

## **PROBLEMATICHE FORMATIVO-ADESTRATIVE DELLO SCI NAUTICO GIOVANILE**

A. CALLIGARIS

Lo sci natutico, sport americano ed australe per eccellenza, ma nel quale gli italiani hanno conquistato sempre allori prestigiosi (da Zaccardi a Castelvetro, da Bernocchi a Carraro, attuale Presidente del C.O.N.I.) da Zucchi a Terracciano, per non citare che i più significativi sta imboccando attualmente anche da noi la strada della maggiore popolarità e quindi della maggiore diffusione applicativa.

Inghilterra, Francia, Svezia e Germania hanno già iniziato da tempo operazioni di rinnovo organizzativo, mentre i Paesi dell'Est, con l'Unione Sovietica in testa, hanno scoperto anch'essi la validità assoluta del contenuto agonistico di questa disciplina; attuando di conseguenza operazioni di sviluppo a vasto raggio. I risultati d'élite di cui abbiamo detto non sono certo l'espressione della selezione naturale tra migliaia di praticanti, ma derivano esclusivamente dalla costanza applicativa dei pochi atleti approdati comunque alla specialità.

Da ciò ne consegue la necessità di propagandare la disciplina oltre i margini angusti della tradizione familiare o della casualità, al fine di stabilizzare il rendimento oltre il fatto puramente occasionale.

Lo sci nautico si realizza necessariamente per il tramite di un mezzo di trazione, motoscafo o altro che sia, ed anche questa evenienza limita notevolmente la pratica di massa; ma non è detto che la semplicità sia sempre sinonimo di popolarità: vedi per esempio la differente diffusione dello sci alpino nei confronti di quello nordico, sicuramente più facilmente attuabile. Tale limitazione, comunque, non deriva sempre ed esclusivamente da motivazioni agganciate al fatto economico, quanto piuttosto dalla scarsa disponibilità mentale per tale pratica; ritenuta, a torto, poco impegnativa, eccessivamente complessa, difficile e relativamente snobbistica.

La propaganda non deve quindi essere rivolta prevalentemente alla dimostrazione che sciare sull'acqua costa come sciare sulla neve o di meno (com'è del resto vero), quanto a far aumentare la domanda di pratica a tutti i livelli e sollecitare quindi l'organizzazione su vasta scala di scuole di formazione di base.

Da qui il problema della necessaria diffusione dello sci nautico tra i giovanissimi e quindi quello di approfondire le conoscenze fisiologiche e tecniche connesse con tale pratica. E' chiaro che non può essere suggerita l'applicazione indiscriminata in quanto è necessario che il praticante sappia nuotare e possieda una notevole dose di acquaticità per far fronte con disinvoltura alle esigenze tecniche dell'iniziazione.

Riteniamo quindi non potersi pretendere partecipazioni impegnative prima dei sette-otto anni, in accordo anche con quelle che sono le disposizioni espresse dalla legge di tutela sanitaria; e salvaguardando comunque taluni principi fondamentali quali:

1) la valutazione obiettiva dell'efficienza psico-fisica globale (del resto necessaria per l'applicazione a qualsiasi sport) la famosa idoneità richiesta per legge e che deve essere rilasciata da un Centro di Medicina sportiva);

2) la valutazione reale degli inconvenienti morfo-funzionali specifici della disciplina; da cui la necessità di organizzare investigazioni profonde e pertinenti;

3) l'organizzazione dello sviluppo razionale muscolare, organico e tecnico in funzione delle esigenze agonistiche specialistiche (e perciò studio delle richieste energetiche particolari e razionalizzazione dei piani programmatici di strutturazione morfo-funzionale).

Per quanto attiene al punto 1 riteniamo essere le procedure di indagine standard, espletate presso un Centro di medicina sportiva, sufficienti a dare un quadro obiettivo della situazione sanitaria dei singoli individui. Per quel che si riferisce, invece, all'impegno tecnico specifico riteniamo doversi approfondire la ricerca conoscitiva delle caratteristiche biomeccaniche e fisiologiche proprie della specialità. Tali ricerche non sono state realizzate ancora nemmeno nei paesi dove la disciplina gode di una popolarità ben più consistente che da noi.

Per il punto 2 crediamo doversi porre una certa attenzione alla meccanica del traino e alle sue implicazioni, onde evitare eventi traumatici per eccessiva confidenza con il propulsore agli agenti patologici specifici: malattie da raffreddamento; traumatismi dovuti alla meccanica dei gesti ecc. ecc. Recentemente sono stati pubblicati alcuni studi sulle micro lesioni alla colonna possibili nel salto; e, secondo noi, bisognerebbe svolgere indagini più approfondite anche sull'entità delle sollecitazioni provocate dallo slalom.

Per il punto 3 riteniamo invece si possano trarre dalle metodiche tradizionali di formazione quelle risultanze specifiche adatte alle esigenze della disciplina.

Per quanto si riferisce alla preparazione organica e muscolare, per esempio, sia di base sia specifica, siamo stati proprio noi tra i primi ad organizzare sperimentazioni particolari (esercizi specifici, interval-training applicato nelle realizzazioni tecniche, ecc.).

Alcuni anni fa, quando i nostri atleti svolgevano esercizi di riscaldamento pre-gara venivano quasi derisi; mentre successivamente anche le altre squadre hanno adottato questo criterio; ed ai mondiali di Milano dello scorso anno e in tutte le gare di quest'anno abbiamo visto atleti di tutte le nazioni svolgere attività preparatorie.

Gli americani, hanno recentemente aperto in Georgia un centro esclusivo: il research for nautilus sport medical industries, dove vengono svolte indagini di ordine fisiologico e biomeccanico. Essi hanno anche adottato un tipo speciale di « multipower machine » per soddisfare le richieste muscolari specifiche dello sci nautico.

In occasione dei Mondiali di Milano su proposta della nostra federazione sono state gettate le basi per una collaborazione internazionale

che è in atto e che sfocerà probabilmente in un Congresso scientifico riservato allo sci nautico ai prossimi Campionati mondiali.

Ritornando alle questioni tecniche è evidente che sul piano della realizzazione pratica non è tutto semplice e facile. I risultati eclatanti, come abbiamo detto, non sono mancati nel passato, ma oggi molti altri paesi battono alla porta dell'affermazione, rendendo sempre più problematica la nostra permanenza ai vertici europei. Le ultime manifestazioni continentali di Jiväskila (europei giovani) e di Temple sur Lot (europei assoluti) hanno evidenziato che fidare nella solita provvidenza è assolutamente improprio e pericoloso.

Perciò riteniamo doversi adottare procedure di selezione e di sviluppo agonistico sempre più sofisticate; reclutando il maggior numero possibile di giovani dotati specificatamente per avviarli alla specializzazione con razionalità e precisione. I C.A.S. proposti dal C.O.N.I. potrebbero rappresentare l'avvio per un nuovo criterio di progresso propagandistico. Naturalmente bisognerà valutare attentamente i criteri organizzativi delle scuole di formazione, specie per quanto riguarda le età di applicazione e gli interventi tecnici e pedagogici. Sarà importante definire l'età di maggiore ricettività motoria al fine di garantire il raggiungimento del massimo grado di disponibilità gestuale specificatamente orientata).

La scelta deve essere necessariamente allargata utilizzando nuovi metodi di avvicinamento che non siano appunto quelli casuali o strettamente ambientali. Nel sud d'Italia per esempio, le condizioni climatiche consentirebbero la realizzazione di scuole permanenti e tali Centri potrebbero soddisfare anche le esigenze di pratica continuata degli atleti di alta qualificazione. Anche gli atleti tedeschi, belgi, inglesi, ecc. sciano ormai tutto l'anno.

La Federazione ha già predisposto l'istituzione di organismi periferici adatti allo scopo, ma ovviamente rimane sempre il problema dei costi di gestione di tali impianti che potrebbero essere assunti almeno in parte del C.O.N.I. stesso (impianti fissi, motoscafi, ecc.).

Negli U.S.A., in Australia, in Venezuela per motivi climatici, appunto, di maggiore disponibilità economica (minor costo della benzina per esempio) e diversa abitudine, sciano molti più ragazzi che da noi; e molto più a lungo. Le motivazioni (anche economiche, almeno a partire da un certo momento in avanti) sono molto più importanti e di riflesso i praticanti di alto rango e quindi i campioni sono più numerosi.

Nei Paesi dell'Est, lo sport è un criterio di affermazione personale, un modo per dimostrare un certo tipo di organizzazione sociale e di prevalenza internazionale e quindi ecco che esso viene seguito con maggior interesse dagli organismi governativi e quindi sollecitato in maniera più organica e precisata.

Del resto si va sempre più diffondendo nel mondo, l'idea che: importante è vincere; diremmo anzi che l'idea era già diffusa da tempo, ma oggi si ha più coraggio nel sostenerla.

E tutto ciò a prescindere dal significato sociale dello sport di massa e del valore assunto dallo stesso nella vita di tutti i giorni a qualsiasi livello.

Ma trascurando qualsiasi considerazione filosofico-sociologica possibile, anche se abusata, vorremmo invece focalizzare l'attenzione sulla

necessità di razionalizzare gli interventi per consentire a chi ne ha la potenzialità di diventare un campione se lo desidera.

Ritornando comunque al nostro sci nautico, l'esperienza accumulata in questi ultimi cinque anni in cui abbiamo avuto la possibilità di dedicarci allo studio della specialità, ci consente di esprimere pareri sull'impronta da dare agli interventi sia formativi sia tecnici per garantire il progresso di questa disciplina da noi ancora troppo poco diffusa.

Se allenatori e preparatori ricercano potenziamenti organici e muscolari generali potranno prescindere dalle richieste specifiche della disciplina sportiva, ma non appena essi dovranno provvedere alla qualificazione particolare della stessa, allora dovranno necessariamente aggiornarsi sulle componenti tecniche espresse dal gesto specialistico e dimensionare su queste qualsiasi intervento; che dovrà essere sempre proporzionato alle disponibilità psico-fisiche possedute dai singoli atleti.

Molte volte, infatti, la progressione dei risultati non si realizza proprio a causa della disparità esistente tra la capacità di assimilazione dei gesti e la disponibilità morfo-funzionale contingente. Crediamo essere questo il problema chiave.

E mano a mano che si procede nell'affinamento delle richieste tecniche, mano a mano ci si accorge come diventi complesso il rapporto tra le qualità possedute e la precisione esecutiva.

Riteniamo pertanto doversi operare in modo che vengano sviluppate in giusta sequenza programmatica le esigenze tecnico-esecutive proprie della disciplina; e qui dobbiamo presumere che l'affermazione sia valida in assoluto, cioè a prescindere dallo sport praticato. Tali considerazioni riguardano:

- 1) la soluzione delle problematiche specifiche derivate dalle esigenze gestuali della specialità;
- 2) la valutazione delle aspirazioni e delle esigenze dell'atleta;
- 3) la disponibilità per l'applicazione;
- 4) l'organizzazione, la pianificazione e la programmazione dell'allenamento.

Non possiamo dilungarci in questa sede per illustrare i criteri possibili da adottare, che ci riserviamo eventualmente di presentare in dettaglio in un ambito più specificatamente orientato, ma rimaniamo comunque a disposizione di chi vorrà conoscere meglio il lavoro che abbiamo sviluppato fino ad oggi presso la F.I.S.N. al fine di garantire il migliore approccio specialistico per quei soggetti che speriamo possano diventare i campioni di domani.