

# LA SPECIALIZZAZIONE (PRECOCE). SIAMO RIUSCITI A TRASFORMARE UN OBIETTIVO IN UN PROBLEMA

FULVIO MALEVILLE



*Sono convinto che le società dovrebbero puntare decisamente alla specializzazione. L'obiettivo infatti sarebbe quello di portare gli atleti alla categoria Juniores per far iniziare loro un percorso di specializzazione.*

*Per riuscire ad ottenere questo traguardo è necessario cambiare radicalmente le nostre abitudini. In particolare modo dovrebbero mutare i processi operativi quando si lavora con i gruppi che precedono le categorie assolute, scandendo un piano di progressiva emancipazione dei contenuti e degli stimoli agonistici.*

Oggi affronteremo l'argomento della specializzazione precoce ambito di emancipazione che molti nell'ambiente mettono in relazione con:

- Lo svolgere sempre e solo una specialità;
- Il gareggiare prevalentemente nella disciplina dove gli atleti enunciano maggiori propensioni.

L'utilizzo prematuro di queste due modalità fa assumere alla specializzazione un aspetto negativo, mentre nell'evolvere tecnico dell'atleta verso la maturità costituisce un momento topico, ricco di aspettative ed impegni, percorso da portare a compimento solo nell'affacciarsi del soggetto alle categorie assolute.

Purtroppo questo avviene raramente e la maggior parte dei nostri ragazzi termina l'esperienza atletica con largo anticipo. Per molti di loro il percorso d'affinamento non arriva ad allo stato evolutivo finale perché ha avuto inizio il primo giorno che hanno messo piede in campo.

Quando si parla di questo con la Federazione, società ed allenatori tutti si trovano d'accordo sulla rilevanza negativa del fenomeno. I sodalizi disdegnano la specializzazione precoce inneggiando all'attività multidisciplinare, non rendendosi conto che la differenza non sta nel termine o nel prendere posizione ma nel modo di svolgere l'attività quotidiana in campo.

Gli operatori sportivi invece spergiurano d'indirizzare i giovani ad un'attività formativa evitando ogni forma di specializzazione. Ciò si rivela inattendibile

perché palesemente contraddetto dalle stereotipate reiterazioni tecniche che si vedono proporre in campo. Luogo dove la ripetenza globale dell'atto manca di creare i presupposti tecnici alle specialità e riduce l'azione ad un programmato esodo da una specialità all'altra.

La Federazione ha così deciso di combattere il fenomeno con due azioni condivisibili ma che enunciano alcune contraddizioni. Il primo è relativo ad un'impostazione diversa del percorso formativo per i tecnici del settore giovanile ed il secondo pone serie restrizioni al numero di gare specifiche che i giovani possono affrontare nell'arco della stagione. L'impressione è che tutte le componenti del movimento abbiano mancato di mettere a fuoco come il manifestarsi della specializzazione precoce non sia solo legato a questi due ambiti e nel reagire tendano a perseguire l'effetto e non la causa del fenomeno.

Sarebbe innanzitutto necessario rivedere in termini positivi la "Specializzazione" distinguendola nettamente da quella "precoce", devianza che si riferisce principalmente ad un concetto didattico e programmatico dell'operare, riconducibile all'attuazione di percorsi motori troppo mirati in rapporto allo sviluppo psicofisico e alle competenze possedute dall'atleta. Necessario sembra anche specificare come l'anticipato evolvere s'individui anche nel mancare nel dare risposta alle carenze enunciate dal soggetto.

Spesso si confonde lo stato evolutivo – tecnico

con la prestazione e gli operatori sono indotti a pensare che, all'incrementare prestativo dell'atleta, corrisponda un approccio corretto dell'attività imposta. Bene tener conto che i giovani sono in ogni caso in evoluzione, fisica prima di tutto e per questo destinati a migliorare le loro prestazioni a prescindere dal nostro intervento.

Di norma si specializzano gli atleti in tre precisi ambiti:

1. **TECNICO** - Si evince dal fatto che le problematiche mancano di essere risolte perché l'atleta nel tempo enuncia sempre le stesse carenze. In questo caso il soggetto è stato specializzato negativamente proprio "nell'atteggiamento posturale";
1. **FISICO** - Questo aspetto è difficile da riconoscere. I ragazzi vengono sollecitati in largo anticipo con carichi qualitativi o quantitativi tali da produrre adattamenti che nel tempo si rivelano negativi;
1. **PSICOLOGICO** - Questa forma si riferisce a modalità di lavoro e aggravii agonistici che nel tempo creano assuefazione e non soddisfano più le aspettative del soggetto. In pratica gli atleti diventano progressivamente avvezzi alle proposte e cade in loro la motivazione a perseguire esperienze già fatte.

Specializzare non è quindi assimilabile solo allo svolgere prevalentemente una specialità, ma nel mancare di costruire l'atleta nei suoi equilibri organici, coordinativi, di riferimento tecnico e muscolare verso l'ambito dove presenta propensioni.

Quasi sempre l'attività ripetitiva e globalizzata, codifica portamenti sfavorevoli perché gli atleti mancando di alcuni supporti e sopperiscono alle manchevolezze fisiche e coordinative con atteggiamenti svantaggiosi. La ripetitività gestuale, svolta in presenza di deficit fisici e coordinativi, opera poi una stabilizzazione delle anomalie, negatività allenate al punto da diventare difficili da estirpare. Questa condizione, stabilisce e consolida l'idea che **il lavoro globale non debba essere additato a metodo per migliorare l'atteggiamento biomeccanico del movimento nei neofiti** essendo i soggetti privi dei sostegni necessari. Si certifica anche la convinzione che con i giovani si debba lavorare per consolidare gli aspetti formativi puntando a risolvere i loro

bisogni, sostenendoli sotto il profilo fisico e coordinativo in particolar modo nel periodo iniziale della loro formazione, cioè quando percorrono la strada del settore giovanile.

Per evitare la specializzazione è quindi indispensabile dedicare risorse (Tempo, concentrazione e lavoro) prevalentemente alle cose che non si sanno fare e non a quelle che si sanno già eseguire correttamente. In pratica è necessario fornire gli atleti di tutte le competenze utili a supportare una formazione che agevoli la fase successiva, proprio quella di specializzazione. Tale procedura dovrà appartenere ad un progetto mirato, ma ampio per ricchezza di mezzi, metodi ed esercitazioni, pur rivolte ad un ambito molto specifico.

Sovente le difficoltà nel proporre questo percorso sono date dalle aspettative con le quali i ragazzi si portano in campo, non di rado sollecitati e sospinti da genitori che premono perché svolgano attività funzionali la gara per la quale enunciano motivazione.

Assecondare i giovani sotto questo aspetto è ragionevolmente facile e consente sicuramente di ottenere iniziali vantaggi. Questo modulo viene adottato da molti allenatori che optano per un'attività mirata, corredata da esercitazioni specifiche (Specialistiche appunto), pratiche caratterizzate da modalità similari quelle di gara.

Sovente gli allenatori trovano difficoltà a gestire la situazione ed impone un lavoro più generale o perlomeno poco orientato all'azione agonistica. La difficoltà nel governare questa situazione è certamente da collegarsi all'incompetenza gestionale di chi opera, dovuta ad un'inadeguata esperienza relazionale e tecnica.

Mancando l'allenatore di alcuni requisiti fondamentali, la "precocizzazione" trova terreno fertile. Tale condizione risulta quindi essere al tempo stesso causa ed effetto del problema e va combattuta non canalizzando le iniziative (Quindi proponendo moduli di lavoro specifici), ma fornendosi di un adeguato eserciziaro e spiegando sempre ai ragazzi quali correlazioni vi sono tra quanto viene proposto e tutte le altre specialità dell'Atletica Leggera.

È necessario anche sgombrare il campo dall'idea che fare un po' di tutto sia un modo per evitare di specializzare gli atleti. Come abbiamo già avuto modo di sottolineare questo modulo operativo lascia poco spazio alla formazione dei presupposti tecnici e fisici, ma soprattutto non pone le basi per correggere le inesattezze.

Si verifica e consolida questa condizione quando



*Sono arrivato ad Ancona in anticipo sull'orario di gara e così ho pensato di portare i miei atleti a fare un giro intorno alla pista adiacente il palazzetto. È lì che ho visto un atleta lanciare il giavellotto e c'è voluto poco per capire che la figura vicino a lui corrispondeva a quella di Marco Tamberi.*

*Con Marco siamo stati compagni d'allenamento a Mestre sotto le cure di Umberto Bordignon e appena avvicinato mi ha riconosciuto subito.*

*Tra una chiacchiera e l'altra ho avuto l'opportunità di partecipare all'allenamento che stava facendo svolgere al figlio (78,61 con l'attrezzo da 800 nel 2010). Il ragazzo doveva eseguire dei lanci con i tre appoggi finali leggermente più dinamici, preceduti da alcuni passi incrociati effettuati a bassissima intensità.*

*L'istanza si completava con una richiesta nella velocizzazione del braccio, ma solo nella parte finale del tiro. Più assistevo alla comparazione tra quanto percepiva visivamente l'allenatore e le sensazioni che esprimeva l'atleta, più mi convincevo che l'attività globale è una cosa per grandi e non si addice certo a fare da modalità d'apprendimento per i bambini. L'atleta deve fornirsi di mirate esperienze prima di poter ambire a gestire le situazioni globali con proprietà.*

si lavora in forme multidisciplinari per tutto l'arco dell'anno.

La **transumanza** da una specialità all'altra è pur sempre una migrazione specialistica che espone notevolmente ad una specializzazione perché si dedica il riscato tempo a disposizione al provare le specialità. Questo modulo fa propendere l'allenamento verso una globalizzazione delle esercitazioni che alla lunga si rivela specializzante e non certo risolutivo delle mancanze enunciate dai soggetti. Vi è poi un tema che dovrebbe essere seriamente affrontato dagli organi Federali ed è quello relativo alla proposta agonistica.

Fino ad ora l'attività è stata svolta con peculiarità agonistiche che ricalcano in toto quelle olimpiche. Se gli adulti gareggiano nei 100 mt, ai cadetti vengono proposti gli 80 mt, i ragazzi corrono i 60 mt e gli esordienti una distanza ancora inferiore. Tale modo d'imporre l'attività predispone gli operatori a recepire l'idea che i bambini debbano essere allenati con modalità similari quelle degli adulti,

riducendone solo i carichi in quantità e qualità. Sarebbe invece utile dire chiaramente agli allenatori che i bambini hanno necessità prima di fornirsi delle competenze e poi di verificarle sotto il profilo competitivo.

Se fosse adottato questo sistema sarebbe facile portare i ragazzi a **confrontarsi sulle esercitazioni e non sulle specialità**, essendo queste ultime rappresentative dell'insieme di più competenze e risultando quindi di più difficile esplicazione.

La realizzazione di questo modulo agonistico potrebbe rivoluzionare il nostro modo di fare atletica a livello giovanile ed automaticamente spingere l'attività verso obiettivi formativi, cioè far appropriare i bambini di abilità atletiche sempre più emancipate fino portarli ad eseguire il gesto finale. La specializzazione si evince dai fatti ed è assimilabile soprattutto al fare **"le cose che eseguono gli adulti"**.

Oggi è possibile identificare questa modalità comportamentale sia nella quotidiana attività di campo, dove i ragazzi svolgono allenamenti del tutto similari a quelli degli atleti evoluti, sia nell'attività agonistica proposta dalla Federazione. L'unica differenza riscontrabile con quella assoluta è appunto la miniaturizzazione delle distanze percorse dagli atleti. **Il punto nodale del problema non sono quindi gli stimoli con i quali i ragazzi si portano in pista ma quanto propongono loro gli adulti.**

Visto che il risultato più eclatante fin qui ottenuto è stato quello di determinare un rapido allontanamento dei giovani dall'attività, sembra necessario che la Federazione, le Società ed i Tecnici rivedano il loro modo di fare Atletica e ne stabiliscano uno radicalmente differente.

Oggi rispondiamo e paghiamo il debito proprio del nostro modo di fare attività. Volendo mutare positivamente dobbiamo sicuramente spostarci verso una **formula che eviti ai ragazzi di confrontarsi in forme agonistiche<sup>1</sup> e conduca a fisionomie competitive<sup>2</sup>.**

Permettendo così di calmierare le espressioni dei precoci, insegnando nel contempo ai nostri giovani le abilità tecniche per correre, saltare e lanciare correttamente.

<sup>1</sup> L'**agonismo** corrisponde invece a svolgere gare codificate ed inseguire la massima prestazione (Record).

<sup>2</sup> Quella **competitiva** vede il confronto in riferimento ad obiettivi rappresentati dal "saper fare" le cose. L'attività è quindi basata sulle abilità tecnico-coordinative attinenti lo sport praticato e non impraticarsi dell'azione finale riferibile alla specialità di riferimento.