LA MULTILATERALITA' IN AMBITO CANOISTICO

Cicciù Stefano

Corso allenatori 2022, Castel Gandolfo 28/05/2022

«FONDAMENTO DI OGNI ALLENAMENTO, NELLO SPORT DI PRESTAZIONE, È UNA FORMAZIONE DI BASE GENERALE, CHE VA OLTRE LE VARIE DISCIPLINE ED È IMPOSTATO SU LARGA SCALA, IN CUI HA GRAN VALORE LA MOLTEPLICITÀ DEI MODELLI MOTORI»
E. HAHN (1986)

Per multilateralità si intende la scelta dei mezzi e l'organizzazione dei contenuti in modo da attivare ed affinare il maggior numero possibile di schemi motori e costruire abilità motorie significative per qualità e quantità tali da essere trasferibili nella acquisizione di abilità motorie specifiche della disciplina sportiva.

In particolare le attività motorie saranno organizzate con l'attivazione del maggior numero di schemi motori e posturali, per
la costruzione di abilità motorie significative per qualità, quantità e trasferibilità.

E' un fondamento della preparazione giovanile che indica un completo sviluppo delle funzioni di base e può quindi consentire di eliminare le limitazioni che una specializzazione precoce può procurare.

In forma più generale, la multilateralità è applicabile, in forme diverse, a tutte le sfere/ambiti della vita personale quali lo sport, il lavoro, l'arte, le relazioni interpersonali, etc.

In ambito sportivo e più precisamente canoistico, la multilateralità è un requisito fondamentale per creare un ATLETA COMPLETO, ovvero che tramite il concorso di più attività, discipline e specialità permette all'atleta di eccellere nella sua disciplina principale.

LA MULTILATERALITA' IN UN CONTESTO GENERALE

Schema generale di organizzazione formativa individuale

Perché è importante la multilateralità nello sport

In età giovanile

- Per creare un patrimonio motorio solido e ampio
- Per creare una struttura fisica equilibrata
- Per far divertire il giovane atleta
- Per ampliare il bagaglio di esperienze

In età adulta

- Per mantenere l'elasticità fisica e mentale
- Per far divertire l'atleta (esempio Nazionale slalom e Nazionale Francese)
- Per avere il piacere di partecipare a competizioni (esempio Nazionale slalom)
- Per mancanza di competizioni nella disciplina principale (esempio Nazionale slalom)

Forme di multilateralità nello sport

ossono identificare tre modelli di multilateralità: **estensiva** (o fondamentale), **orientata** (o generale) e **intensiva** (o mira

prima è caratterizzata dall'adozione di una grande quantità di proposte con riferimento agli schemi motori e alle abi
motorie sportive più significative di buona parte delle discipline sportive
Fascia indicata 6-8 anni

La seconda suggerisce l'adozione di una variegata e ampia quantità di proposte motorie vicine alla propria disciplina
Fascia 9-11 anni

La terza è fortemente indirizzata verso una o più specialità sportive tra loro affini
Fascia 12-15 anni

Forme di multilateralità nello sport

M. INTENSIVA

Attraverso la M. Orientata e l'approccio alle discipline di riferimento

M. ORIENTATA

Attraverso la M. Estensiva e le specialità sportive affini

M. ESTENSIVA

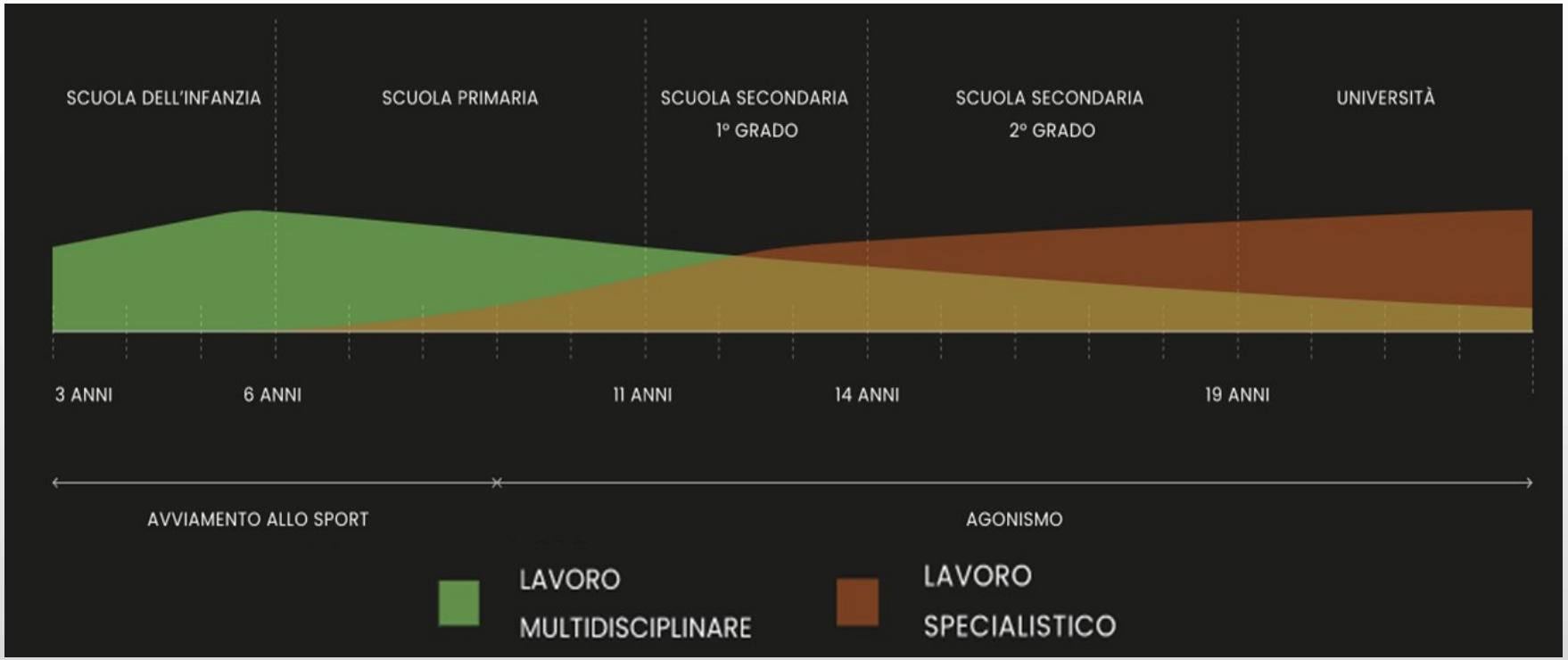
Attraverso il gioco e i fondamentali

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18

Età

Forme di multilateralità nello sport

Si riporta di seguito un altro grafico che ben rappresenta la differenza tra il lavoro multidisciplinare e quello specialistico nella varie fasi della crescita dell'individuo.



COME SI SVILUPPA LA MULTILATERALITA' IN AMBITO CANOISTICO

La multilateralità in ambito canoistico

Riprendendo uno studio fatto da Riccardo Ibba e pubblicato su Nuova Canoa Ricerca (Anno XXIII - n. 83 Maggio/Agosto 2014) in «**L'allenatore giovanile nella FICK: analisi e proposte»,** si erano individuate diverse età di ingresso per alcune discipline sportive.

Disciplina Sportiva	Età di ingresso (anni)
Nuoto:	4
Rugby (minirugby):	4
Judo:	4
Pallacanestro (minibasket):	4-5
Tennis:	5
Pallavolo (minivolley):	6
Calcio:	6
Atletica:	6
Vela:	6
Taekwondo:	6
Canoa (olimpica):	8
Pallanuoto ("acqua goal"):	10

Da questo studio si evince che lo sport della pagaia, che tendenzialmente vede i primi atleti iniziare nell'età 8/9 anni, prevede un sviluppo delle capacità coordinative e condizionali tipiche della fase «Orientata», che ricordiamo consiste nell'adozione di una variegata e ampia quantità di proposte motorie vicine alla propria disciplina, per poi continuare nello sviluppo del modello Intensivo.

La multilateralità in ambito canoistico

Un esempio di sviluppo del modello della multilateralità Orientata, con particolare attenzione al mondo canoistico, potrà prevedere la programmazione delle seguenti attività sportive:

Indoor (prevalentemente nella stagione invernale):
- Nuoto
- Atletica Leggera
- Pesistica
- Sport di squadra

Outdoor:
- Sci fondo
- Corsa
- Mountain Bike
- Canoa (varie discipline)
- Sport di squadra

La multilateralità in ambito canoistico

Nel passaggio dal modello di multilateralità orientata a quella intensiva, oltre alle discipline accennate nella slide precedente, si possono sviluppare le capacità coordinative e condizionali praticando le tante discipline che fanno parte del mondo canoistico.

Settore Acqua Mossa

Slalom

Discesa

Settore Acqua Piatta

Velocità

Maratona

Polo

Sport per tutti

Freestyle

Extreme

Dragon Boat

Ocean Racing

Outrigger

Correlazione tra le discipline

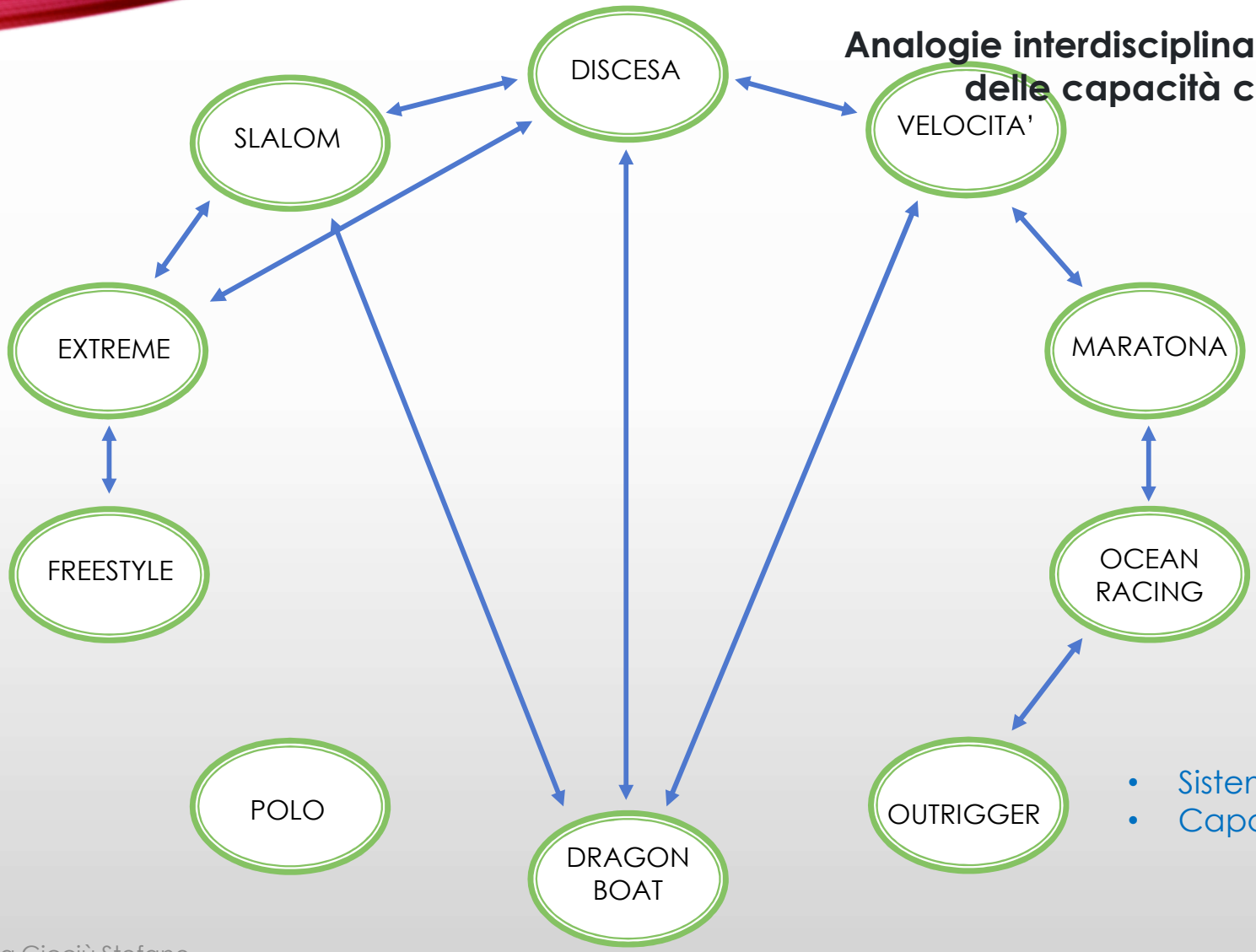
In che maniera le discipline della canoa possono essere connesse tra di loro?

La scelta delle correlazioni tra le varie discipline può essere definita sulla base di analogie quali:

- Analogia tra i sistemi energetici impiegati
- Analogia tra le capacità condizionali
- Analogia tra le varie capacità coordinative
- Analogia tra le varie tecniche di pagaiata
- Analogia tra le varie capacità coordinative
- Analogia tra le varie capacità di conduzione della canoa
- Il luogo di pratica della disciplina sportiva

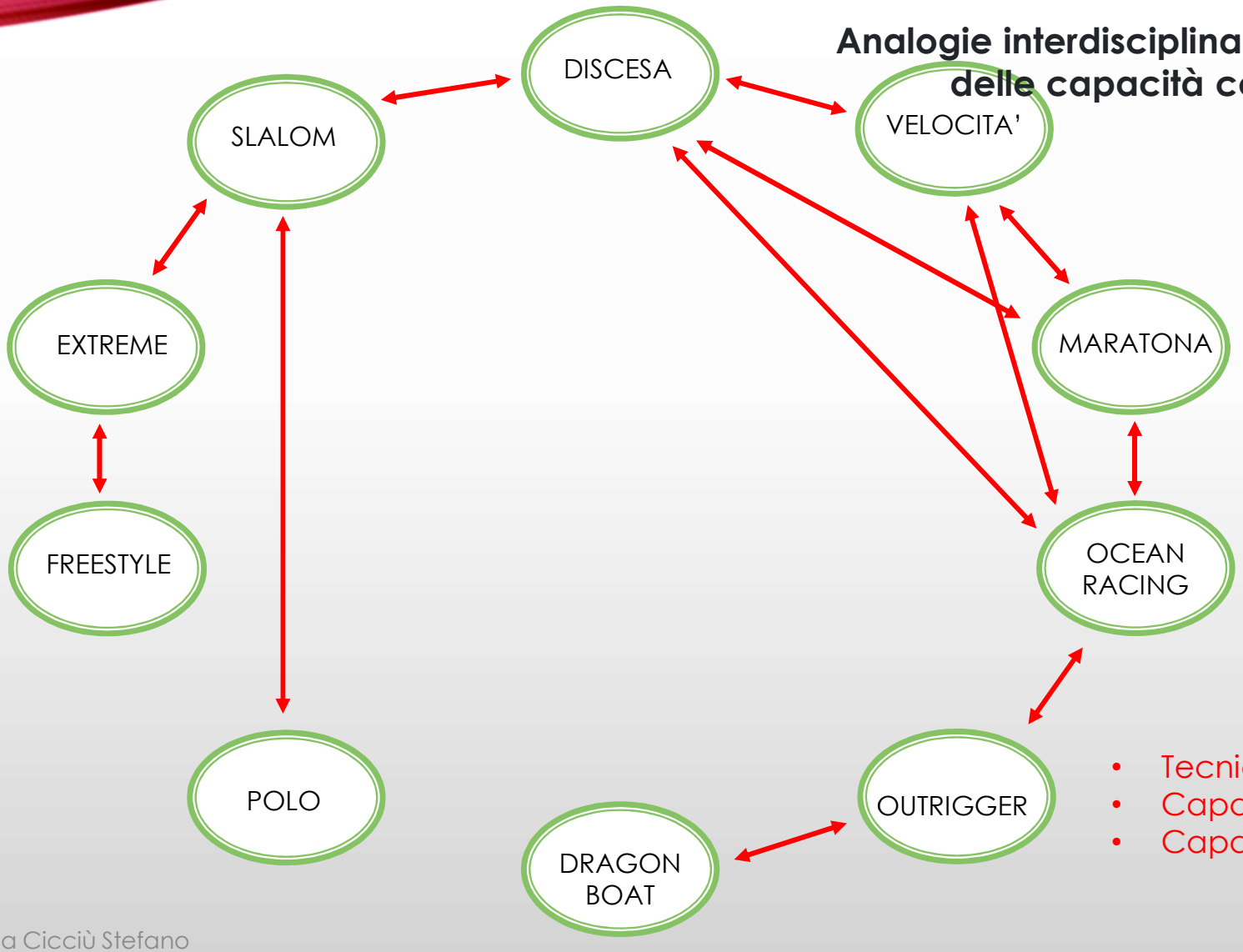
Sulla base delle suddette analogie, nei grafici che seguono ho rappresentato le possibili analogie interdisciplinari.

Analogie interdisciplinari sotto un aspetto delle capacità condizionali



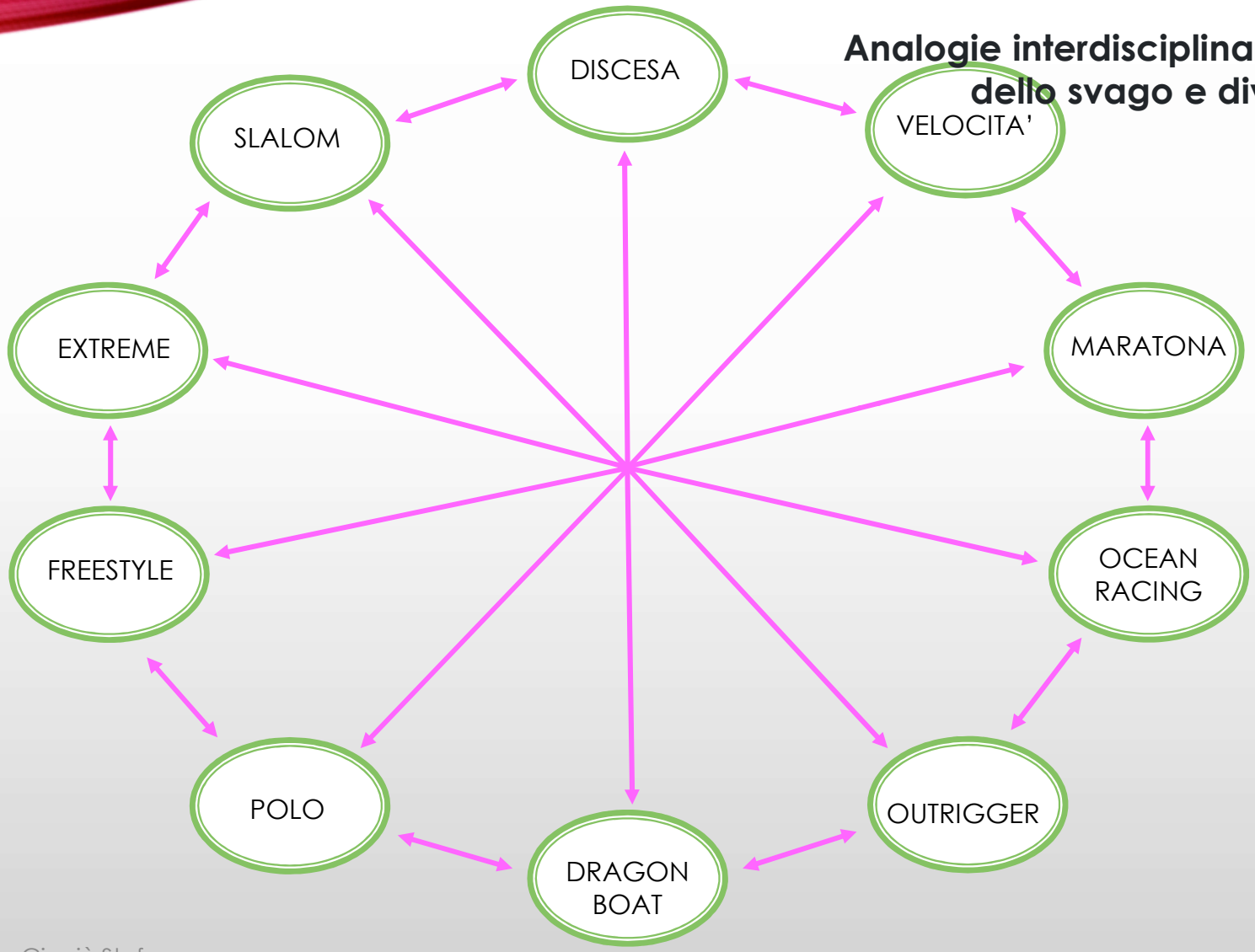
- Sistemi Energetici utilizzati in gara
- Capacità Condizionali

Analogie interdisciplinari sotto un aspetto delle capacità coordinative

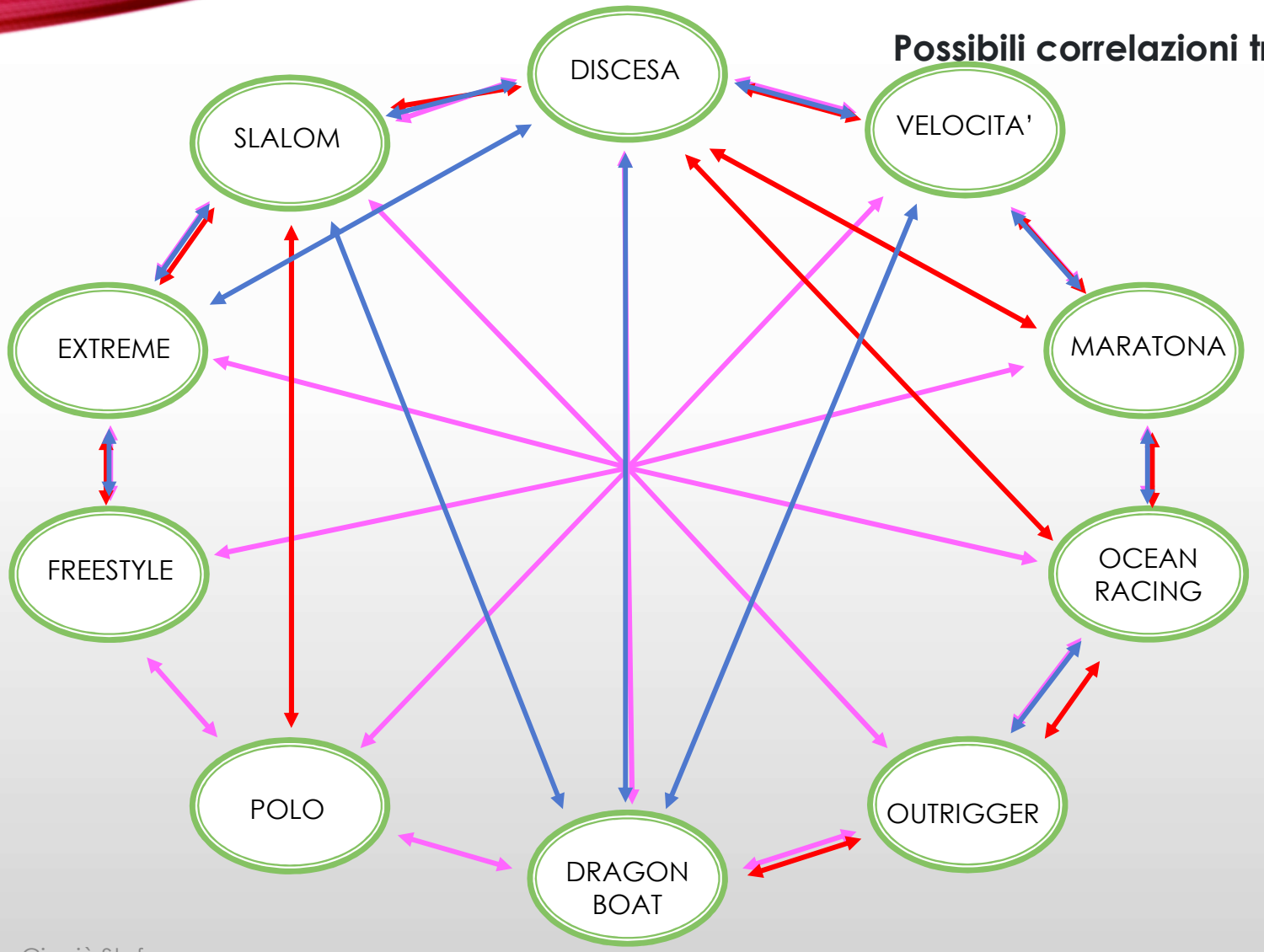


- Tecnica di pagaiata
- Capacità di conduzione della canoe
- Capacità coordinative

Analogie interdisciplinari sotto un aspetto dello svago e divertimento



Possibili correlazioni tra le discipline



Pratica multidisciplinare in Italia

Quali sono le società canoistiche in Italia che praticano più di una disciplina?

Quella che seguirà è un analisi che ha il solo scopo di illustrare quante e quali società in Italia praticano maggiormente la multidisciplinarità in maniera strutturata, segno quindi di un apertura mentale dei dirigenti sportivi e degli allenatori.

Per mancanza di dati a disposizione non sono comprese le società che praticano più di una disciplina che non rientra tra le manifestazioni sportive riconosciute dalla Federazione Italiana Canoa e Kayak.

Le classifiche di riferimento sono tratte quindi dalla classifica «Sergio Orsi» e relative sotto categorie.

Le specialità prese in considerazione sono:

- Acqua Mossa
- Acqua Piatta
- Canoa Polo

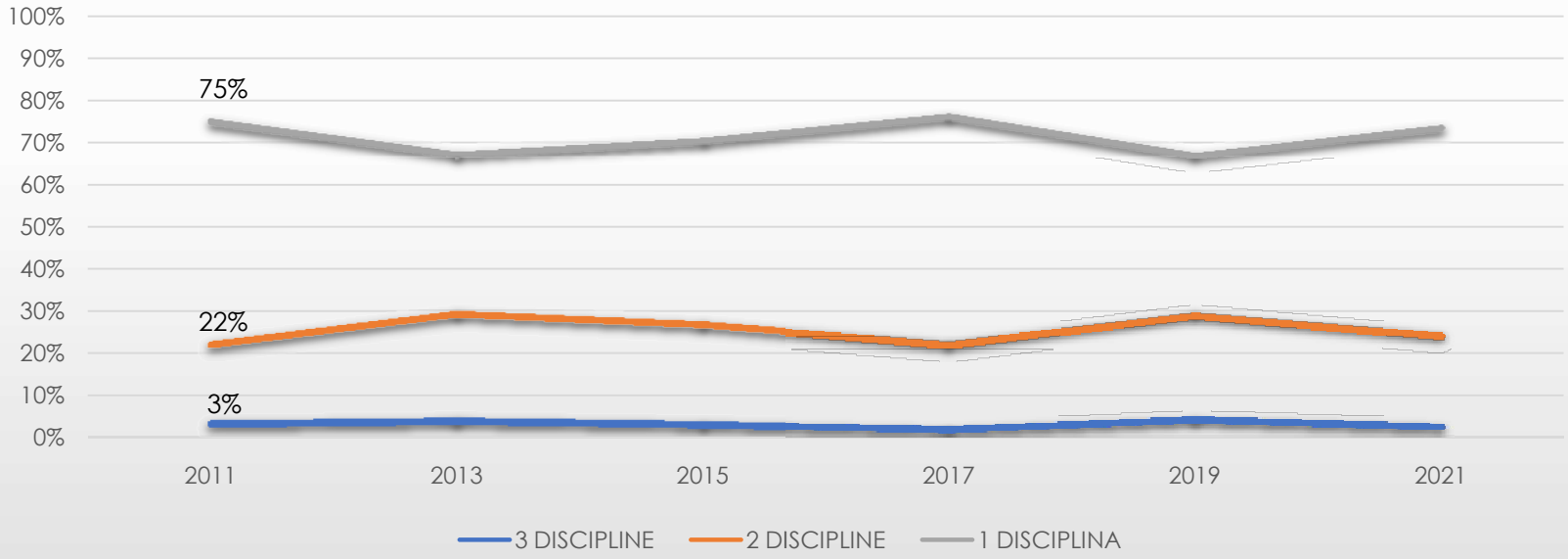
Pratica multidisciplinare in Italia

Elenco società in Italia praticanti 3 e 2 discipline (rif. Classifiche Fick)

Codice Società	Nome Società	Acqua Mossa	Acqua Piatta	Canoa Polo	Tot Punteggi	(MIN/MAX) Parametro valutazione	% punteggio annuale 2011	2013	2015	2017	2019	2021
1017	CIRCOLO AMICI DEL FIUME A.S.DILETTANTISTICA	2307	8126	2598	13030	28%	19%	24%	23%	16%	8%	10%
8004	A.S.DILETTANTISTICA CANOTTIERI COMUNALI FIRENZE	34431	30789	9186	74405	27%	17%	17%	21%	13%	12%	19%
6007	SOC. DILETTANTISTICA CANOTTIERI MUTINA	1021	9917	2045	12983	10%	23%	27%	16%	19%	4%	12%
4024	GRUPPO CANOE POLESINE ROVIGO A.S.DILETTANTISTICA	301	4175	4419	8894	7%	17%	20%	9%	13%	18%	22%
6003	CANOA CLUB FERRARA A.S.DILETTANTISTICA	29759	2856	1309	33924	4%	7%	13%	2%	23%	44%	11%
10007	CIRCOLO CANOTTIERI ANIENE A.S.DILETTANTISTICA	1546	57246	2302	61094	3%	2%	5%	10%	32%	30%	21%
4067	A.S.DILETTANTISTICA CANOE ROVIGO	102	2049	5679	7830	2%	1%	6%	20%	18%	30%	24%
13025	GR.SP. CANOA CATANIA AS DILETTANTISTICA	97	2997	5404	8497	2%	2%	10%	28%	25%	16%	18%
3017	C.U.S. MILANO A.S.DILETTANTISTICA	1752	17726	260	19738	1%	31%	32%	7%	8%	11%	11%
5026	C.U.S. UDINE A.S.D.	11	68	1280	1359	1%	4%	12%	22%	23%	22%	16%
13035	JOMAR CLUB CATANIA A.S.DILETTANTISTICA SEZ. CANOA	34	1312	6083	7429	1%	11%	9%	12%	20%	19%	28%
13004	C.U.S. CATANIA A.S.DILETTANTISTICA SEZ. CANOA	9	860	1710	2579	1%	3%	9%	15%	13%	25%	36%
3007	IDROSCALO CLUB A.S.DILETTANTISTICA	98	27072	5670	32840	0%	15%	16%	19%	19%	19%	13%
5004	CIRCOLO MARINA MERCANTILE NAZARIO SAURO A.S.D.	29	32279	5731	38039	0%	9%	16%	20%	21%	18%	16%
6005	A.S.D. CANOA CLUB BOLOGNA	44750	16	5122	49889	0%	3%	17%	17%	26%	16%	21%
11004	CIRCOLO NAUTICO POSILLIPO A.S.DILETTANTISTICA		9068	10654	19722	85%	28%	18%	17%	13%	14%	11%
10029	CANOTTIERI EUR S.S. DILETTANTISTICA a r.l.		13406	10465	23871	78%	10%	14%	15%	18%	17%	27%
3021	A.S.D CENTRO PROVINCIALE PROPAGANDA CANOA		1550	1148	2698	74%	33%	28%	39%	---	---	---
11007	CIRCOLO CANOTTIERI IRNO A.S.DILETTANTISTICA		1607	1180	2787	73%	5%	10%	13%	28%	26%	18%
4014	CANOA CLUB MESTRE A.S.DILETTANTISTICA	1349	1877		3226	72%	19%	13%	24%	17%	12%	14%
8023	CANOA KAYAK VERSILIA ASS. POL. DIL.	2564	4012		6576	64%	8%	14%	21%	29%	18%	9%
7025	A.S.DILETTANTISTICA TEAM KAYAK SARDEGNA		2022	1185	3207	59%	25%	38%	20%	12%	2%	2%
8019	CANOA SAN MINIATO ASD		3767	2171	5938	58%	27%	16%	24%	21%	12%	---
10086	CENTRO SPORTIVO AERONAUTICA MILITARE	3748	2116		5864	56%	---	9%	13%	19%	30%	29%
1039	CANOTTIERI ESPERIA TORINO A.S.DILETTANTISTICA	1167	2379		3546	49%	44%	51%	5%	1%	---	---
10001	A.S.D. CIRCOLO CANOTTIERI TIRRENIA TODARO	2186	5211		7397	42%	26%	20%	15%	19%	11%	10%
3014	C.U.S. PAVIA A.S.DILETTANTISTICA	14210	34048		48258	42%	15%	15%	14%	16%	19%	21%
12022	ASD CANOA KAYAK ACADEMY		13444	4485	17928	33%	59%	25%	4%	12%	---	---
10016	GRUPPO SPORTIVO MARINA MILITARE	7859	23887		31745	33%	11%	15%	13%	14%	27%	20%
12001	C.U.S. BARI A.S.DILETTANTISTICA		14798	4067	18865	27%	24%	21%	21%	19%	6%	9%

Pratica multidisciplinare in Italia

Analisi dell'andamento percentuale delle società praticanti più discipline (rif. Classifiche Fick)



Dal grafico sopra riportato si nota come negli ultimi 10 anni non ci sono state grandi variazioni nel numero di società che hanno praticano 2 o 3 discipline in almeno una gara per stagione.

Cosa fare per migliorare?

I fattori che limitano lo sviluppo del sistema multidisciplinare possiamo riconoscere: ridotte competenze del tecnico societario, chiusura mentale della dirigenza sportiva (molte volte per storicità della disciplina praticata), carenza di una struttura logistica.

Lo sviluppo della metodologia multilaterale deve essere idealizzato e poi concretizzato partendo dalle società sportive e dai tecnici societari che nella fase di crescita del giovane atleta hanno un ruolo di primaria importanza.

In questa fase le federazioni hanno il compito si incentivare e supportare le società, attraverso i seguenti punti:

- La formazione di nuovi tecnici societari mentalmente aperti, predisposti a fare formazione e a lavorare con i tecnici di altri sport, altri club sportivi della stessa disciplina o altri tecnici all'interno di un club;
- La promozione di giornate di aggiornamento dei tecnici societari con particolare attenzione a questo tema;
- Incentivare la formazione di campus o centri estivi sportivi multidisciplinari;
- Supportare le società sportive nell'acquisto di materiale sportivo di altre discipline;
- Premiare le società canoistiche italiane che sviluppano un modello interdisciplinare.

Bibliografia, sitografia e autori

Bibliografia
Weineck J. (2001) *L'allenamento ottimale. Calzetti-Mariucci.*
Fazio I., Scotton C. (2015) *Teoria e pratica del movimento: Le Basi*. Edizioni libreria Cortina Torino.
Presentazione Federazione Italiana Rugby – Multidisciplinarietà Multilateralità

Sitografia
https://www.coni.it/it/i-numeri-dello-sport.html
https://www.federcanoa.it/
https://www.sport-education.it/il-metodo/

GRAZIE PER L'ATTENZIONE