



## La formazione giovanile (seconda parte)

Le fasi sensibili

Crescere nello sport per crescere nella vita

*Giulio Rattazzi*



# L'importanza delle fasi sensibili metafora del puzzle



**Ogni cosa a suo tempo ha il suo tempo**

# Le fasi sensibili (Ogni cosa a suo tempo)

In tenera età il movimento è prerogativa indispensabile per la crescita psicofisica del ragazzo, è importante sapere che bisogna dare molta attenzione alle proposte rivolte ai giovani.

la stessa proposta, per periodi differenti, potrebbe risultare utile, inutile e/o dannosa.

Il mio scopo non vuole essere quello di elencare le migliori proposte secondo ciascuna età (comunque sempre meglio considerare l'età biologica), ma è bene sapere che nel corso dell'esistenza di una persona esistono dei periodi più favorevoli rispetto ad altri (periodo sensibile), esistono dei periodi in cui l'organismo è più sensibile e meglio predisposto a specifiche sollecitazioni per migliorare determinate qualità, come è bene conoscere che esistono dei periodi in cui è meglio non intervenire in tal senso, perché eventuali proposte potrebbero risultare perdita di tempo se non addirittura dannose (anche in modo permanente) per la salute del ragazzo.

Infine è importante sottolineare, che esistono particolari qualità che se non vengono adeguatamente sollecitate durante le loro fasi sensibili successivamente sarà difficile se non addirittura impossibile, ottenere risultati soddisfacenti.





# L'importanza delle fasi sensibili metafora del puzzle

Ma quando  
una qualità è  
carente,  
quando vi  
sono delle  
lacune, perché,  
magari,  
quando era il  
momento  
opportuno per  
agire non è  
stato fatto  
nulla, cosa  
bisogna fare?



**Ogni cosa a suo tempo ha il suo tempo**

**Ahimè, bisogna tornare  
indietro e cercare di  
rimediare per quanto  
possibile, ma i risultati  
non saranno ovviamente  
gli stessi**



Se un ragazzo non ha sviluppato adeguatamente determinate abilità non potrà mai risolvere determinati compiti motori che uno sport richiede

Ad esempio:

Se un ragazzo non ha adeguatamente strutturato la coordinazione spazio-temporale, come potrà mai riuscire nel calcio con il modulo a zona?



# Ma è importante sapere...

Le qualità motorie non sono soltanto le fondamenta, non sono soltanto i pilastri, non sono soltanto le basi e i prerequisiti per riuscire in uno sport, esse hanno un'importanza molto più ampia che esce fuori dall'ambito motorio...

I processi cognitivi sono legati alla motricità, il movimento è alla base di ogni genere di apprendimento,

# Purtroppo per motivi culturali non ci rendiamo conto che...

Quando pensiamo alla mente e all'apprendimento privilegiamo spesso una concezione logico-astratta: ci soffermiamo sul "linguaggio della mente" e sui suoi aspetti incorporei e molto meno sulla concretezza e sulle azioni motorie, malgrado azioni e movimenti abbiano un ruolo centrale nei processi di formazione e rappresentazione mentale "

Alberto Oliverio



I movimenti non sono un puro meccanismo, un mezzo per ottenere qualcosa: le azioni motorie esercitano un ruolo importante nella formazione della mente, condizionano l'apprendimento e sono alla base del linguaggio. Movimenti, schemi motori e rapporti fisici con la realtà sviluppano infatti la logica mentale, sottendono nessi importanti quali il prima e il dopo, sono alla base di rapporti causa ed effetto, della concatenazione dei diversi anelli che formano la catena del pensiero in genere, quando pensiamo alla mente ci soffermiamo sulle percezioni e le "idee", non sul movimento: eppure azioni e movimenti hanno ruolo centrale nei processi di rappresentazione mentale.

Alberto Oliverio

## Il movimento è indispensabile... (una provocazione)

Abbiamo appena accennato come il movimento sia importante per favorire la crescita psicofisica di una persona, abbiamo compreso che esistono dei periodi sensibili, in giovane età, durante i quali è indispensabile intervenire, altrimenti sarà difficile, se non impossibile, recuperare successivamente

Allora mi chiedo: Come mai la scuola italiana, soprattutto in tenera età dove è indispensabile intervenire, conserva un ruolo così così marginale all'attività motoria?



[www.demotu.it](http://www.demotu.it)

## La formazione giovanile

Fine seconda parte

Arrivederci alla prossima puntata nella quale trattateremo  
«Il concetto di variabilità (plasticità) del movimento»

*Giulio Rattazzi*