

Differenti casi di transfert nei tuffi

Autor(en): **Metzener, André**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin**

Band (Jahr): **32 (1975)**

Heft 10

PDF erstellt am: **06.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1000777>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Allo scopo d'impedire al giocatore in possesso del pallone di tirare sul castello, i difensori si spostano automaticamente, a sinistra e a destra, con passi scivolati, e cioè analizzare la situazione e scegliere la corrispondente tecnica di movimento.

L'applicazione del passo scivolato lat. nell'allenamento specifico della tecnica di movimento dei difensori può essere considerata come **transfert verticale**.

Esiste la possibilità di riprendere nella pallamano la difesa a zona applicata nell'attacco al castello (difensori in numero minore).

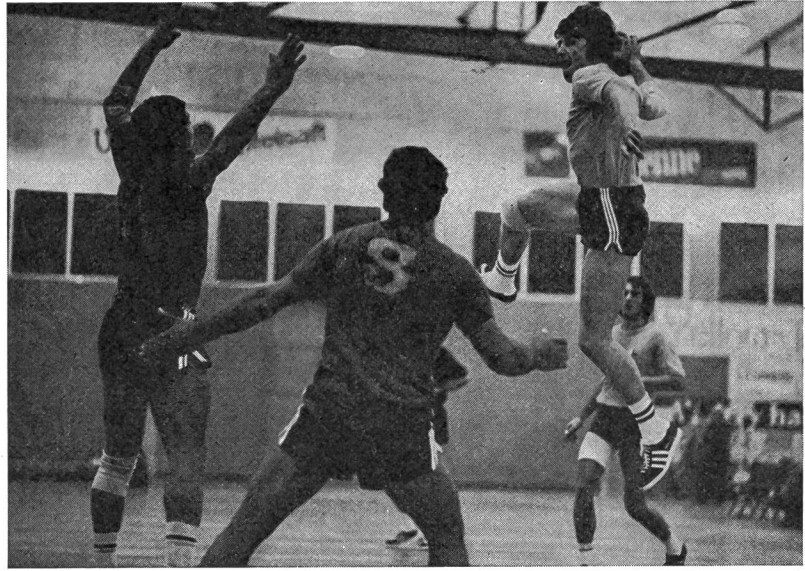
Mentre che nell'attacco al castello i difensori si comportano individualmente, nel sistema di difesa a zona si tratta

d'incorporare l'azione individuale nel comportamento determinato di un gruppo, e più tardi di una squadra. In questo caso bisognerebbe piuttosto parlare di transfert laterale.

Visto che nella pallamano l'abilità individuale dev'essere sempre incorporata nel comportamento di gruppo e di squadra, i processi d'apprendimento complessi non permettono di differenziare chiaramente l'orientamento del transfert.

¹ Teuscher, K.; Suter, H. Stufenziele im Handball. Articolo inedito.

² Endert, T. Zur Entwicklung der Spielfähigkeit der Schüler im Anfangsunterricht des Basket- und Handballspieles. In «Theorie und Praxis der Körperkultur», Berlino, 2. supplemento 1970, pag. 100.



Trasferimento positivo dalla pallavolo alla pallamano?

Differenti casi di transfert nei tuffi

André Metzener

In nessun altro tipo di sport come nei tuffi la progressione metodologica è influita dai processi di transfert. Secondo i criteri d'orientamento questi processi si possono suddividere in tre gruppi:

- processi verticali di transfert: apprendimento da tuffo a tuffo
- processi laterali di transfert: apprendimento fra diverse situazioni di tuffo
- processi verticali e laterali di transfert: apprendimento fra diversi tuffi sotto differenti condizioni ambientali.

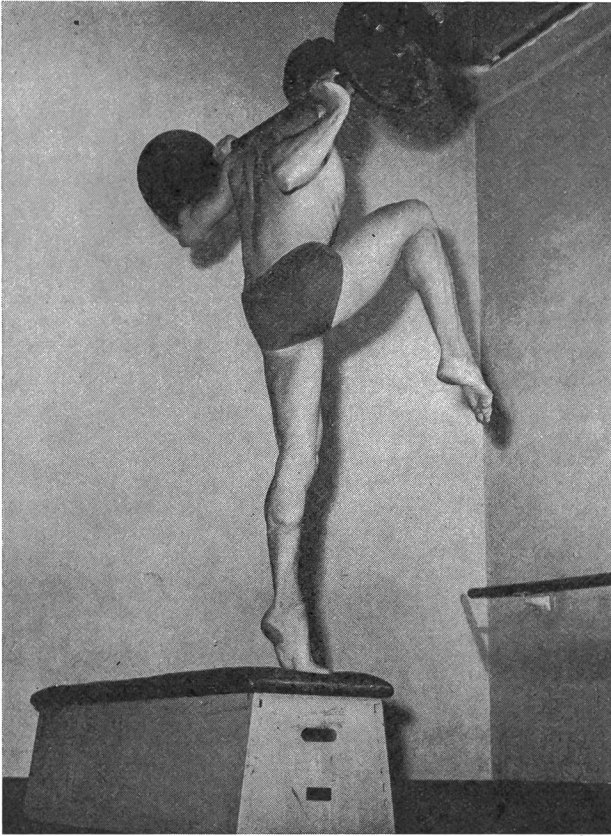
Esempi di transfert verticale

Quando un tuffo di un dato livello viene eseguito sufficientemente bene (e cioè quando i movimenti principali sono eseguiti correttamente ed efficacemente), si passa al tuffo di difficoltà immediatamente superiore.

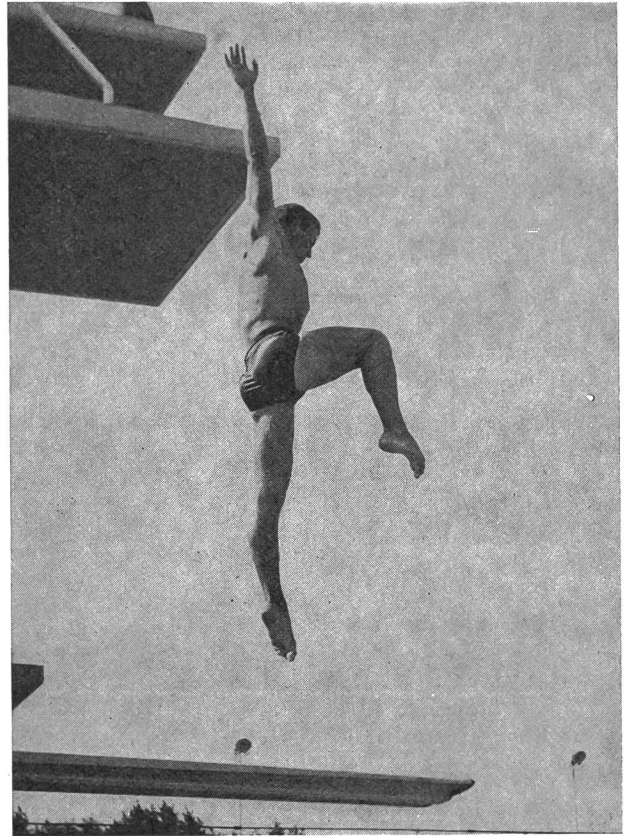
Esempio:

avanti	indietro	rovesciato	ritornato	
101	201	301	401	tuffo ordinario
↓	↓	↓	↓	↓
102	202	302	402	salto mortale
↓	↓	↓	↓	↓
103	203	303	403	salto mortale e 1/2
↓				↓
104				doppio salto mortale

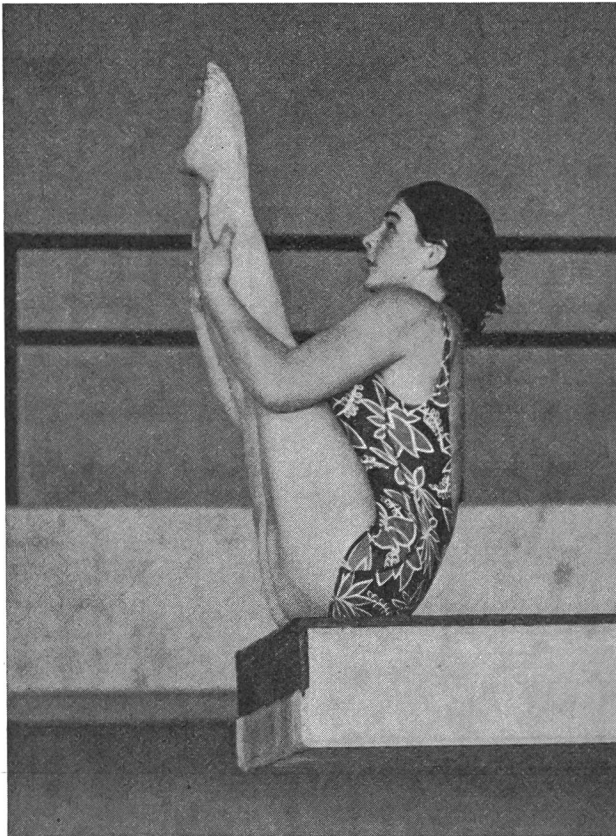
Il carattere dell'entrata in acqua con i piedi è molto differente di quella con la testa. V'è dunque un altro elemento oltre alla sola aggiunta di rotazione. La tabella che segue mostra un transfert più esclusivamente verticale:



Movimenti esatti con carico come preparazione . . .



. . . alla forma finale



Stesso atteggiamento . . .



. . . a diverse condizioni

avanti	indietro	rovesciato	ritornato	
101	201	301	401	tuffo ordinario
↓	↓	↓	↓	
103	203	303	403	salto mortale e 1/2
↓				
105				

Esempi di transfert laterale

- apprendimento di un tuffo dal bordo della vasca (401c, tuffo ritornato raggruppato), poi esecuzione dello stesso tuffo dal trampolino di 1 m.
- salto mortale in avanti sul posto, al trampolino. Movimento delle braccia e stacco della rotazione sono da applicare come sul trampolino di 1 m, partenza schiena all'acqua, e si ottiene il salto mortale ritornato.
- 5132 trampolino 1 m → 5132 piattaforma 5 m (o più) (salto mortale e mezzo con 1 avvitamento). L'esecuzione tecnica è la stessa, ma l'altezza differente, l'elasticità del trampolino compensa l'altezza della piattaforma.

La situazione d'esecuzione ha caratteristiche di consistenza e d'ambiente differenti: la tela del trampolino, il trampolino a secco con tappeti di gommapiuma, la piattaforma e il trampolino sull'acqua.

L'ambiente, o quadro, assume un grande ruolo fra alcuni tuffatori per certi tuffi. Cosicché un'esecuzione corrente

del 301 (tuffo rovesciato) in piscina coperta, con numerosi punti di riferimento precisi e «concreti», è trasferito in piscina all'aperto talvolta con grande fatica.

Transfert prevalentemente verticali

Esempio:

103 B (salto mortale e mezzo) dalla piattaforma di 3 m e 105 B (doppio salto mortale e mezzo) dai 10 m.

L'aggiunta di una rotazione è l'elemento di transfert verticale mentre che il cambiamento di altezza costituisce l'elemento laterale: in effetti la velocità di rotazione rimane la stessa, e l'altezza permette una rotazione supplementare.

Tutto il capitolo della progressione nell'apprendimento dei tuffi con avvitamento dev'essere classificato qui.

S'impara quindi da 1 m un avvitamento in un salto mortale, e la forma finale è dai 3 m ma l'avvitamento sarà inserito in un salto mortale e mezzo.

1 m	→	3 m
5122	→	5132
5221	→	5231
5223	→	5233

La mezza rotazione supplementare che trasforma il salto mortale in salto mortale e mezzo è l'elemento di transfert verticale. Lo stacco delle due rotazioni è identico e rappresenta l'elemento di transfert laterale.

Transfert — la ginnastica agli attrezzi, per esempio

Kurt Egger

Nella ginnastica alla sbarra succede spesso che, seguendo il principio metodologico che dice «di passare dal facile al difficile», s'impara dapprima la sospensione e lo stabilirsi con il ginocchio per passare poi direttamente all'apprendimento dello stabilirsi con passaggio a gamba tesa.

L'ordine di successione nell'apprendimento di questi due elementi sembra alquanto logico:

— il primo esercizio è nettamente più facile da eseguire del secondo

— i due elementi si rassomigliano dal punto di vista della forma. Questa rassomiglianza si esprime per esempio nel fatto che il secondo esercizio viene definito «una esecuzione del primo a gambe tese».

