

Sviluppo del talento nello sport. concetti di base

Robert M. Malina

Aletica Studi n. 1/2009, gennaio-marzo 2009, anno 40, pp. 3-18

L'autore analizza le problematiche della selezione di programmi sportivi che hanno come obiettivo l'identificazione, la selezione e l'allenamento di individui con potenziale di successo al più alto livello di competizione. Indipendentemente dallo sport e dall'approccio all'identificazione del talento, il modello generale include la valutazione iniziale delle abilità, le caratteristiche fisiche e comportamentali, che iniziano a manifestarsi ad età relativamente precoci. Vengono descritti i modelli di selezione del talento più utilizzati in passato. Attualmente una delle maggiori limitazioni ai programmi sul talento è la realtà di vita dei bambini e degli adolescenti. Si modifica l'equilibrio tra la base in continua mutazione e lo sport. E' quindi opportuno tenere conto delle caratteristiche del giovane atleta, la sua crescita, maturazione e il suo sviluppo e le interazioni tra questi processi, e le richieste dello sport e del sistema sportivo.

Parole chiave: TALENTO SPORTIVO / SELEZIONE / SPECIALIZZAZIONE / ADOLESCENTI / SISTEMA SPORTIVO

Proposta di Database training su foglio elettronico per il lancio del martello.

Sandro Bartolomei, Franco Merni, Marinella Vaccari

Aletica Studi n. 1/2009, gennaio-marzo 2009, anno 40, pp. 19-33

La complessità della gestione dell'allenamento di un atleta d'élite presuppone l'analisi di numerosi fattori. La stesura di una programmazione richiede una interpretazione, per la quale non basta un diario cartaceo. L'articolo propone un metodo di raccolta, elaborazione statistica e grafica dei dati di allenamento della martellista Ester Balassini, primatista italiana di lancio del martello, mediante un foglio di lavoro elettronico Excel. L'obiettivo è di relazionare i dati di allenamento con i risultati agonistici e di confrontare due stagioni agonistiche della stessa atleta per spiegare le differenze negli andamenti prestativi osservati in funzione delle tipologie del carico di allenamento. Il lavoro sui dati ha fornito i risultati attesi con grafici molto precisi sull'andamento del carico e del gesto tecnico offrendo anche la possibilità di confrontare diversi macrocicli.

Parole-chiave: PROGRAMMAZIONE DELL'ALLENAMENTO / PERIODIZZAZIONE / DATA-BASE TRAINING / LANCIO DEL MARTELLO / BALASSINI

Nuove frontiere per la formazione dei tecnici di atletica leggera

Giovanni Esposito

Aletica Studi n. 1/2009, gennaio-marzo 2009, anno 40, pp. 34-57

L'articolo trae spunto da un progetto di ricerca svolto nell'ambito del Corso nazionale di Quarto livello europeo di formazione per allenatori organizzato dalla Scuola dello Sport. La formazione deve soprattutto risultare adeguata alle attività svolte e all'impegno quotidiano dei tecnici nelle loro realtà operative. Occorre sviluppare competenze corrispondenti alle necessità delle organizzazioni in cui operano gli allenatori (club, federazioni, ecc.) oltre che ovviamente degli utenti. La metodologia prevede un confronto con il sistema formativo dell'atletica spagnola, un questionario distribuito ai tecnici ed un focus group con i dirigenti di società. Vengono indicate proposte operative del sistema formativo su tematiche legate alla gestione delle risorse umane, al coaching, alla comunicazione ed al marketing, disciplina che nello sport moderno è diventata ormai fondamentale.

Parole-chiave: FORMAZIONE TECNICI / MANAGEMENT / COACHING / MARKETING

Affrontare ogni ostacolo

Leo Monz-Dietz

Aletica Studi n. 1/2009, gennaio-marzo 2009, anno 40, pp. 58-63

Dopo aver trattato gli aspetti motivazionali legati alla pratica della corsa ad ostacoli in età evolutiva e delle prime esperienze agonistiche con competizioni a condizioni facilitate, l'autore, partendo da una sua breve serie di contributi, espone, sulla base di un programma di allenamento plurisetimanale, come sia concretamente possibile preparare i propri atleti ad una corsa di resistenza con ostacoli. Nella formazione multilaterale tipica dell'allenamento di base, non bisognerebbe mai "dimenticare" le corse di resistenza con ostacoli. In questo modo è possibile avvicinare in modo ragionato i giovani atleti a questo tipo di competizioni.

Parole-chiave: RESISTENZA / ALLENAMENTO / CORSA CON SIEPI / OSTACOLI/ GIOVANI / ESERCIZI

Talent development in sport. Basic concepts

Robert M. Malina

Aletica Studi n. 1/2009, January-March 2009, year 40, pp. 3-18

The author analyzed the problems of the selection of sports programs, whose goal is the identification, the selection and the training of individuals with a potential of success in elite competitions. Independently on the sport and on the approach to talent identification, the general model included the initial evaluation of skills, of physical and behavioural features, which begin to reveal itself early. The models of talent selection, which were mostly used in the past, are described. Currently one of the greater limitations to the programs on talent is the real life of children and adolescents. This is created by the balance between the always changing base and the demands of sport. It is thus opportune to take into account the characteristics of the young athlete, his growth, maturation and development, and the interactions between these processes and the demands of sport and of the sports system.

Key-words: APTITUDE / SELECTION / TALENT / ADOLESCENT / PROGRAM / ADMINISTRATION

Proposal of a Database training on an electronic sheet for the hammer throw

Sandro Bartolomei, Franco Merni, Marinella Vaccari

Aletica Studi n. 1/2009, January-March 2009, year 40, pp. 19-33

The complexity of training management of an elite athlete presupposes the analysis of various factors. The definition of a planning requires also an interpretation, for which the training journal is not sufficient. The paper proposes a method of collection, of statistical and graphic processing of the training data, through an electronic sheet, of the hammer thrower, Ester Balassini, the Italian record woman in this discipline. The aim is of creating relations between the training data and the competitive results and of comparing two competitive seasons of the same athlete, in order to explain the differences in the performance trends, observed in relation to the different typologies of used training load. The work on the data provided the expected results with very precise charts on the load trend and of the technical action, offering also the possibility of comparing different macrocycles.

Key-words: DESIGN / TRAINING / PERIODIZATION / DATA PROCESSING / DATA BASE / HAMMER THROW / BALASSINI, E. / ELITE ATHLETE / COACHING /

New frontiers for track and field coaches' education

Giovanni Esposito

Aletica Studi n. 1/2009, January-March 2009, year 40, pp. 34-57

The paper takes its starting point from a research project within the National course of IVth European Level of coaches' education, organized by the "Scuola dello Sport". The education has to be essentially appropriate to the accomplished activities and to the daily engagement of coaches in their operational reality. It is necessary to develop competences corresponding to the needs of the organization, where they act (club, federations, etc.) as well as users' ones. The methodology provides a comparison with the educational system of Spanish Track and Field Federation, through a questionnaire distributed to coaches and to a focus group with club managers. The operational proposals of the educational system are indicated on topics related to human resources management, coaching, communication and marketing, a discipline, which has become essential in modern sport by now.

Key-words: EDUCATION / COACH / ADMINISTRATION / MANAGEMENT / COACHING / MARKETING / HUMAN RESOURCE

Facing the hurdle

Leo Monz-Dietz

Aletica Studi n. 1/2009, gennaio-marzo 2009, anno 40, pp. 58-63

After dealing with the motivational aspects related to the practice of hurdle race in the evolutive age and of the first competitive experiences with competitions in facilitated conditions, the Author, starting from a short series of contributions, exposes, on the base of a training program of many weeks, how it is concretely possible to prepare the athletes to an endurance hurdle race. In the multilateral education typical of the basic training, it is important never to "forget" the distance running with hurdle race. It is, thus, possible to let approach young people, in a rational manner, to this kind of competitions.

Key-words: ENDURANCE / TRAINING / STEEPCHASE / HURDLE RACE/ ADOLESCENT / DRILL / TEACHING / METHOD