

Sviluppo del talento nello sport - parte II: efficacia dei programmi di selezione del talento

Robert M. Malina

Atletica Studi n. 2/2009, aprile-giugno 2009, anno 40, pp. 3-10

In collegamento con quanto già proposto sul tema del talento con precedenti articoli, l'autore intende valutare criticamente l'efficacia dei programmi di sviluppo del talento in termine di produzione di risultati. I criteri di efficacia, naturalmente, variano. Tuttavia, data la visibilità delle competizioni dello sport internazionale e il valore posto sul conseguimento delle medaglie da parte dei governi e delle organizzazioni sportive, vengono comunemente utilizzate, come criterio standard, le prestazioni degli atleti al più alto livello di competizione. L'autore descrive i programmi proposti, anche in passato, da alcuni paesi, con particolare riferimento al sistema in vigore negli USA.

Parole chiave: TALENTO / SELEZIONE / PROGRAMMA / ADOLESCENTE / ORGANIZZAZIONE / STATI UNITI / GESTIONE

Determinazione dell'intensità dello sforzo nelle gare indoor di marcia

Gianluca Vernillo, Maria Francesca Piacentini, Luca Agnello, Pier Luigi Fiorella, Antonio La Torre

Atletica Studi n. 2/2009, aprile-giugno 2009, anno 40, pp. 11-19

Non vi sono conoscenze approfondite sulla marcia riguardo al profilo fisiologico che caratterizza questa disciplina di endurance e, soprattutto, non vi sono riferimenti nella letteratura scientifica circa il profilo dell'intensità dello sforzo che i marciatori compiono sia durante

Talent development in sport. Basic concepts. Part II

Robert M. Malina

Atletica Studi n. 2/2009, April-June 2009, year 40, pp. 3-10

In relation to what already proposed on the topic of talent in previous articles, the Author has the aim of critically evaluating the effectiveness of talent development programs, taking into account the production of results. The criteria of effectiveness' are naturally different. Nevertheless, given the importance of international sport and the value of achieving medals by the governments and by sports organizations, the best athletes' performances at the top level are commonly used, as a standard criterion. The Author describes the programs, proposed, also in the past, by some countries, with particular reference to the current American system.

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

Determination of effort intensity in indoor race walk competitions

Gianluca Vernillo, Maria Francesca Piacentini, Luca Agnello, Pier Luigi Fiorella, Antonio La Torre

Atletica Studi n. 2/2009, April-June 2009, year 40, pp. 11-19

There is few in-depth studies on race walk concerning the physiological profile, characterizing this endurance discipline, especially, there are no references in the scientific literature about the profile of effort intensity, which walkers bear during training and competi-

gli allenamenti che durante le gare. Ad oggi, diversi strumenti sono in grado di aiutare l'allenatore e l'atleta nella determinazione di questo sforzo. Il presente lavoro si propone di elencare e spiegare brevemente quali sono questi mezzi ed in che modo essi possono essere impiegati durante il processo di allenamento. Successivamente, riferendosi alla marcia, si è cercato di rendere attuabile un metodo di determinazione dell'intensità dello sforzo dei marciatori e delle marciatrici impegnati rispettivamente nella 5-km e nella 3-km indoor durante i campionati italiani assoluti indoor tenutisi a Torino nel Febbraio 2009. Le ricadute applicative potranno essere un'ulteriore possibilità di valutazione e monitoraggio delle diverse intensità applicate nel training.

Parole-chiave: PROGRAMMAZIONE / ALLENAMENTO / METODOLOGIA / MARCIA / VALUTAZIONE / FISILOGIA / ANDATURA / CARICO DI ALLENAMENTO

La fatica nei 400 metri

Enrico Arcelli, Marina Mambretti, Luca Bonfanti, Giampiero Alberti

Atletica Studi n. 2/2009, aprile-giugno 2009, anno 40, pp. 20-27

In questo articolo si parlerà dapprima di come variano, mediamente, la velocità di corsa, la spesa energetica e la potenza metabolica nel corso di gare di 400 m ad alto livello. In base ai dati scaturiti da alcune ricerche, si proporrà, altresì, un modello dell'intervento dei vari meccanismi energetici nel corso della gara dei 400 m. Si cercherà infine di capire, quali sono i fattori che concorrono a determinare la "fatica" del quattrocentista.

Parole-chiave: FISILOGIA / METABOLISMO ENERGETICO / 400 M. / COSTO ENERGETICO / VELOCITÀ

La cronologia del record mondiale della gara dei metri 1500 piani come strumento per una ipotesi di calcolo statistico del relativo re-

tions. Today many tools can be useful to help coaches and athletes in determining this value. The present work has the aim of listing and explaining briefly these instruments, illustrating in which way they can be used during the training process. After there is a description of an attempt, which was made to define a method for the determination of the intensity of male and female walkers' intensity in 5-km and 3-km indoor race respectively during the Italian National Championship, which took place in Turin in February 2009. The spin-off of this application will represent a further possibility of evaluating and monitoring the different intensities applied in training.

Key-words: / TRAINING / EVALUATION / RACE WALK / METHOD / PHYSIOLOGY / TRAINING LOAD / PACE / DESIGN

Fatigue in 400 metres

Enrico Arcelli, Marina Mambretti, Luca Bonfanti, Giampiero Alberti

Atletica Studi n. 2/2009, April-June 2009, year 40, pp. 20-27

In this article the characteristics of the 400 metres are presented, analysing how running speed, energy cost and metabolic power vary during high level competitions. According to the data derived from some researches, a theoretical model of the intervention of the different energetic mechanisms in 400m. race is proposed. In conclusion an attempt is made to identify the factors, contributing to create the "fatigue" in the 400 m. runners.

Key-words: PHYSIOLOGY / ENERGY EXPENDITURE / ENERGY METABOLISM / SPEED / 400 M.

The chronology of the 1500m World record as instrument for an hypothesis of statistical calculation of the relative record-limit of

cord-limite delle possibilità umane e della presumibile epoca del suo conseguimento

Otello Donzelli

Atletica Studi n. 2/2009, aprile-giugno 2009, anno 40, pp. 28-50

L'articolo si riferisce alla previsione dei termini di aspettativa delle caratteristiche potenziali dell'uomo-atleta del futuro. L'Autore intende sperimentare l'applicazione di particolari interpretazioni di certe tecniche di indagine statistica, allo scopo di poterle puntualizzare in forma comparativa nei confronti di alcune probabili risultanze future con diretto riferimento al punto di vista tecnico di una specialità di atletica leggera. La gara oggetto della presente analisi è quella dei metri 1500 piani il cui presumibile futuro livello tecnico e relativa epoca di conseguimento del proprio record-limite delle possibilità umane viene inquadrato secondo un particolare sviluppo di indagine basato esclusivamente sulla interpretazione dei soli dati statistici della sua intera cronologia storica. Le conclusioni della ricerca sembrano confermare l'utilità di tale tipo di indagine ai fini di una conoscenza sempre più approfondita e complementare di un fenomeno sportivo già da altri osservato.

Parole-chiave: PREVISIONE DELLA PRESTAZIONE / RECORD / ANALISI STATISTICA / 1500 M / METODOLOGIA / MONDO

Saltare lontano con buona tecnica

Roland Fleischmann

Atletica Studi n. 2/2009, aprile-giugno 2009, anno 40, pp. 51-57

L'autore, tecnico regionale della Baviera (Germania), approfondisce l'osservazione del problema della sempre minor partecipazione alle gare di salto in lungo. Inoltre illustra un metodo per l'apprendimento della tecnica del salto in lungo, adatto al passaggio fondamentale tra l'atletica per bambini e la tappa dell'allenamento di base. Con i suoi svariati contenuti, anche in questa fascia di età, l'allenamento specifico può essere collegato con la motivazione incentrata sul piacere di muoversi.

Parole-chiave: ALLENAMENTO / ADOLESCENTE / INSEGNAMENTO / SALTO IN LUNGO / METODOLOGIA / MOTIVAZIONE

the human possibilities and of the presumable period of its reaching

Otello Donzelli

Atletica Studi n. 2/2009, April-June 2009, year 40, pp. 28-50

The paper deals with the prediction of expectations terms of the potential characteristics of the future men-athlete. The Author has the aim of experimenting the application of particular interpretations of some statistical investigation methods, in order to be able of defining them precisely in a comparative form with some probable future results with a direct reference to the technical point of view in a track and field discipline. The race chosen for this study is 1500m., whose presumable future technical level and the related period of the record-limit of the human possibilities reaching are defined according to a particular development of an investigation based exclusively on the interpretation only of the statistical data of the whole historical chronology. The findings of the research seem to confirm the usefulness of this kind of investigation for a more in-depth and complementary knowledge of a sports phenomenon already observed by others.

Key-words: PERFORMANCE PREDICTION / RECORD / WORLD / 1500 M. / STATISTICAL ANALYSIS / METHOD

Jumping far with a good technique

Roland Fleischmann

Atletica Studi n. 2/2009, April-June 2009, year 40, pp. 51-57

The Author, regional coach of Bavaria (Germany), analyses in depth the problem of the scarce participation to long jump competitions. He illustrates a method to learn long jump technique, appropriate for the critical passage between track and field for children and the phase of basic training. With a number of contents, also in this category of age, specific training can be associated with the motivation focused on the pleasure of moving.

Key-words: TRAINING / ADOLESCENT / METHOD / TEACHING / LONG JUMP / MOTIVATION