

PUGILATO E...



FORMAZIONE

Stage di Aggiornamento per Tecnici

Catania, 07/11 novembre 2012 - Campionati Italiani Youth

L'atleta pugile si impegna quotidianamente per esprimere coordinazione motoria ogni volta che decide un'azione tecnico – tattica. Ricerca il perfezionamento con determinazione ed efficacia in base agli stimoli dell'avversario che agisce. Il gioco dell'interazione oppositiva con l'antagonista qualifica l'attività psico – motoria e la complessa prestazione disciplinare. Gli aspetti decisionali – esecutivi concorrono ad una idea unitaria dell'allenamento specifico. L'anima del movimento rapido e preciso risiede nella tempestività e nella coordinazione. La parte visibile e periferica del movimento rappresenta la fase finale di un unico processo che connette, in micro – tempi, l'informazione, le decisioni, l'equilibrio e la propulsione.

I movimenti di un buon pugile quando decide un attacco, un contrattacco, o prepara un colpo d'incontro come difesa attiva, e via elencando varianti, sono sinonimi di elevata coordinazione psico – motoria.

Bernstein definì, negli anni trenta, la coordinazione e la regolazione dei movimenti come: il processo di padroneggiamento dei gradi ridondanti dell'organo in movimento in maniera di convertirlo in un sistema controllabile. Il grande neuro – fisiologo, padre della teoria dell'apprendimento motorio nota come "teoria dell'azione", mise in evidenza la relazione tra i movimenti e gli impulsi nervosi che li suscitano, come relazione complessa e non univoca. Riconobbe che una relazione inequivocabile tra impulsi nervosi e movimenti non esiste e non può essere poiché ogni movimento viene definito dalle interazioni, notevolmente variabili, dei singoli motori elaborati centralmente, con il campo di forze esterne agenti sul segmento corporeo in movimento alla periferia. Gli organi umani e animali, composti e provvisti di innumerevoli collegamenti ed articolazioni e di un numero maggiore di muscoli, possono attingere ad una consistente quantità di gradi di libertà di movimento. Tale quantità sarà di gran lunga maggiore del loro raggio d'azione, cioè della regione di spazio nel quale l'organo può muoversi.

Il grande scienziato, prima di morire, lesse l'ultima ed esaustiva teoria dell'apprendimento motorio elaborata negli anni '80 dal prof. Schmidt. Riprese il suo concetto, precedentemente espresso, che nel movimento esiste la "ripetizione senza la ripetizione". Lo collegò con i due aspetti fondamentali evidenziati da Schmidt, quello dell'esistenza degli elementi invariati (successione

obbligata di traiettorie coinvolgenti espressioni di forza e velocità), e quello degli elementi di superficie che variano in base alla situazione momento per momento, facendo un esempio illuminante: la "firma olografa". Tutti noi abbiamo firmato milioni di volte in spazi diversi, con penne diverse, su superfici diverse, ma costantemente abbiamo rappresentato il nostro "idioma sociale" rispettando la nostra autentica calligrafia pur scritta in condizioni diverse.

La costruzione delle abilità tecnico – tattiche in funzione della valutazione dei giudici – arbitri sarà il tema da sviluppare in questo stage con il contributo del Maestro dei Maestri Presidente Franco Falcinelli, del Responsabile delle Squadre Azzurre Maestro Francesco Damiani, del MdS Nazzareno Mela.

Prof.

Massimo Sciotti