

Esempi di situazione: un giocatore si propone per portare un blocco sulla palla, ma il compagno smette di palleggiare perdendo l'opportunità di sfruttarlo; il *playmaker* comunica dichiaratamente il tipo di difesa da attuare permettendo un immediato adattamento degli avversari; un attaccante comunica apertamente di voler ricevere un blocco; un attaccante non camuffa l'intenzione di voler passare la palla in una determinata direzione.

Conclusioni

La capacità di porre attenzione è un'abilità che l'atleta deve poter acquisire sin dalle prime esperienze sportive.

Spesso, e in modo particolare nelle categorie giovanili, sia l'allenamento tecnico che quello tattico-strategico non prevedono interventi mirati allo sviluppo di un atteggiamento attentivo. Essenzialmente vengono fornite informazioni sull'esecuzione dei modelli tecnici e sulle procedure operative del gioco. Gli aspetti relativi alle modalità attentive e alla capacità di mantenere una buona concentrazione sia in allenamento sia nella gara sono dati per scontati o comunque affrontati da parte dell'allenatore con interventi spesso casuali. Specialmente in un processo di

formazione, come quello delle categorie giovanili, sarebbe indispensabile un costante e programmato intervento che orienti il giovanissimo giocatore a saper selezionare le informazioni in funzione della situazione di gioco e a cogliere le informazioni rilevanti, modificando di conseguenza l'ampiezza del *focus* attentivo e della sua direzione.

Per migliorare l'attenzione è necessario, innanzitutto, fornire all'atleta informazioni sulle modalità pratiche di osservazione e di controllo dei fattori oggetto di attenzione: sentire fisicamente con le mani o con il corpo un avversario, seguirlo con lo sguardo, ascoltare per carpire informazioni verbali sono abilità che permettono il miglioramento della capacità attentiva.

Contemporaneamente l'allenatore fornirà i criteri di scelta delle informazioni rilevanti e del loro sviluppo (su cosa porre attenzione, quando e perché) programmando attività che favoriscono sia la qualità che il mantenimento dell'attenzione (concentrazione). L'attenzione del giocatore può essere controllata, oltre che con l'osservazione diretta delle attività, sia attraverso colloqui diagnostici con l'atleta che permettono di tracciare il percorso attentivo, sia attraverso l'osservazione degli errori e la loro decodifica.

Indirizzo degli autori:

P. M. Messina, Via Bellini, 28, 95027, S. Gregorio di Catania
E-mail: pm.messina@virgilio.it

P. Bozzano, Via Conte Ruggero, 6, 95129 Catania
Email: paolo.bozzano@tin.it

Note

- (1) Fontani, G., Capacità attentive nei giochi di squadra. L'esempio della pallavolo, in *Didattica del movimento*, 1995, 100, 37.
- (2) Cei A., *Psicologia dello sport*, 176.
- (3) Gulinelli M., Carbonaro G., Se l'atleta sbaglia, *SdS - Scuola dello sport*, V, 1986, 6, 25-30.
- (4) In: Aa. Vv., *La preparazione di un campione*, (a cura di Bouchard C., Brunelle J., Godbout C.), Roma, SSS, 1978.
- (5) Neumeier A., Ritzdorf W., Il problema della tecnica individuale, *Sds - Scuola dello sport*, III, 1984, 2, 38-41.
- (6) Nougier V., I processi mentali nelle azioni sportive (prima parte), *Sds - Scuola dello sport*, XI, 1992, 28, 11-18.
- (7) In Aa.Vv., *La preparazione di un campione*, (a cura di Bouchard C., Brunelle J., Godbout C.), SSS, 1978.
- (8) Nougier V., op. citata, 13.
- (9) Nougier V., *ibidem*.

Bibliografia

- Aa.Vv., *La preparazione di un campione*, (a cura di Bouchard C., Brunelle J., Godbout C.), SSS, Roma, 1978.
- Allard F., Burnett N., *Skill in Sport*, Canadian Journal of Psychology, 1985, 39.
- Boscolo P., *Psicologia dell'apprendimento scolastico*, Utet, Torino 1997.
- Caraugh J. H., Singer R.N., Chen D., *Visual Scanning and Anticipation of Expert and Beginner Tennis Player*, in: Serpa S., Alves J., Ferreira V., Paula-Brito A., (a cura di), *Proceedings of the VIII World Congress of Sport Psychology*, Lisbona, 1993.
- Castiello U., Umiltà C., *Size of attentional focus and efficiency processing*, Acta Psychologica, 1990, 73.
- Cei A., Bergerone C., Ruggeri V., *Anticipazione e stile attentivo*, *SdS - Scuola dello sport*, V, 1986, 6, 41.
- Cei A., *Psicologia dello sport*, Il Mulino, Bologna, 1998.
- Downing C., *Expectancy and visual-spazial attention: effects on perceptual quality*, *Journal of Experimental Psychology: Human perception and performance*, 14, 1988, 2.
- Fontani G., *Capacità attentive nei giochi di squadra. L'esempio della pallavolo*, *Didattica del movimento*, 1995, 100, 37.
- Goodrich's G., *Winning basketball*, Chicago, Contemporary Books. Inc , 1976.
- Goulet C., Bard C., Fleury M., *Expertise Differences in Preparing to Return a Tennis Serve: A Visual Information Processing Approach*, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1989, 11.
- Gray P., *Psicologia*, Zanichelli, 1997.
- Gulinelli M., Carbonaro G., *Se l'atleta sbaglia*, *SdS-Scuola dello sport*, V, 1986, 6, 25-30.
- Kahneman D., *Psicologia dell'attenzione*, Giunti Barbera, Firenze, 1981.
- Margaria R., De Caro L., *Fisiologia umana*, Ed. Francesco Vallardi, 1971, vol.2.
- Martens R., *Coaches guide to sport psychology*, Champaign, Ill., Human Kinetics, 1987, 140-141.
- Neisser U., *Conoscenza e realtà*, Il Mulino, Bologna, 1997.
- Neumeier A., Ritzdorf W., *Il problema della tecnica individuale*, *SdS-Scuola dello sport*, III, 1984, 2, 38-41.
- Nideffer R.M., *Test of Attentional and Interpersonal Style*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1976.
- Nougier V., *I processi mentali nelle azioni sportive (prima parte)*, *SdS - Scuola dello sport*, XI, 1992, 27, 11-18.
- Nougier V., *I processi mentali nelle azioni sportive (seconda parte)*, *SdS - Scuola dello sport*, XI, 1992, 26, 66-75.
- Nougier V., *L'orientamento dell'attenzione*, IX, *SdS-Scuola dello sport*, 1990, 20, 8.
- Nougier V., Stein J. F., Bonnel A. M., *Information Processing in Sport and Orienting of Attention*, *International Journal of Sport Psychology*, 1991, 22.
- Paris S. G., Winograd P., *How much Cognition can promote academic Learning and Instruction*, in: Jones B.F., Idol L. (a cura di), *Dimensions of Thinking and cognitive Instruction*, Erlbaum, Hillsdale, 1990.
- Pashler H., *Doing two things at same time*, *American Scientist*, 1993, 81.
- Ripoll H., *Stratégies oculo-motrices impliquées dans l'exécution des habilités sportives des précision*, in: Ripoll H., Azemar G. (a cura di), *Neurosciences du sport*, Paris, INSEP, 1987.
- Rossi B., *Attenzione e attività motoria in età evolutiva*, *SdS - Scuola dello sport*, XI, 1992, 27, 51-60.
- Rossi B., *Processi mentali e sport*, Roma, Coni-Scuola dello sport, 1989.
- Saibene F., Rossi B., Cortili G., *Fisiologia e psicologia degli sport*, Bologna, Zanichelli, 1995.
- Starkes G. L., Allard F., Lindley S., O'Reilly K., *Abilities and Skill in Basketball*, *Int. Journal of Sport Psychology*, 1994, 25, 249-265.
- Williams J. M., Harkins S., Latane B., *Identifiability as a deterrent to Social Loafing: Two Cheering Experiments*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1993, 40.