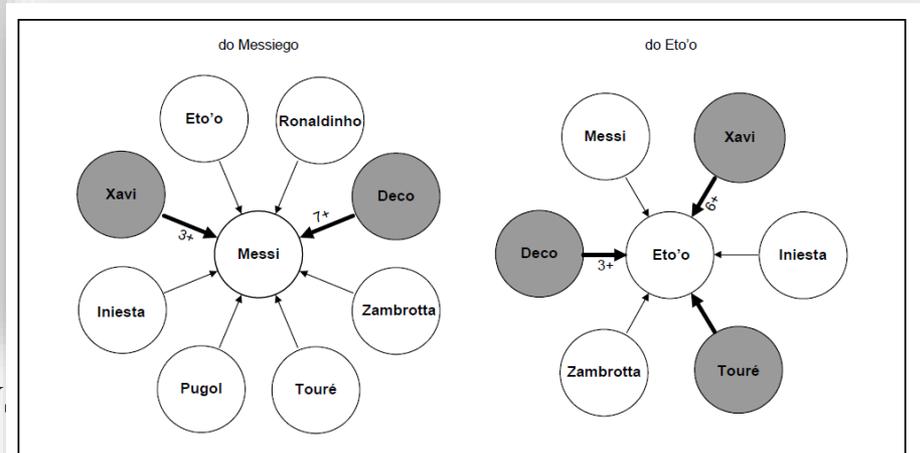


Figure 1. Synergiograms of ball passes from partners to offensive players



- **L'individuo**
- **Il Gruppo**
- **La Squadra**



La Squadra

La squadra **massimizza l'efficacia delle risorse umane**, permettendo di consentire risultati neanche immaginabili attraverso la **semplice sommatoria di sforzi individuali**.



Ovviamente le Squadre non nascono “già pronte”....

Tutte le squadre iniziano a funzionare come **gruppo**, cioè microsistema sociale caratterizzato da forti interazioni di natura psicologica ed emotiva, che si rafforzano reciprocamente in modo dinamico, aggiungendo a tutti i processi **un elemento di non totale prevedibilità e controllabilità.**



Gruppo Nascente

I soggetti che ne fanno parte si **conoscono poco**, oppure sono **fortemente sospettosi**.

Si genera allora una **forte competizione interna**, prevale l'**individualismo** invece della **collaborazione** e del **sostegno reciproco**.

Il senso di **appartenenza** è **inesistente** o quasi, per cui far parte del gruppo è **più fonte di stress** che **motivo di orgoglio** e di **realizzazione personale**.

Non è un caso che gruppi di questo tipo **siano tenuti insieme non tanto dalla identità degli obiettivi** quanto dalla **identificazione di un comune nemico esterno** contro il quale è necessario coalizzarsi.

Gruppo Stabile

Una situazione più evoluta è quella del **gruppo stabile**.

Prevale qui un **buon livello di riconoscimento degli obiettivi comuni** e della **necessità di lavorare insieme**; anche il leader è accettato anche se con qualche riserva, per cui è spesso costretto ad intervenire facendo uso **del potere gerarchico**.

C'è comunque **competizione per contare di più**: in altri termini, forte **collaborazione reciproca**, anche se nessuno **rinuncia al suo desiderio di prevalere**, eventualmente anche sul leader.

La Squadra

La terza categoria consiste nella **Squadra**.

Gli **obiettivi sono condivisi**, domina un forte **senso di appartenenza** e di **coesione**, **le interazioni** tra i componenti sono **ben collaudate** e funzionano in **modo spontaneo** e **senza intralci**, la **leadership è accettata e consolidata**, ma **tende ad essere invisibile** in quanto il suo ruolo è stato esercitato prevalentemente nella **transizione a questo stato**.

Il leader interviene solo nelle circostanze che portano la squadra vicino **alla «zona della paura»**, cioè quando le **sfide diventano troppo grandi ed ambiziose**: la consapevolezza della sua presenza dà in ogni caso forza e sicurezza al gruppo e ai suoi membri.

La Squadra

Normalmente le **decisioni vengono condivise** e ad esse **ognuno contribuisce** per ciò che richiede il suo ruolo e per quanto permettono conoscenze e capacità;

Non c'è competizione interna, in quanto il ruolo di co-leader è gestito in **modo flessibile** e con **alternanze** che tengono conto delle specifiche opportunità e minacce delle varie situazioni da fronteggiare.

«*Hot groups*»

La quarta categoria di recente introdotta è quella dei cosiddetti «**hot groups**» in cui membri sono fortemente legati da un **profondo senso di appartenenza** e di **missione condivisa**, ma per converso, godono anche del **dibattito**, del **disaccordo interno**, del **gusto della provocazione**.

La stessa partecipazione all'Hot Group è vissuta da ciascuno in **modo fortemente individuale**: indipendentemente dal tipo di lavoro, ogni componente ha il senso di una **missione personale significativa** e **nobilitante**, in cui si sente **interamente coinvolto**.

«*Hot groups*»

È un tipo di squadra che **vive sull'orlo della dissoluzione: ai bordi del caos.**

È molto dedicata e finalizzata e normalmente ha vita breve.

Una caratteristica comune agli hot groups è però quella che, **indipendentemente dal successo ottenuto,** tutti coloro che vi hanno partecipato **ricordano con piacere e nostalgia** il periodo in cui hanno fatto parte del gruppo.

Sintesi

- **Gruppo Nascente** (diffidenza interna, coesione iniziale spesso legata alla identificazione di un nemico comune..., gli obiettivi individuali prevalgono su quelli comuni)
- **Gruppo Stabile** (compromesso tra maggiore cooperazione e competizione interna)
- **Squadra** (obiettivi condivisi, senso di appartenenza e coesione, interazioni positive e collaudate, accettazione della leadership (invisibile) che interviene in prossimità della “*zona della paura*”)
- **Hot Groups** (membri fortemente legati da un profondo senso di appartenenza e di missione condivisa, che apprezzano molto il dibattito, anche provocatorio. Spesso sull’orlo della dissoluzione, ottengono spesso risultati memorabili).

Squadra e Hot Groups dovrebbero essere i “mattoni” (building blocks) della strutturazione di organizzazioni vincenti



Inclusione

Integrazione

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre



Bruno RUSCELLO

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Primo principio: riconoscere i punti di forza e di debolezza

La squadra deve in **primo luogo valorizzare le capacità** dei suoi componenti, nello stesso tempo **riuscire a gestire**, attenuandole e per quanto possibile compensandole, **le inevitabili carenze di ciascuno.**

Per questo la **costruzione di una squadra inizia sempre** dalla ricognizione consapevole dei **punti di forza e di debolezza** di ciascun individuo, sul **piano delle capacità fisiche e tecniche personali** e su **quello relazionale.**

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Un **punto di forza** consiste in una **capacità**, un **comportamento**, un'**attività che produce elevata soddisfazione** ed **orgoglio** e che manifesta **segni di sviluppo** verso i più elevati standard del settore.

Un **punto di debolezza** si rivela attraverso **scarsa spontaneità**, **svogliatezza**, **lentezza nell'apprendimento**.

Riconoscerli con chiarezza tuttavia non è facile. È necessario fare molta attenzione e saper cogliere e discriminare i diversi *segnali deboli* che tutti i manifestano durante le proprie attività e gli incontri di allenamento.

La buona applicazione di questo principio richiede «**capacità di ascolto**» di «**attenzione totale**» di «**immaginazione strategica**».

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Secondo principio: superare le barriere

Qualunque **gruppo** è **inizialmente caratterizzato da una serie di ostacoli** che si frappongono ad una piena **integrazione interpersonale** basata sulla fiducia.

La **diagnosi non è facile** e richiede **la collaborazione di tutti**.

Opportune **tecniche di coinvolgimento a livello di gruppi e sottogruppi** possono essere utilizzate per rilevare i principali problemi e sviluppare un piano di azioni per superarli. Si richiedono qui doti di **intelligenza emotiva** e buone capacità di **comunicazione interpersonale** e di **gruppo**.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Terzo principio: creare il clima

Il **clima** è un insieme di **percezioni socialmente condivise dai membri** di un gruppo, il cui contenuto riflette **sensazioni, stati d'animo, storie singole e collettive, rapporti personali**, eccetera.

Il **clima** determina la **lealtà, i comportamenti**. Genera **coinvolgimento e spirito di appartenenza**. I membri percepiscono che **vale la pena di fare squadra**.

Il **clima** non deve essere solo costruito, ma anche continuamente **monitorizzato e mantenuto**.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Il **peggioramento del clima** è un segnale che deve essere colto il più **precocemente possibile**, per mettere in campo le **necessarie azioni correttive**.

Alcuni **interventi**, basati sulla **conoscenza dei fondamenti della dinamica dei gruppi**, possono contribuire da entrambi i punti di vista.

Anche in questo caso naturalmente sono fondamentali **l'intelligenza emotiva¹⁾** e la **comunicazione**.

1) L'intelligenza emotiva coinvolge l'abilità di percepire, valutare ed esprimere un'emozione; l'abilità di accedere ai sentimenti e/o crearli quando facilitano i pensieri; l'abilità di capire l'emozione e la conoscenza emotiva; l'abilità di regolare le emozioni per promuovere la crescita emotiva e intellettuale

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Quarto principio: condividere gli obiettivi

In una **squadra** devono **essere note con chiarezza le prestazioni attese** da parte di ciascun componente.

Gli **obiettivi**, di fatto, costituiscono ciò che trasforma la **visione di squadra in concrete aspettative sulla realtà**; devono quindi essere **raggiungibili**, ma anche **abbastanza ambiziosi da costituire una sfida** per la squadra e per i suoi componenti.

Poiché dal **loro grado di raggiungimento** si **valuta la prestazione**, devono poter essere tradotti in **compiti e prestazioni misurabili** e commisurate alle diverse **responsabilità individuali** e a quelle **della squadra**.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

I **membri della squadra** devono essere per quanto possibile chiamati a **partecipare** per **definire, raffinare e precisare gli obiettivi**, per far sì che essi siano **non solo accettati**, ma anche **chiaramente percepiti** nelle loro implicazioni sui **compiti di ciascuno, sulle relazioni, sui comportamenti e sulle prestazioni**.

Si richiede qui la capacità di gestire le **componenti motivazionali estrinseche** e soprattutto **intrinseche** del lavoro di gruppo.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Motivazione Estrinseca

Attivazione, persistenza e intensità sono le tre componenti base della motivazione e quando si parla di motivazione estrinseca si tratta di **elementi esterni**. La molla ad agire può puntare alla realizzazione della persona e delle sue qualità oppure alla conquista di qualche riconoscimento esterno. la motivazione esterna può essere di **natura materiale** (case, gioielli, soldi e qualunque bene che abbia valore) o **immateriale** (fama, potere, carriera, ecc.).

Motivazione Intrinseca

Si può definire la motivazione intrinseca come **l'insieme delle sensazioni positive associate al fatto di svolgere bene una attività o un lavoro**, dunque si intende la motivazione a fare qualcosa “per il gusto o il piacere di farlo”.

La motivazione intrinseca è legata ad una forza, ad una spinta interiore e non a sollecitazioni e ricompense esterne: è una sorta di impegno personale. Le emozioni ad essa collegate sono la curiosità, il piacere e la gratificazione in sé.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Quinto principio: definizione delle responsabilità e valorizzazione degli individui

Una **squadra** non può funzionare come tale se le persone che la compongono non **percepiscono chiaramente una sincera attenzione alla valorizzazione di ciascuno.**

Ciò richiede la **chiara definizione delle responsabilità** all'interno del gruppo: è un aspetto essenziale che fa parte della **progettazione della squadra.**

E necessario che responsabilità e compiti siano distribuiti con l'intento di **valorizzare al massimo i possibili contributi individuali.**

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Al di là delle qualità professionali, **individui diversi hanno diverse capacità**, dal punto di vista del gioco di squadra, che è utile tenere in considerazione e, quando necessario, sfruttare.

Capita a volte di avere a che fare con persone che costituiscono, sia pure inconsciamente, **potenziali fonti di problemi**; occorre allora essere in grado di neutralizzare gli svantaggi ottenendo comunque tutto ciò che tali individui possono **dare a beneficio del sistema**.

È essenziale quindi una buona conoscenza degli aspetti **strutturali e processuali** del lavoro di squadra, oltre che delle caratteristiche delle complementarità dei **diversi ruoli**.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Sesto principio: le regole

Tutte le **squadre di successo** hanno **procedure e schemi** ben definiti sia per la assolvimento dei **singoli compiti**, sia per **prendere decisioni** riguardanti la **definizione e valutazione dei risultati**, la **generazione e valutazione di alternative**, la **stima dei rischi**, la **risoluzione dei conflitti**.

Il **sintomo di un conflitto non risolto** può essere subdolo, anche se spesso è necessaria molta esperienza e maturità per affrontarla allo scoperto.

Le **capacità fondamentali** per l'attuazione del sesto principio riguardano **la gestione dei meccanismi decisionali di gruppo** e le **tecniche di risoluzione dei conflitti**.

Alcuni passaggi chiave nella costruzione e gestione delle squadre

Settimo principio: affrontare le «spine»

Come già osservato non è quasi mai possibile avere la «**squadra ideale**».

Capita così di frequente di avere a che fare con **individui** che costituiscono **potenziali fonti di problemi**, specialmente quando, oltre non essere produttivi, creano divisioni e deprimono il morale.

Compito dell'allenatore, come sempre, è allora quello di neutralizzare gli svantaggi **ottenendo comunque il massimo** di ciò che tali individui possono dare a beneficio della squadra; deve quindi essere in grado di ristabilire le connessioni con chi lavora fuori squadra. Fondamentale, come sempre, **la capacità di relazione**.

Particolarità ed elementi caratteristici della prestazione nei giochi sportivi (di squadra): caratteri generali

Bruno RUSCELLO

Giochi Sportivi : una prestazione complessa...

- **La capacità di anticipazione**
- **La capacità di decisione**
- **La disponibilità a rischiare**
- **La rapidità di azione**
- **La capacità di cooperare**

(W.D. Brettschneider, 1990)

Differenze fra discipline “open” e “closed”

Bruno RUSCELLO

Dispensa a solo uso interno. È vietata la riproduzione e la diffusione all'esterno dei corsi di laurea in Scienze Motorie dell'Università di Roma “Tor Vergata”

Discipline Open e Closed Skills



Discipline Open Skills

- Vengono definite ad open skills quelle discipline sportive nelle quali l'ambiente esterno è in continuo cambiamento, poco prevedibile e nelle quali, di conseguenza, molta è l'informazione da considerare per emettere la risposta appropriata

Discipline Closed Skills

- Vengono definite a Closed Skills quelle discipline sportive nelle quali l'ambiente esterno è grosso modo costante, prevedibile e nelle quali l'informazione da monitorare è relativa all'attuazione di programmi motori già interiorizzati in lunghi e ripetuti allenamenti o è relativa alle informazioni sullo stato "attuale" dei singoli distretti muscolari che concorrono alla perfetta esecuzione del programma stesso.

Discipline sportive open e closed

- I giochi sportivi presentano la particolarità di utilizzare abilità e tecniche che sono fortemente condizionate (influenzate dalle variabili della situazione). A differenza di quelle closed dove la prestazione è legata maggiormente ad automatismi motori
- La differenza rispetto alle discipline closed skill sta nel fatto che queste sono caratterizzate principalmente dall'elaborazione automatica **bottom up**, molto rapida perché al di fuori del controllo cosciente, mentre le open skill devono affiancare ad essa anche l'elaborazione controllata **top down**, che si svolge sotto controllo cosciente, più lenta e dispendiosa, ma anche più flessibile, cioè passibile di aggiustamenti in funzioni delle variabili situazionali e delle aspettative soggettive (Nougier 1992)

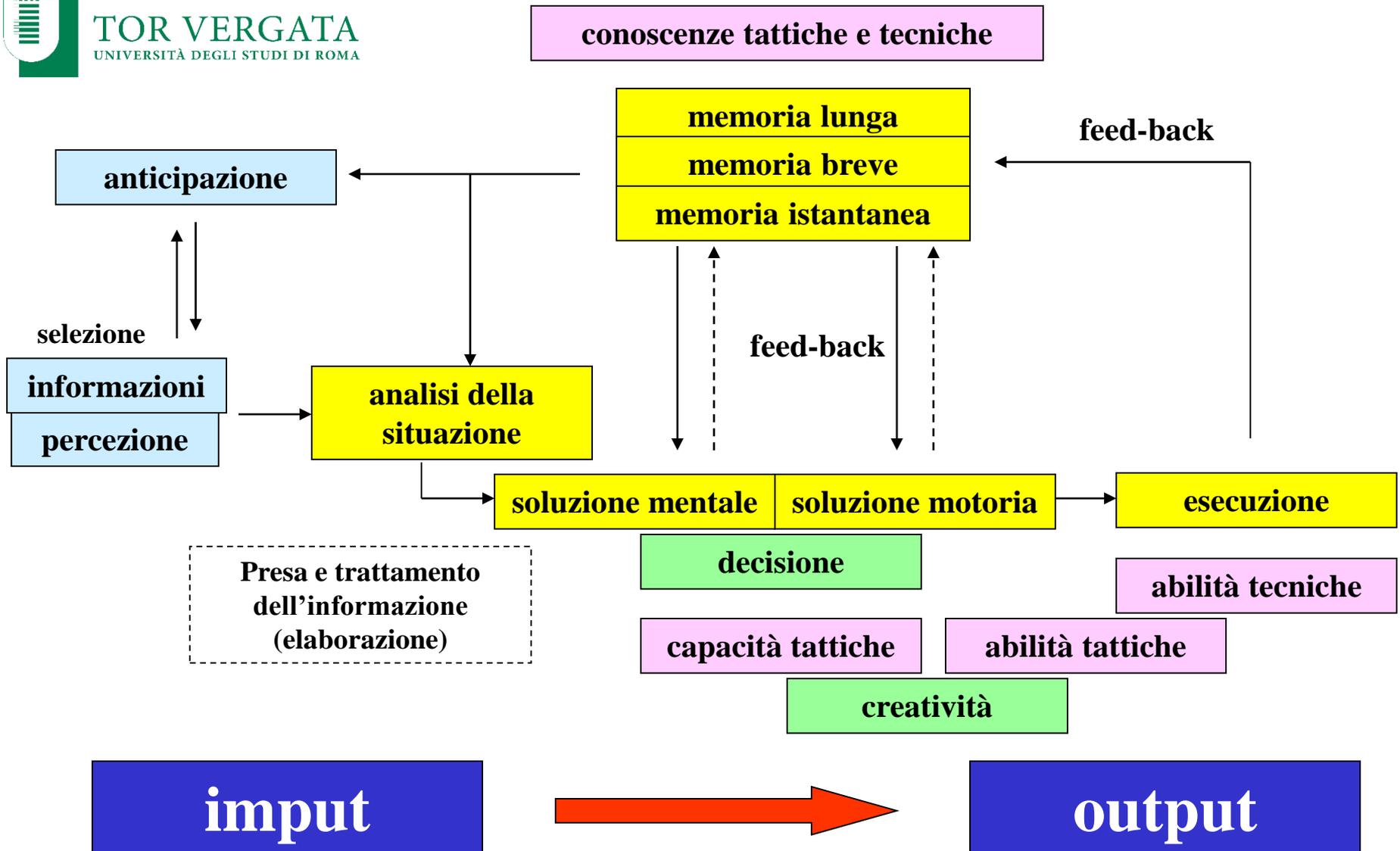
Schemi di reazione semplici e multipli, relativamente al tipo di prestazione

Processi mentali dell'azione di gioco

(Mahlo 1963 modificato)



TOR VERGATA
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA



percezione

Atleta adulto/esperto

Perlustrazione visiva ad accentuata fase psico-semantic

Percezione selettiva adeguata allo scopo ed al compito

Rapida elaborazione delle informazioni (sintesi afferente)

Anticipazione del programma con previsione più probabilistica

Strategie informative di tipo parallelo (macrounità di significato)

Atleta giovane/inesperto

Percezione dispendiosa (non economica) e poco qualitativa

Lentezza nei processi elaborativi

Ritardo o mancata o non corretta anticipazione del programma d'azione

Strategie informative di tipo seriale

decisione

Atleta adulto/esperto

Decisioni più pertinenti

Decisioni più rapide

Utilizzazione di programmi di risposta automatizzati (input-output)

Attenzione rivolta a progetti di livello gerarchico più elevati

Facilità nel passaggio da focus attentivi ampi a ristretti e viceversa

Atleta giovane/inesperto

Decisione non appropriate al compito

Tempi decisionali più lunghi

Attenzione più diretta alla strutturazione del programma di movimento

Difficoltà nel modulare le strategie attentive

esecuzione

Atleta adulto/esperto

Atleta giovane/inesperto

Controllo automatizzato del movimento

Precisione esecutiva

Rapidità esecutiva

Uso di feed-back regolativi

Movimento più influenzabile da fattori di disturbo

Esecuzione imprecisa

Esecuzione lenta

Insufficiente capacità di autoregolazione

interpretazione

Atleta adulto/esperto

Atleta giovane/inesperto

**Maggiore capacità di sintesi
(confronto fra valore nominale e
valore reale)**

**Maggiore capacità di rievocazione
mnemonica**

**Difficoltà nel trattenimento
dell'esperienza o errata
valutazione di essa**

**Difficoltà dei collegamenti con la
memoria per errata o insufficiente
rappresentazione dell'azione**

Alcune definizioni del processo dell'allenamento sportivo

Bruno RUSCELLO

**Dispensa a solo uso interno. È vietata la riproduzione e la diffusione all'esterno dei corsi di laurea
in Scienze Motorie dell'Università di Roma "Tor Vergata"**

Coaching (Allenamento)

Arte o Scienza che permette di condurre un atleta o un gruppo di atleti a gareggiare in modo **efficiente ed esperto**.

(Pieron, 1983)



Nella lingua Inuit
esistono 14 parole per
descrivere la neve...

Bruno RUSCELLO



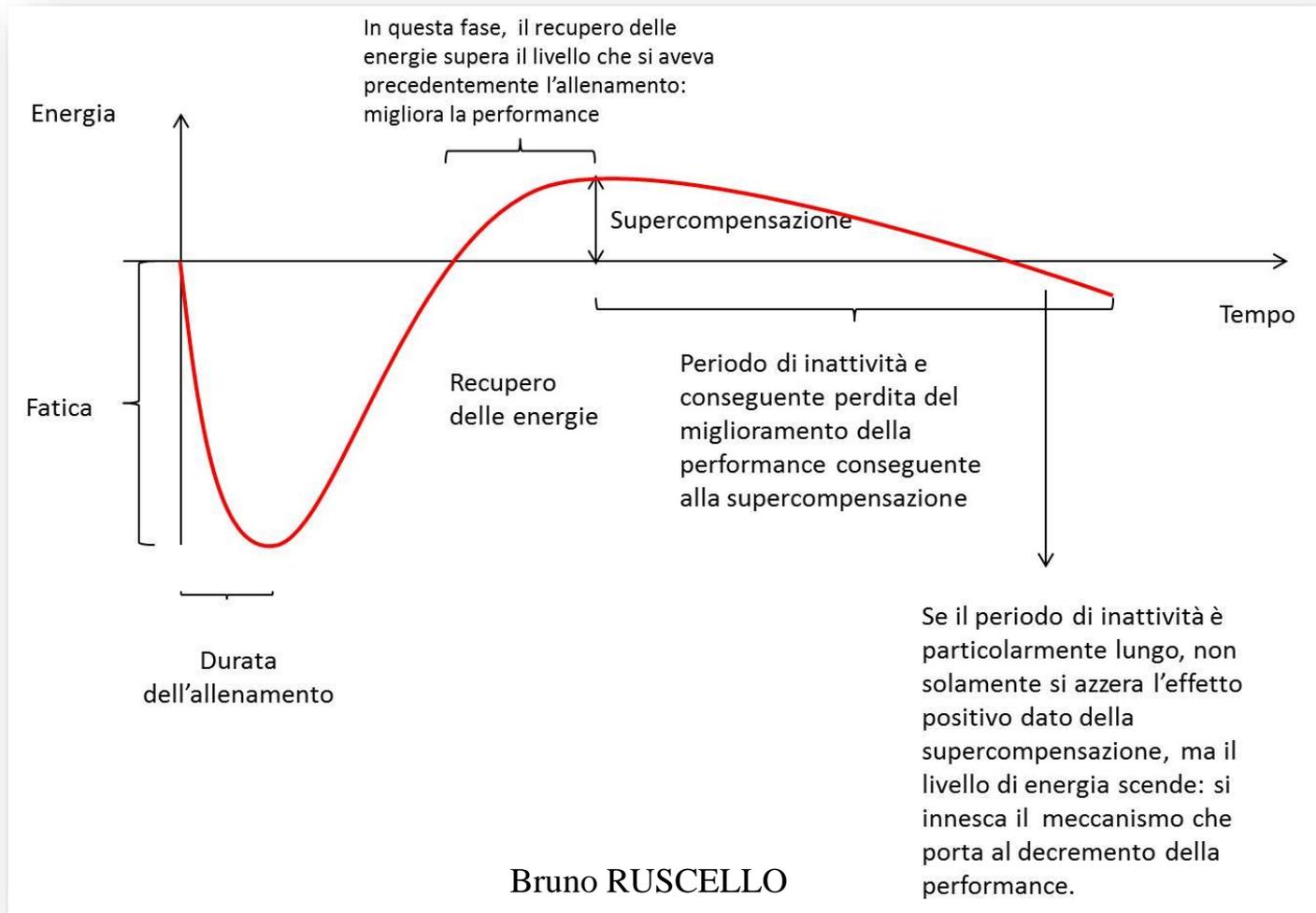
Il concetto di Allenamento

COACHING: conduzione
esperta dei processi di
apprendimento complessi
negli sport situazionali

CONDITIONING:
conduzione esperta dei
processi di allenamento
fisiologico-condizionali

TRAINING: conduzione
esperta dei processi di
addestramento tecnico-
fisici

La supercompensazione ed il carico fisico



Il controllo dell'allenamento

- “Controllo dell'allenamento indica, sinteticamente, la sintonizzazione mirata (a breve e lungo termine) di tutte le misure della sua pianificazione, della sua esecuzione, dei suoi controlli e delle gare, e della loro valutazione , diretti al cambiamento dello stato di prestazione sportiva (cioè dello stato di allenamento) con l'obiettivo di ottenere prestazioni e successi nello sport.”
- (*Carl, Grosser, 1992*).

Alcune definizioni di allenamento

W. Hollmann (1963)

“L’allenamento è **la somma** di tutte le sollecitazioni (stimoli) applicate in un determinato periodo di tempo, che portano a cambiamenti funzionali e morfologici dell’organismo.”

W. Hehlmann (1964)

“L’allenamento (training): esercitazione funzionale **progettata** nel campo fisico o mentale allo scopo di raggiungere la miglior prestazione individuale, soprattutto nello sport. Allenamento razionale ed educazione globale armonica si possono completare tra loro.”

D. Harre (1972)

“L’allenamento sportivo è il **processo del perfezionamento** sportivo orientato verso principi scientifici, e particolarmente pedagogici, il quale, mediante influenza metodica e sistematica sulla possibilità e capacità di prestazione, tende a condurre l’atleta verso elevate e massime prestazioni in una specialità e disciplina sportiva”



W. Ulrich (1973)

“L’allenamento sportivo è un **processo pianificato** che provoca un miglioramento delle abilità e delle possibilità, cioè anche dei piani e delle strutture dell’azione.”

K. C. Kayser (1976)

“ L’allenamento sportivo è un **complesso processo d’azione** che ha per scopo una azione pianificata e specifica sullo sviluppo della prestazione sportiva”

D. Martin (1977)

“L’allenamento sportivo è un **processo controllato** da un piano, con il quale attraverso misure di allenamento debbono essere raggiunte variazioni del livello (stato) della prestazione complessa o capacità d’azione motoria, secondo determinati obiettivi.”



K. Carl (1989)

“L’allenamento è un **processo d’azione complesso** che si pone lo scopo di influire, in modo pianificato e rivolto ad un oggetto specifico, sullo stato (livello) di prestazione sportiva e sulla capacità di realizzare nel migliore dei modi possibili questa prestazione in situazioni in cui ci si misura con gli altri.”

Renato Manno (1989)

“L’allenamento sportivo è un **processo complesso** di interventi il cui scopo è l’insegnamento della tecnica sportiva ed il suo perfezionamento, in forma semplice o articolata, individuale, di gruppo o di squadra e mirante allo sviluppo delle qualità fisico-psichiche tese al raggiungimento di risultati sportivi massimali relativamente alle capacità del soggetto, del gruppo o della squadra.”

E. Arcelli (1990)

“L’allenamento è l’insieme delle attività fisica che tende a provocare (o a mantenere) nell’organismo quegli adattamenti grazie ai quali la prestazione può migliorare (o mantenersi costante).

D. Martin, K. Carl, K. Lehnertz (1993)

L’allenamento sportivo è un **processo complesso d’azione**, che è diretto allo sviluppo secondo un piano di un determinato stato di prestazione sportiva ed alla sua dimostrazione in situazioni di confronto sportivo, specialmente in gara”.



Bruno RUSCELLO

Carlo Vittori

“L’allenamento è **l’organizzazione dell’esercizio fisico** ripetuto in quantità e d intensità tali da produrre sforzi progressivamente crescenti che stimolano i processi fisiologici d’adattamento dell’organismo e favoriscano l’aumento delle capacità fisiche, psichiche e tecniche dell’atleta al fine di consolidare ed esaltare il rendimento di gara.”

Yuriy Verchoshanskij (2001)

“L’allenamento sportivo è un **processo pedagogico multilaterale**, diretto alla educazione globale dell’atleta, ed in particolare, alla assimilazione di un ampio spettro di conoscenze, abilità e capacità, all’aumento della capacità del lavoro muscolare dell’organismo, all’assimilazione della tecnica degli esercizi sportivi e dell’”**arte del gareggiare**”.

Carlo Vittori in Attilio Sacripanti (2005)

“L’allenamento sportivo è **la ripetizione di esercizi concatenati** volti a stimolare opportune proprietà fisiologiche, o ad accrescere determinate destrezze, che permettono di migliorare la prestazione sportiva.”

Sacripanti – Ruscello (2008)

L’allenamento sportivo è un **processo complesso** di sviluppo e specializzazione delle capacità psico-fisiche dell’essere umano, con particolare riferimento alla disciplina sportiva praticata. Questo processo presenta una struttura **ad azioni concatenate** volte ad attivare stimoli di varia natura, al fine di **ottimizzare tutte le componenti della prestazione sportiva**. Ruolo centrale nella struttura ad azioni concatenate è svolto dalla **attivazione dei vari sistemi di feed-back e controllo** che informano ed orientano tutto il percorso, in relazione agli obiettivi prefissati.

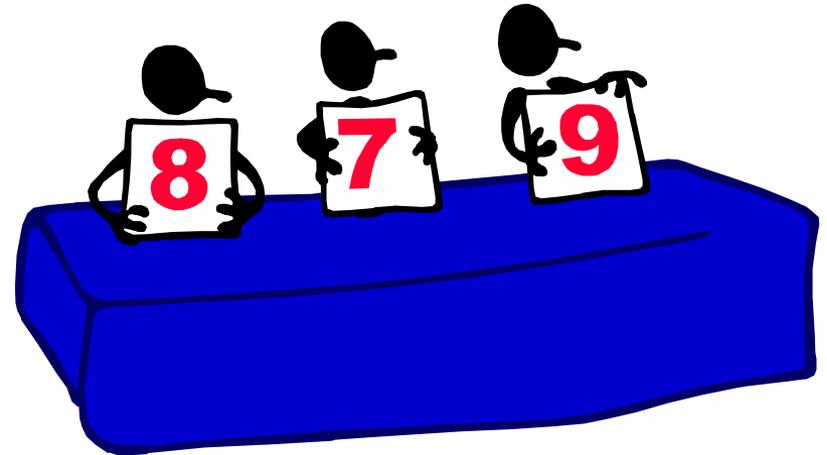


Principi di Valutazione del Movimento Umano



La Valutazione nello studio del Movimento Umano

- La valutazione è un momento forte di ogni programmazione didattica.



Programma e Programmazione

- Struttura Rigida
- Obiettivi standard
- Valutazione come misura dello scarto fra misura individuale e valori standard
- Struttura Flessibile
- Obiettivi individualizzati
- Valutazione come misura del percorso individuale

Fasi della Programmazione



Valutazione dei livelli di partenza



Formulazione degli Obiettivi Individuali



Identificazione dei Mezzi, Metodi e Strumenti



Svolgimento delle Fasi previste



Valutazioni e Controlli



Eventuale Riprogrammazione

I momenti della Valutazione nel contesto della programmazione



Valutazione di Ingresso



Valutazione Formativa o *in itinere*



Valutazione Sommativa

Programma e valutazione Programmazione e valutazione

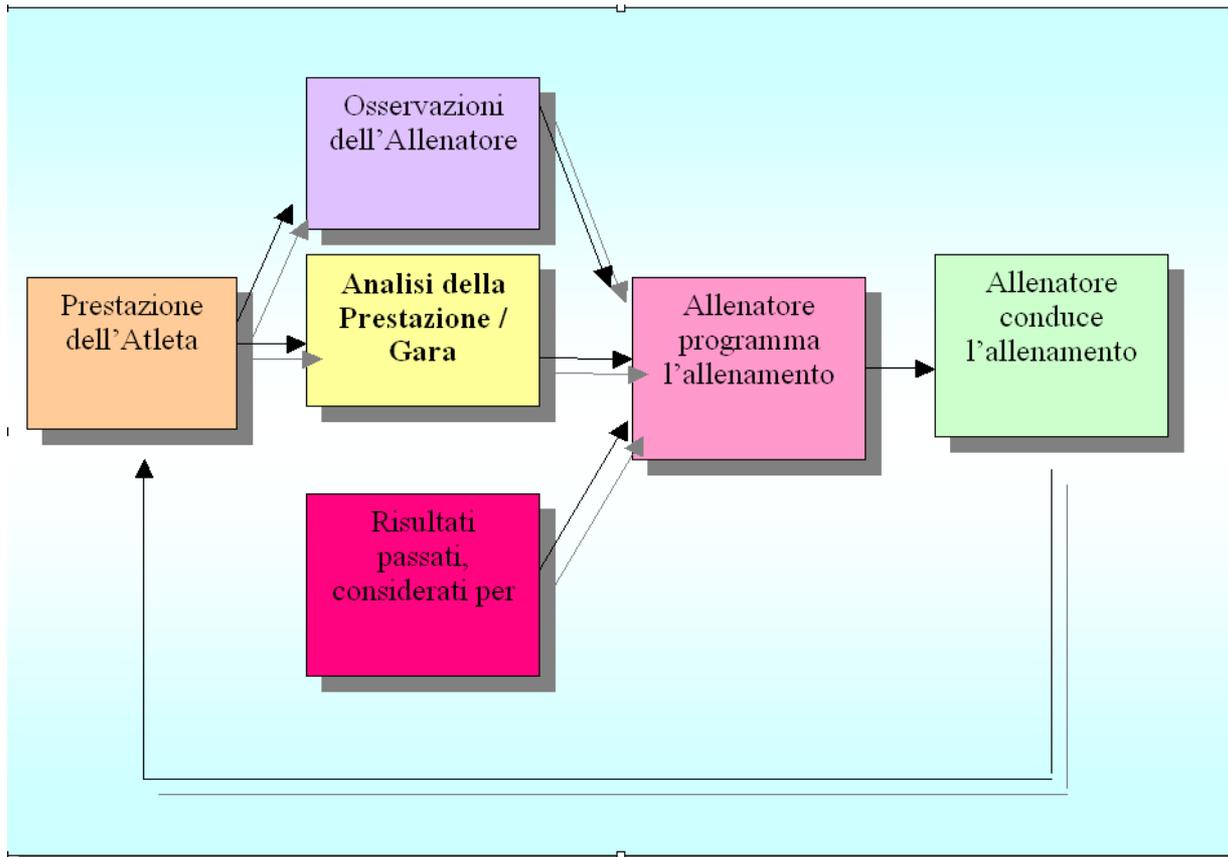
- Enfasi posta sul contenuto / risultato



- Enfasi posta sul processo



Rapporto fra Valutazione della Prestazione (Match Analysis) e Processo Pedagogico di Allenamento



La Valutazione

Quantitativa

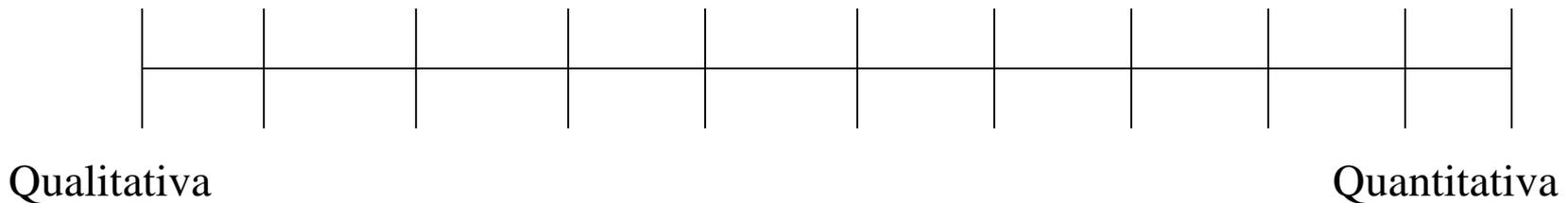
Può essere:

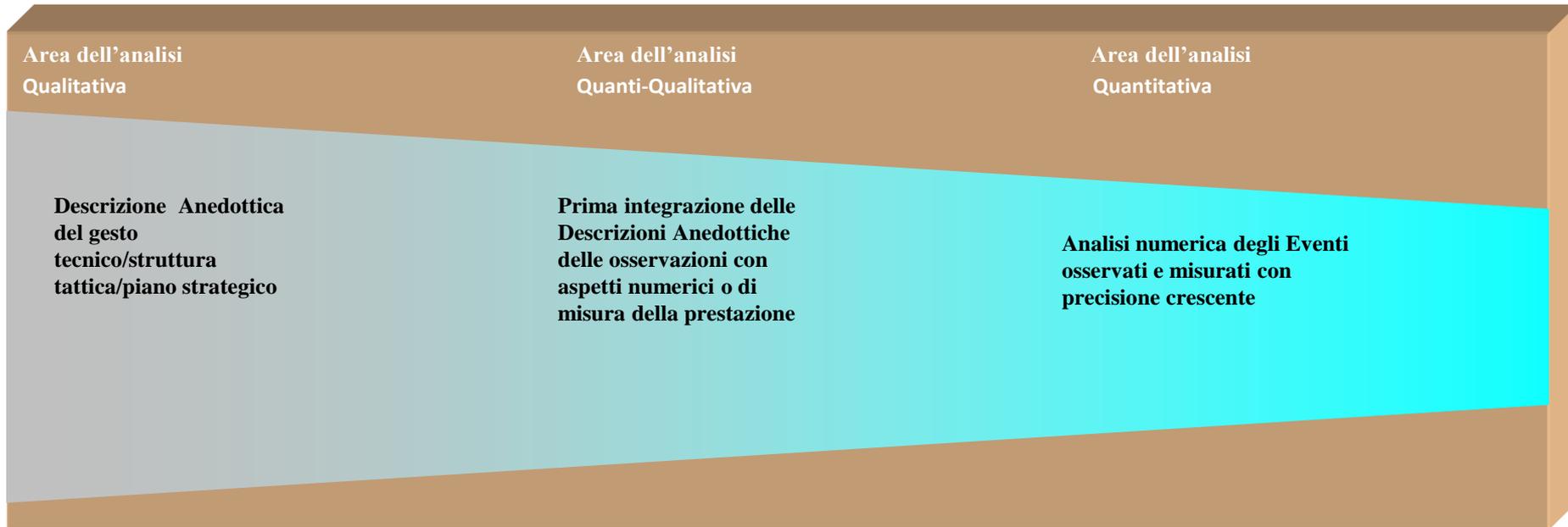
Quanti-Qualitativa

Qualitativa

Differenze fra Valutazione Qualitativa e Valutazione Quantitativa

- La possibilità di Analisi dell'atto motorio può essere collocata lungo un continuo:

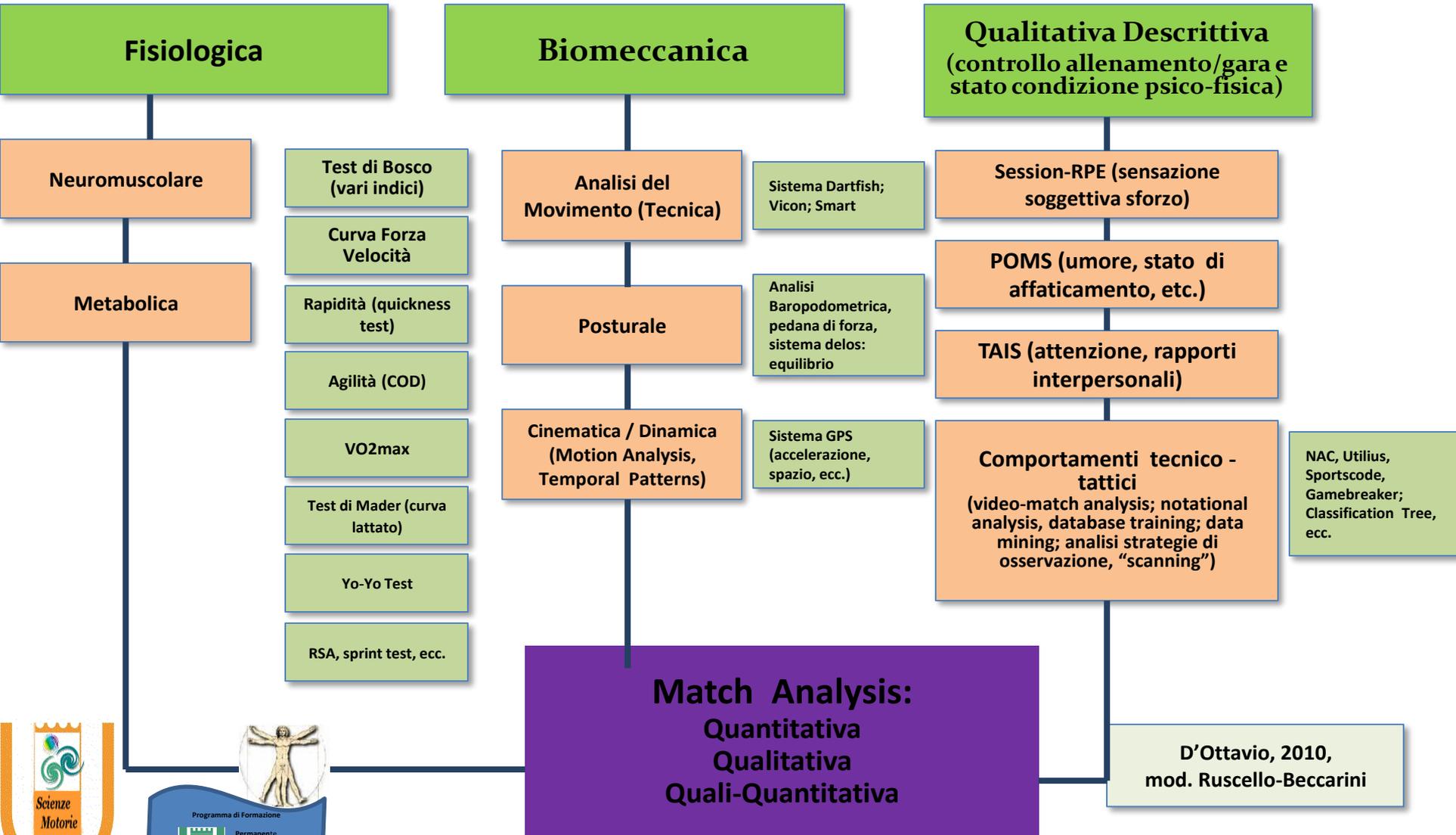




Analisi Quantitativa vs Qualitativa: L'estremo qualitativo prevede analisi non numeriche di un evento e giudizi sulla qualità di un aspetto critico del movimento/gesto osservato. L'estremo quantitativo invece prevede misure della performance.

Gli Strumenti di Valutazione nei Team Sports

protocolli principali per gli sport di squadra



Categorie di Movimento e Metodi di Misurazione

Esistono molte classificazioni sia delle tipologie di movimento che dei metodi di misurazione degli stessi.

Per semplificazione useremo una classificazione dei movimenti che presenta una distinzione generale tra:

Classi di Movimento

Movimenti Discreti

Movimenti Continui

Movimenti Seriali

Movimenti Aperti oppure Chiusi

Movimenti Discreti

Si intendono tutti quelli in cui può essere individuato il momento iniziale e quello finale

(detti anche aciclici)

Caratteristiche: velocità, coinvolgimento strutture percettivo-cognitive

Movimenti Continui

Si intendono tutti quelli in cui non può essere individuato il momento iniziale e quello finale

(detti anche ciclici)

Caratteristiche: minore velocità, minore coinvolgimento delle strutture percettivo-cognitive

Movimenti Seriali

Possono essere definiti come una somma di più movimenti discreti legati fra di loro, con un preciso ordine sequenziale.

Per es...preparare la macchinetta del caffè....

Movimenti Aperti

Si hanno movimenti aperti quando il contesto presenta un alto numero di variabili che non possono essere controllate e quindi

l'ambiente non è prevedibile (Poulton, 57; Farrell 75; Gentile et al., 75)

Tipici esempi di movimenti aperti si hanno in tutte quelle attività sportive in cui l'atleta è opposto all'avversario

Movimenti Aperti

Vengono anche definiti

Open Skills



Movimenti Chiusi

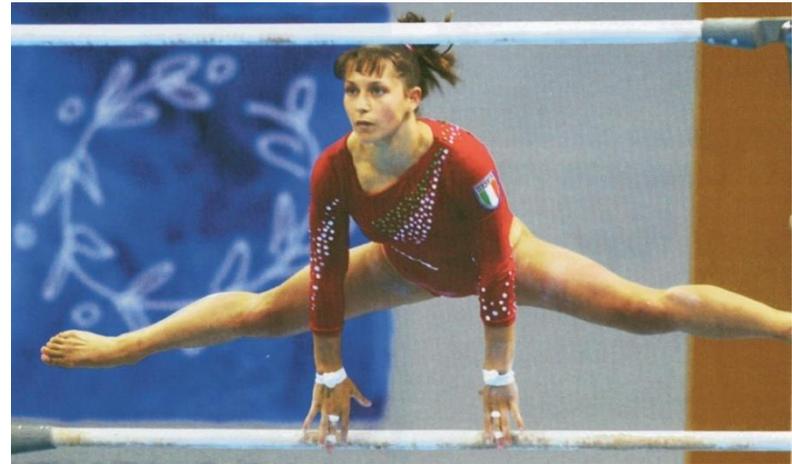
Per movimenti chiusi si intendono tutti quei movimenti messi in atto all'interno di un ambiente stabile, dove le variabili sono costanti e controllabili (Singer, 1980)

P.es. Croce agli Anelli nella Ginnastica, Tuffi, ecc.

Movimenti Chiusi

Vengono anche definiti

“Closed Skills”



Metodi di Misurazione del Movimento

Possono essere divisi in due differenti gruppi:

- 1) Metodi orientati alla **osservazione** e **descrizione** delle caratteristiche intrinseche del movimento
- 2) Metodi che misurano **l'effetto** che il movimento produce, valutazione delle conseguenze dell'azione messa in atto

Metodi di Misurazione del Movimento

Al primo gruppo appartengono, fra gli altri:

- 1) Metodi derivati dalla cinematica
- 2) L'elettromiografia

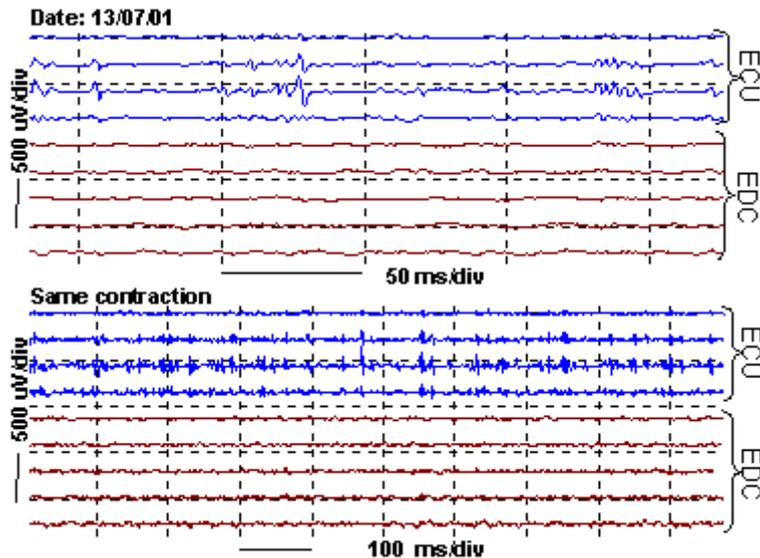
La Registrazione Cinematica

Metodo impiegato per rilevare le differenti posizioni spaziali che compongono la traiettoria di un movimento. (p.es. Ripresa Video)

Deriva dalla Cinematica, branca della meccanica che studia le proprietà del moto indipendentemente dalle cause che lo producono.

Elettromiografia

Metodo impiegato per rilevare le componenti elettriche del movimento.

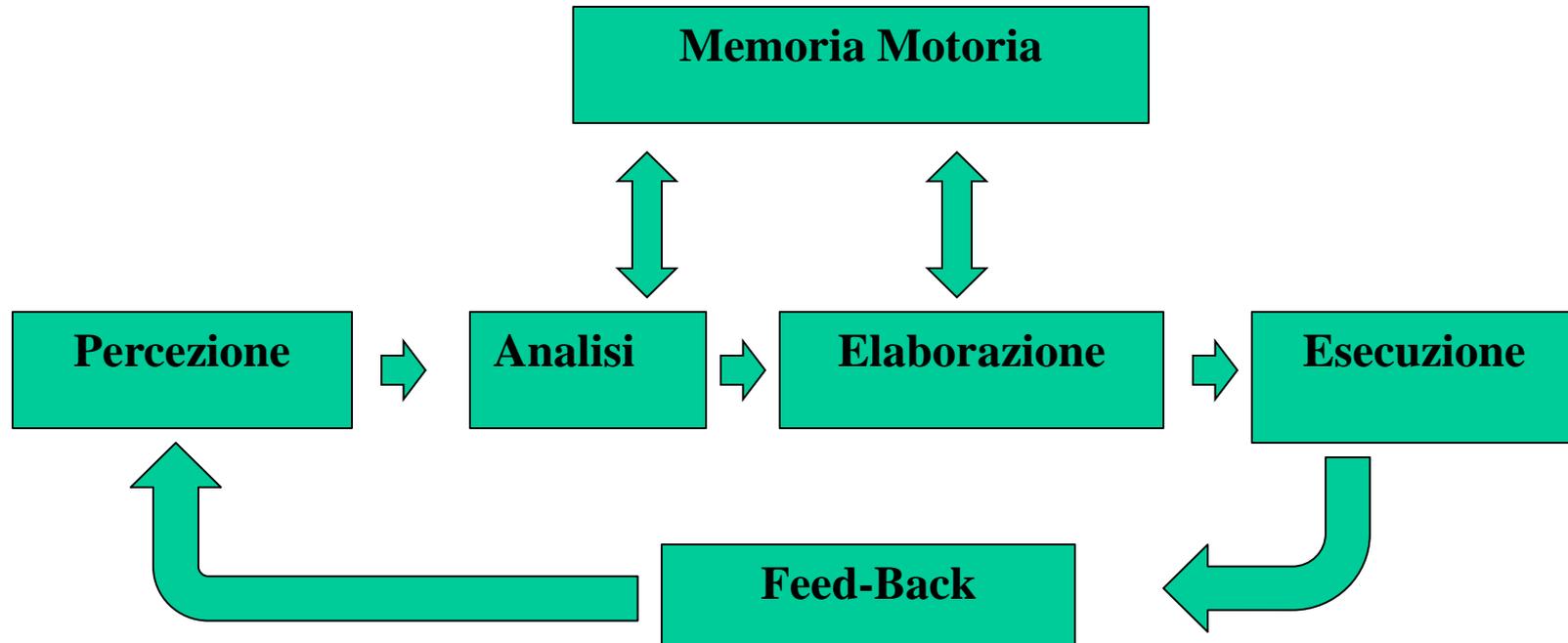


Metodi di Misurazione del Movimento

Al secondo gruppo appartengono, fra gli altri:

- 1) La misurazione dell'ampiezza del movimento (p.es. l'altezza dell'asticella superata nel salto in alto)
- 2) Il tempo impiegato (Reazione Semplice/Reazione Complessa)
- 3) L'errore commesso

Reazione Complessa: l'atto tattico



Mahlo, 1969

Il Progetto di Valutazione

A **chi** serve questa Valutazione e **perché**?

Cosa andremo ad analizzare?

Quali sono i dati che andrò a cercare e **come**?

Dove avverrà questa Valutazione?

Quali strumenti avrò a disposizione?

Sarà una valutazione **qualitativa**, **quantitativa** o **quali-quantitativa**?

Il Progetto di Valutazione

In che **dominio temporale** andrò poi a lavorare: nel **passato** (per classificare e storicizzare), nel **presente** (per comprendere ed agire-reagire nel Real - Time) o addirittura nel **futuro**, nel tentativo di prevedere comportamenti e pianificare interventi specifici (di costruzione fisica, tecnica o tattico-strategica)?

I metodi tradizionali di raccolta dei dati

- Osservazione “ad occhio” ...
- Registrazione Aneddotica
- Scale di Valutazione e Check List

Osservazione ad “occhio”

- Questo tipo di osservazione si riferisce alla procedura di basare una serie di giudizi sulla semplice osservazione naturale, senza alcuna registrazione.
- È sicuramente la forma di Analisi più usata nello sport...

Registrazione Aneddotica

- Come la precedente, con la differenza che alcune osservazioni vengono annotate dall'osservatore durante lo svolgimento degli eventi (prendere appunti...) e rielaborate successivamente...
- Dal punto di vista della affidabilità questa osservazione ha poco più valore della precedente.....

Scale di Valutazione e Check - List

- Sono strumenti abbastanza usati nel processo di osservazione ed analisi negli sport di squadra.
- La loro affidabilità dipende dal grado di accuratezza nella costruzione e nella interpretazione univoca dell'evento da registrare/valutare...

Fattori limitanti questo tipo di osservazione

- Mancanza di **oggettività**
- Mancanza di **affidabilità**
- Mancanza di **specificità**



Il processo dell'osservazione sistematica

- Decidere cosa osservare.
- Sviluppare le definizioni per i comportamenti oggetto della osservazione.
- Scegliere la tattica di osservazione più appropriata e definire se esista un sistema di osservazione che meglio si adatti alle necessità dell'osservatore.
- **Stabilire la attendibilità dell'osservatore.**
- Condurre l'osservazione.
- Sintetizzare ed interpretare i dati raccolti

Osservazione Sistemática

- L'osservazione sistemática permette a **personale adeguatamente formato**, che segua **linee guida stabilite e precise procedure**, di **osservare, registrare ed analizzare** le interazioni esistenti in un evento, con la sicurezza (**probabilità significativa**) che altri che stiano osservando la stessa sequenza di eventi **possano concordare** con i dati raccolti dal primo osservatore, seguendo le stesse linee guida e le stesse procedure.

Attendibilità dell'osservatore

L'attendibilità o affidabilità dell'osservatore o dello strumento di misura che si vuole usare, è definita come la capacità di fornire la stessa misura quando questi viene messo a contatto ripetuto con lo stesso determinato evento.

Attendibilità dell'osservatore

- Concetti collegati alla Attendibilità sono:
 - Affidabilità
 - Consistenza
 - Stabilità
 - **Grado di accordo fra osservatori**

Attendibilità dell'osservatore

- Nella maggior parte delle osservazioni condotte in ambito “giochi sportivi” e finalizzati alla Match Analisi, la percentuale di accordo fra osservatori è considerata un indicatore importante della attendibilità dell'osservatore stesso.
- Questa capacità deve essere costantemente allenata.

Attendibilità dell'osservatore

- L'accordo fra osservatori indica il grado di corrispondenza a cui osservatori impegnati in una analisi giungono, ognuno attraverso la propria raccolta di dati.

Accordo tra osservatori

- Accordo interosservatore
 - Indipendenza
 - simultaneità
- Accordo intraosservatore
 - Necessità di una registrazione fisica

Calcolo della percentuale di accordo

$$\frac{\text{Accordi}}{\text{Accordi + disaccordi}} \times 100$$

I Principi della “match analysis” dei giochi sportivi

Match Analysis

La Match Analysis, negli Sport di Situazione, è una branca della Pedagogia Sportiva e delle Scienze Motorie a cui concorrono, a varia estensione e profondità, diverse discipline scientifiche, atte a **descrivere, classificare, spiegare** ed eventualmente **predire** (su basi probabilistiche) alcune delle situazioni più significative che possono essere colte in occasione di incontri o partite.

Tale attività interviene, con diverse finalità, a regolare in parte la **relazione pedagogica** esistente fra l'Allenatore/Staff Tecnico ed Atleta e/o Atleti componenti una squadra.

(Ruscello, 2008)

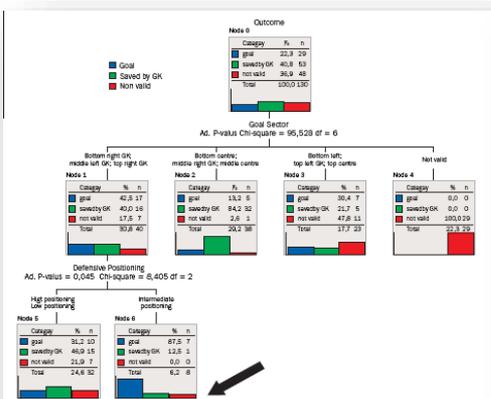


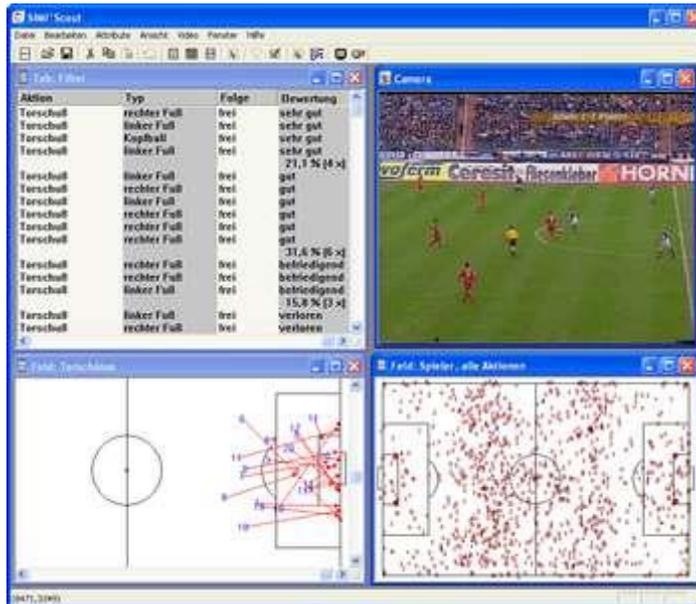
Figure 6 - Analisi della matrice complessiva con Data Mining - "Classification Tree - SPSS 15.0" - Il software del programma è stato orientato a verificare l'associazione delle variabili indipendenti "Settore della Porta" e "Mittente Difensivo". Niente una probabilità di significanza del 87,5%, al verificarsi delle condizioni ipotizzate.



La Match Analysis – definizioni..

“Analisi comportamentale che descrive la prestazione sportiva, codificando le azioni di individui o gruppi in termini specifici utili per la pratica”

(Carlo Castagna, 2003)

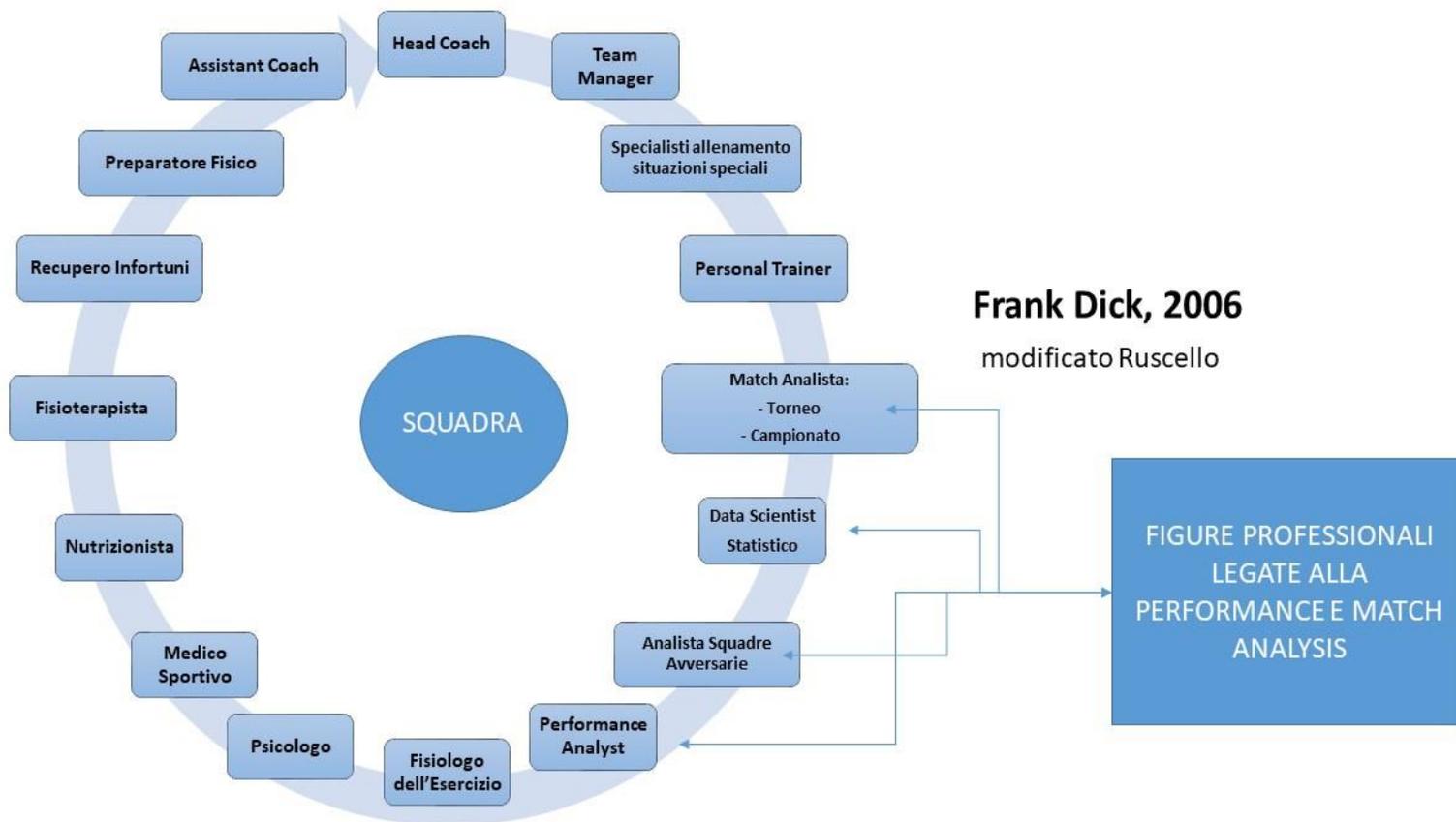


La Match Analysis nei Team Sports

Negli ultimi anni l'interesse per le procedure di **Match Analysis**, negli sport di squadra o negli sport di situazione in generale, è molto cresciuto, grazie anche a una **possibilità d'impiego e semplificazione tecnologica** che hanno messo a disposizione, sempre più a basso costo, una **grande quantità d'informazioni** riguardanti la gara, investigata nei suoi diversi domini

(Hughes, Franks 2004; Carling et al. 2005; Sacripanti 2007; Ruscello 2008; Carling et al. 2009)

LO STAFF TECNICO DI ALTO LIVELLO



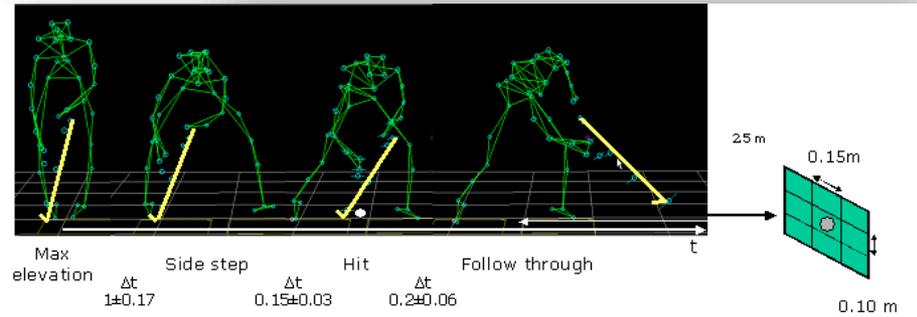
il fisiologico-condizionale

(Match Analisi di 1° livello)



il tecnico-biomeccanico

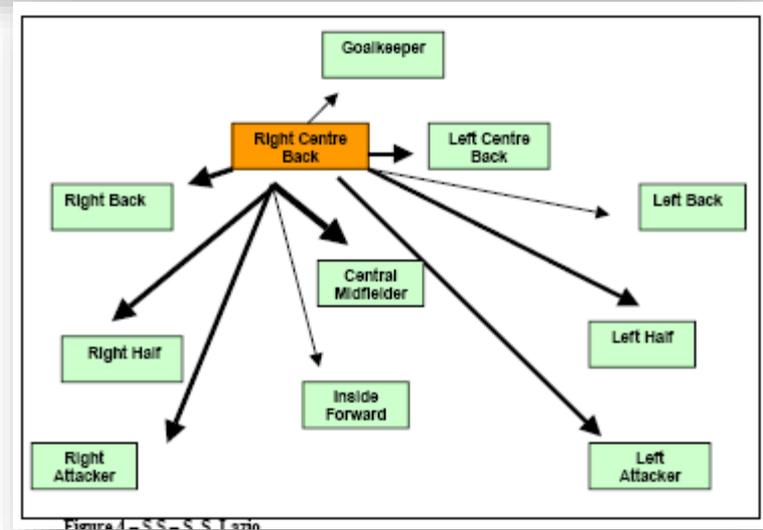
(Match Analisi di 2° livello)



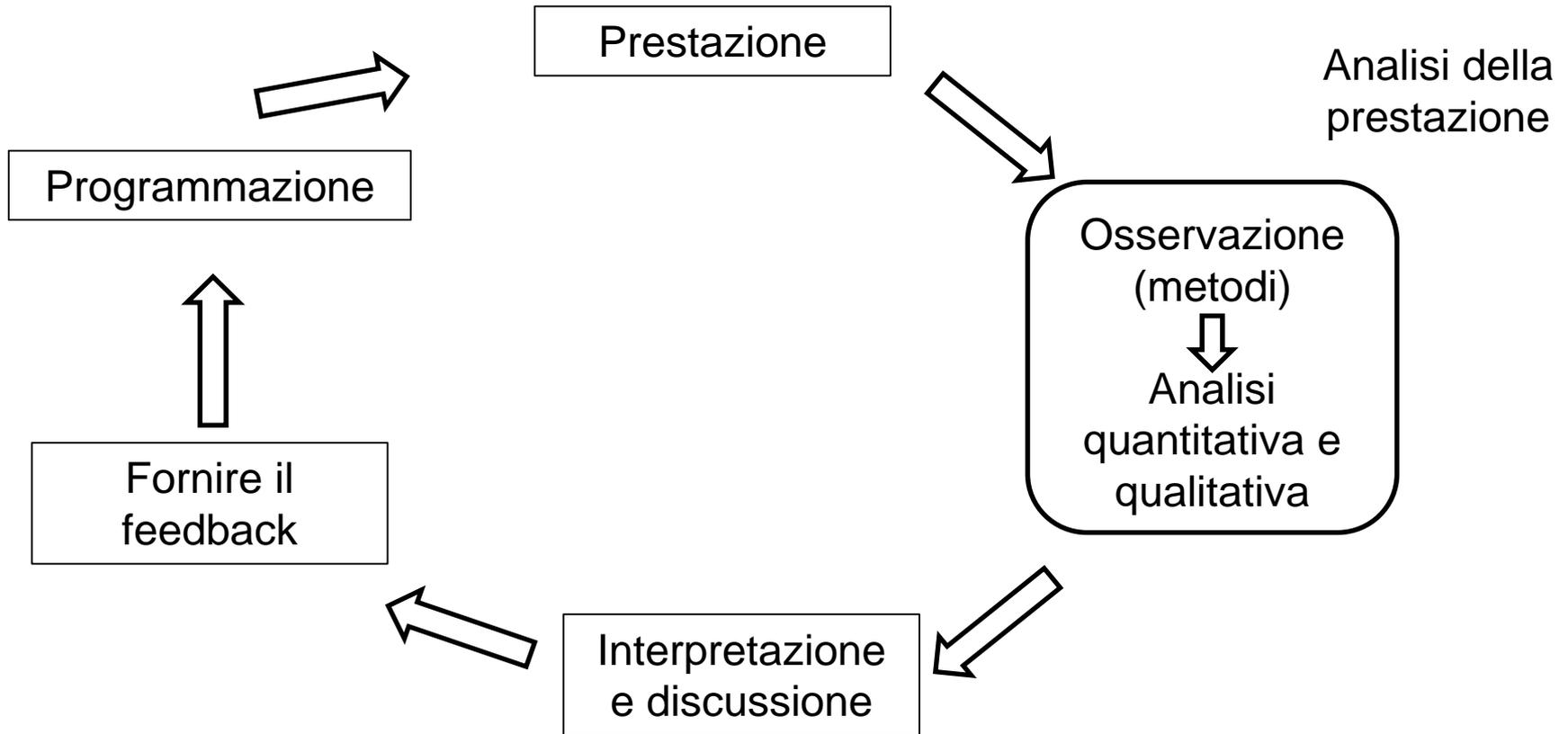
il tattico-strategico

(Match Analisi di 3° livello)

(Sacripanti (2007))



Il ruolo dell'analisi della prestazione nei processi ciclici di allenamento (Carling, Williams, Reilly, 2005)



Coach's Instructional Model

(Maslovat & Francks, 2008; Williams & Hodges, 2005)

Fasi	Osservazione, analisi e interpretazione	Programmazione dell'allenamento	Conduzione dell'allenamento
Scopi	Ottenere informazioni oggettive della prestazione	Progettare ambienti di apprendimento efficaci	Abilità diagnostiche e di comunicazione on-line
Attività di allenamento	<p>Analisi video</p> <p>Fotografie</p> <p>Diagnosi qualitativa del movimento</p> <p>GPS e altri strumenti di rilevamento</p> <p>Sistemi di notazione</p>	<p>Progetto rappresentativo</p> <p>Variabilità dell'allenamento</p> <p>Interferenza contestuale</p>	<p>Osservazione qualitativa</p> <p>Dimostrazione</p> <p>Istruzione verbale</p> <p>Fornire il feedback</p>

Grazie per l'attenzione

TTD degli Sport di Squadra I

bruno.ruscello@uniroma2.it

A.A. 2019-2020