

RICONOSCERE E VALORIZZARE IL TALENTO

VISIONE,
PROGETTUALITA' E
METODICHE

Simone Palombi



Talento, significato

Il talento è un'attitudine innata a un'attività. Avere talento significa riuscire a fare facilmente qualcosa che risulta difficile a quanti non siano dotati di **Talento**.



Il Talento da solo è sufficiente?

Assolutamente no! Per far sì che si esprima ai massimi livelli necessita di un grande lavoro, senza il quale il talento sarebbe inespresso.

Talento


Le cinque proprietà

- (1) il Talento ha origine in strutture trasmesse geneticamente, **quindi in parte è innato**.
- (2) I suoi effetti completi potrebbero non essere evidenti in una fase iniziale, **ruolo fondamentale di persone qualificate che sanno identificarlo**.
- (3) Le prime indicazioni di talento forniscono una base per prevedere chi avrà maggiori probabilità di eccellere.
- (4) Solo una minoranza è talentosa, perché se tutti i bambini lo fossero, non ci sarebbe modo di prevedere o spiegare il successo.
- (5) Il talento è **specifico**.



Riconoscere e valorizzare il talento

Punti chiave e ruolo fondamentale del coach

- Giusta tempistica nel riconoscere il talento
- **Prima fase.** Costruzione dell'atleta (Long Term Athlete Development), **fase comune a tutti gli atleti che si apprestano ad iniziare una pratica sportiva.**
- Avere **visione** (dove realmente può arrivare)
- Valutazione del contesto nazionale ed internazionale
- **Seconda Fase.** Raggiungere il Picco di Prestazione. Costruire una Road map per raggiungere l'obiettivo: **Precocità o Long Term?** 
- Scegliere quali strumenti utilizzare
- Costruire l'ambiente giusto (Club - Coach - Compagni - Genitori)
- Essere consapevoli di come si percepisce il talento
- **Terza Fase.** (**La più difficile**), alla ricerca di nuovi stimoli dopo aver raggiunto l'obiettivo.

**QUANDO E' IL MOMENTO "GIUSTO"
PER IDENTIFICARE E SVILUPPARE
IL TALENTO?**

Identificare e sviluppare il talento

Quando farlo

Arnot e Gaines (1986) hanno affermato che il **talento sportivo** dovrebbe essere riconosciuto e incoraggiato nei bambini dopo i 10 anni, poiché tale talento è una parte importante del potenziale complessivo di un bambino e merita riconoscimento e incoraggiamento tanto quanto qualsiasi altro.

Du Randt (1992) suggerì che la prima fase di identificazione dovrebbe avvenire all'età di 8-10 anni. L'identificazione definitiva del talento dovrebbe avvenire intorno ai 14 anni (con differenze sostanziali in base alla disciplina sportiva praticata).

Prima Fase

Costruzione dell'atleta

L'enfasi del coach sullo Sviluppo a Lungo Termine dell'Atleta (LTAD) è essenziale per garantire che i nuotatori raggiungano il loro massimo potenziale natatorio (o **Peak Performance**) da adulti, quando la maturità fisica e mentale è conclusa.

Il focus sull'allenamento tecnico ripetitivo e sullo sviluppo delle abilità fin dalla tenera età deve essere combinata con la durata e l'intensità appropriate delle serie di allenamento, delle sessioni settimanali in piscina e a secco, delle gare e, soprattutto, della sfida e del divertimento. Se questi fattori vengono considerati e implementati in modo sistematico dal coach, un nuotatore svilupperà una buona tecnica e abilità fin da giovane e avrà maggiori possibilità di rimanere nello sport abbastanza a lungo da raggiungere il suo pieno potenziale.

Quando si considera un percorso LTAD per un nuotatore, è importante considerare che la maggior parte di essi **attraversa le stesse fasi di sviluppo, ma a età e ritmi diversi.**



Martina Rossi - 🇮🇹 Record 200 Back age 13 - 14

Prima Fase

Costruzione dell'atleta

Ciò è particolarmente vero se si considerano le differenze di genere nella maturazione. È molto importante che gli allenatori creino strutture di squadra che raggruppino nuotatori di abilità, età e maturità simili. Poiché le ragazze maturano circa 1,5 anni prima dei ragazzi, esse dovrebbero allenarsi di più rispetto ai ragazzi alla stessa età cronologica. Questo da solo accelererà lo sviluppo di un singolo nuotatore, creando allo stesso tempo un ambiente di squadra socialmente interattivo, stimolante, vivace e divertente.

Il successo precoce di un nuotatore più giovane non è sempre indicativo di successo a lungo termine. Pertanto, è fondamentale che un allenatore segua un modello di sviluppo a lungo termine basato su periodi sensibili di maturazione biologica.



Marco Lancissi al TVN - CAMP 2024

Prima Fase

Costruzione dell'atleta

Per il giovane nuotatore il focus in questa prima fase è il consolidamento delle abilità tecniche. Se vengono prescritte troppe ripetizioni del movimento senza un corretto schema tecnico, si apprendono cattive abitudini e la LTAD sarà gravemente compromessa.

Una volta consolidata la tecnica corretta, il coach può porre in modo maggiore enfasi sullo sviluppo della capacità aerobica e anaerobica del nuotatore (il "motore"). Questo si costruisce innanzitutto attraverso la resistenza aerobica, che può essere migliorata rapidamente durante la fase di crescita puberale.



Prima Fase

Avere visione

Dopo questa prima fase, un allenatore esperto e con la giusta dose di coraggio, e follia, è in grado di stabilire dove l'atleta può effettivamente provare ad arrivare. **Va solamente messo nella giusta condizione per poter realizzare tutto ciò.** Un'attenta analisi del contesto nazionale ed internazionale ci può aiutare a passare alla fondamentale seconda fase, vero e proprio arco temporale dove si costruisce il picco di prestazione - **PEAK PERFORMANCE.**

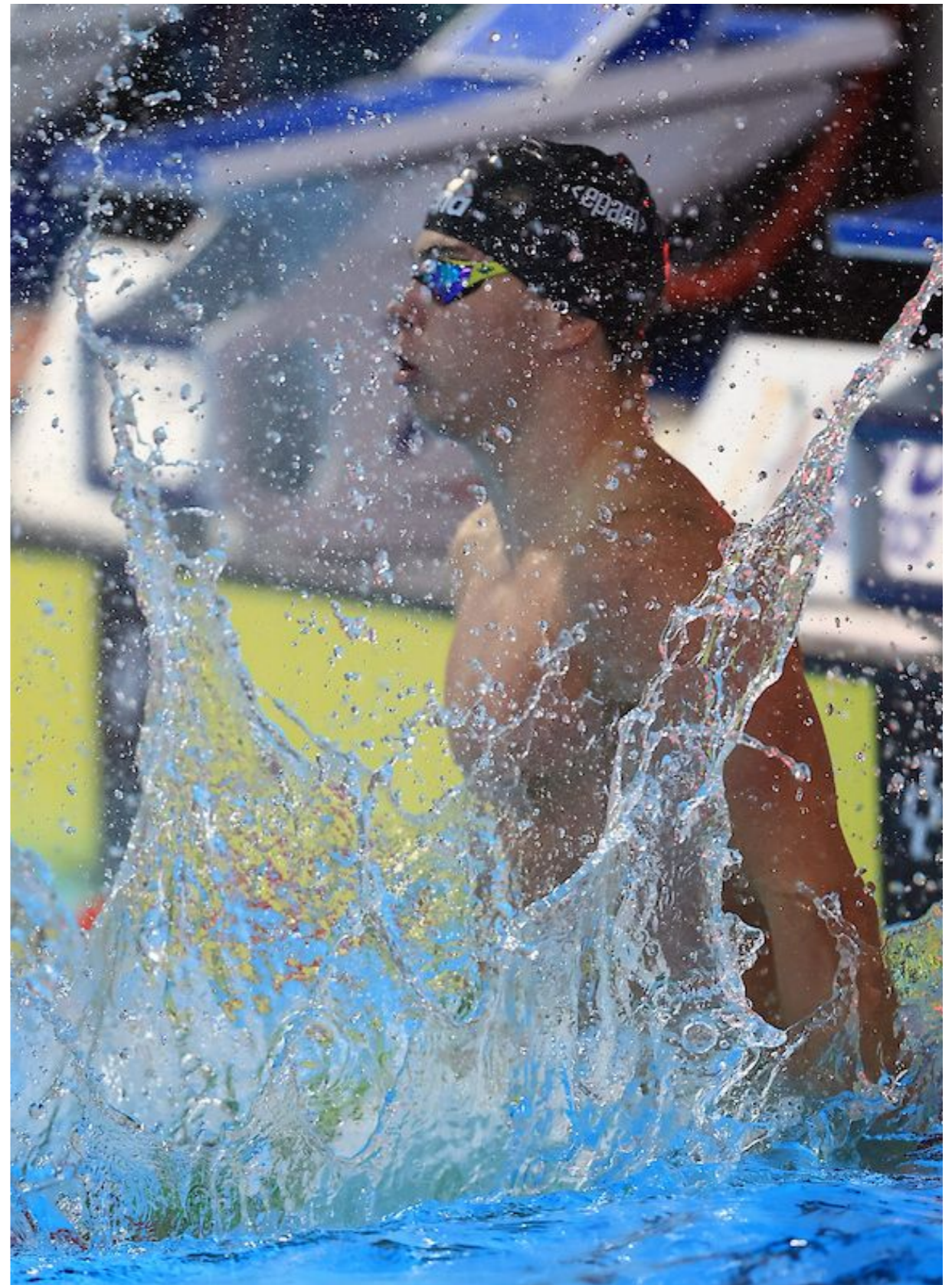


Italian Team - European Champ, Rome 2022

Seconda Fase

Raggiungere il Picco di Prestazione, cosa fare

- (1) Valutare se siamo di fronte ad un caso di talento precoce o invece ad un talento che necessita uno sviluppo a lungo termine.
- (2) Costruire una road map dettagliata per il conseguimento dell'obiettivo nei tempi e modi stabiliti che prevede:
 - Un piano di lavoro dettagliato, migliorabile e rivedibile, pur mantenendo le proprie caratteristiche, di anno in anno
 - Un piano dettagliato di competizioni nazionali ed internazionali affinché l'atleta sia preparato fisicamente e mentalmente allo stress da competizione (sequenza gara obiettivo - il caso Tokyo).
 - Inserimento di Training Camp di alta specializzazione. Sea Level - Altitude Camp (**due tipologie**)
- (3) Sviluppare il giusto ambiente (Squadra, dirigenti, allenatori) - **FONDAMENTALE**. Il gruppo ha una funzione fondamentale per la crescita del talento singolo

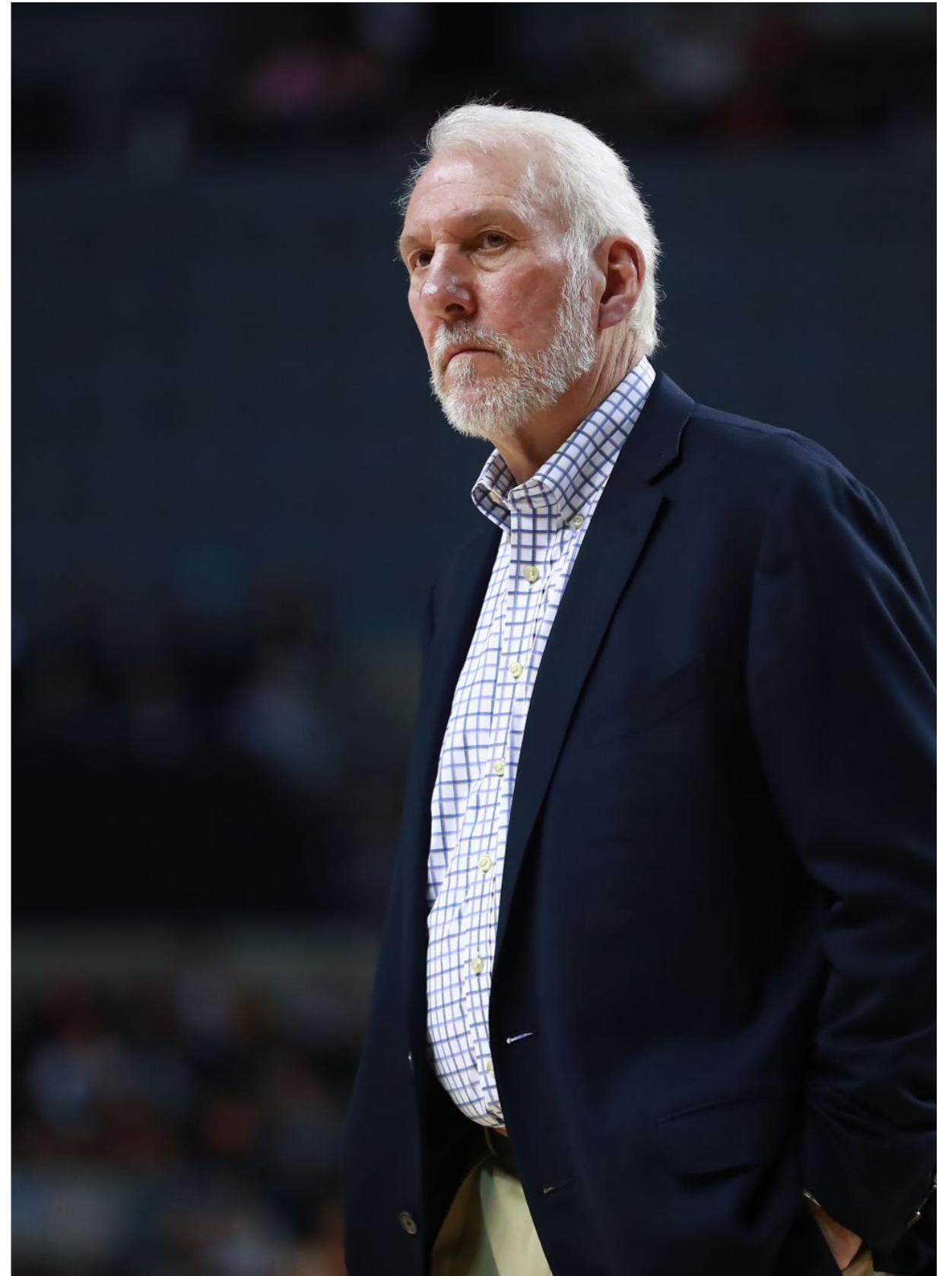


Daniele Momoni - European Junior Champ 2024

Sviluppare il giusto ambiente

“Una cultura forte non significa vincere, ma creare un ambiente in cui ognuno possa dare il meglio di sé”.

- Gregg Popovich



Gregg Popovich

**Ricapitolando, vediamo quali sono le
tappe per l'identificazione e lo
sviluppo del talento**

**Questa è la teoria ... ma poi
c'è da scontrarsi con la realtà .**

1. Considerare e gestire come il talento si percepisce

“L’età è soltanto un numero sulla carta di identità”.

- Anonymous



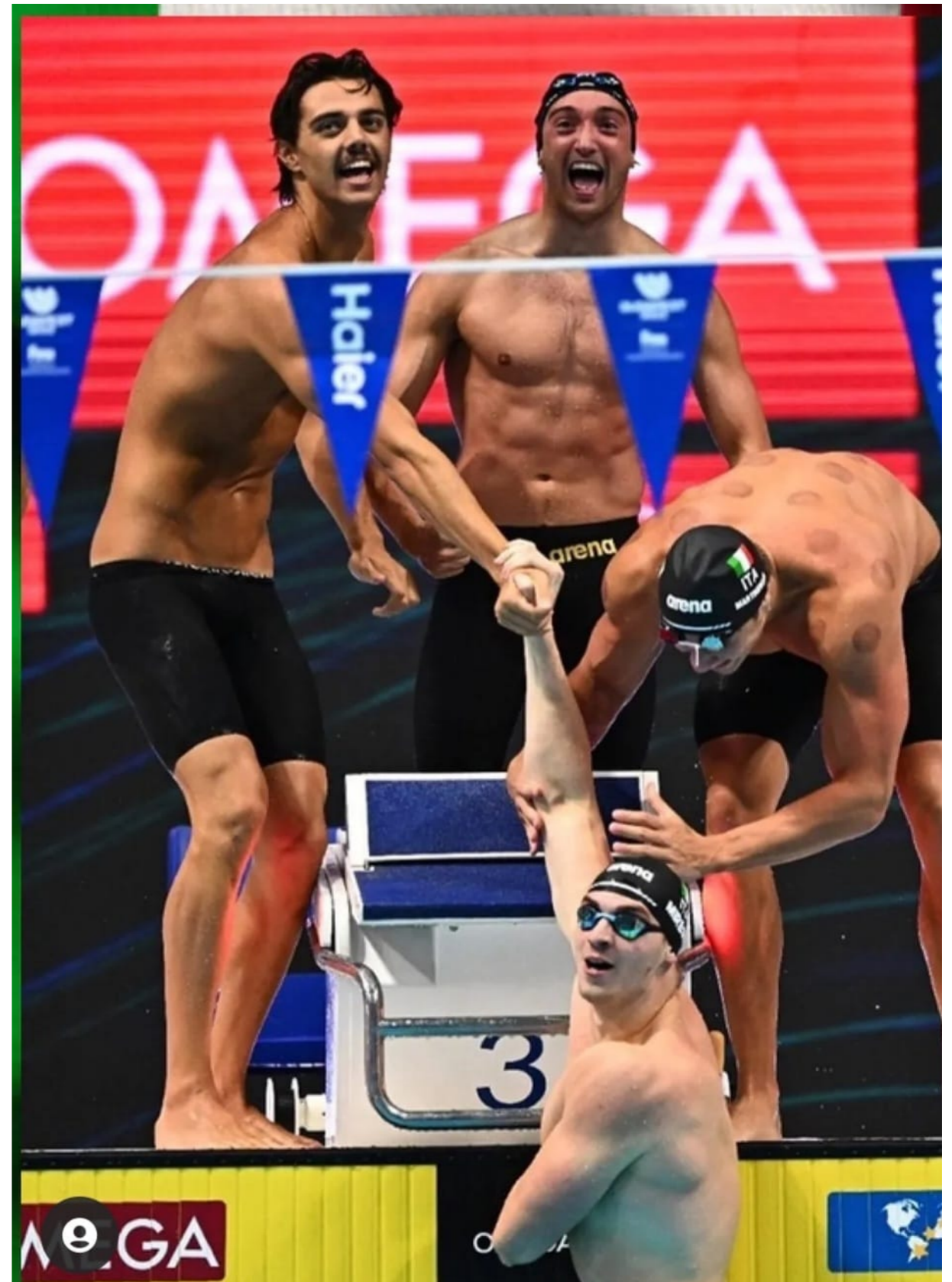
2. Gestire un piccolo prestativo in età precoce con tutte le sue conseguenze

Terza Fase

Il mantenimento dello status di atleta di Elite

Cosa serve:

- (1) Il mantenimento di una “freschezza” mentale e fisica (la carriera agonistica di un nuotatore ormai è diventata molto lunga).
- (2) La voglia e la curiosità di poter lavorare in modo diverso da quanto fatto nel passato.
- (3) Accorciare i periodi di allenamento intenso ed intensificare i periodi di gare.
- (4) Mantenere il proprio picco di performance, senza ricercare in modo ossessivo il miglioramento cronometrico
- (5) Alternare periodi di allenamento in casa a periodi effettuati in altri luoghi.
- (6) Utilizza la teoria del tubetto del dentifricio



Gold Medal 4x100 Medley - World Champ - Budapest 2022

Affinchè questa lunga
strada diventi un
percorso ricorda che ...

*“Non c’è vittoria senza
sudore”.*

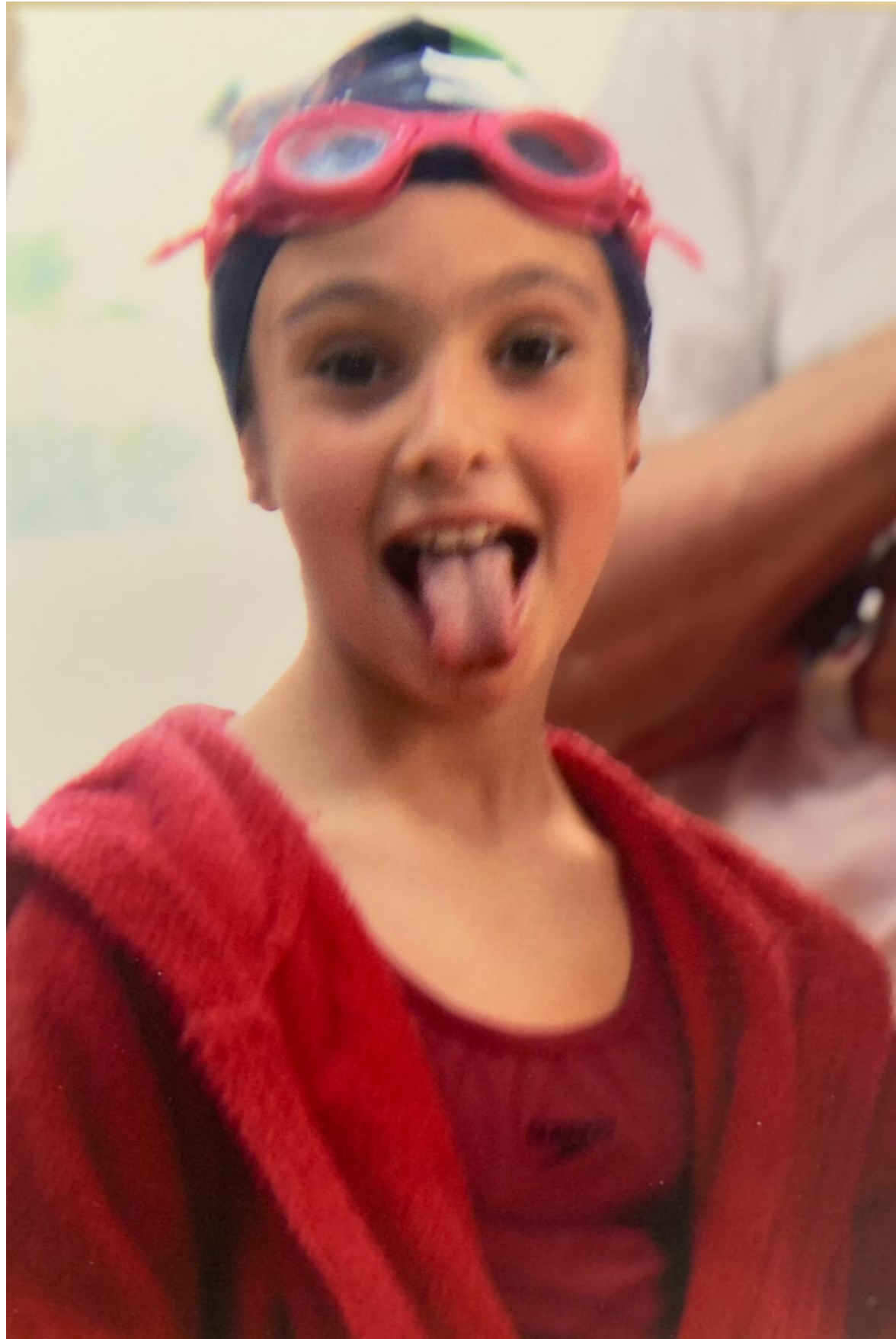
*“Puoi usare il tempo o
farlo passare”.*



**UN RINGRAZIAMENTO SPECIALE A TUTTI
GLI ATLETI CHE MI HANNO PERMESSO DI
ESSERE QUI ' ... A RACCONTARE .**

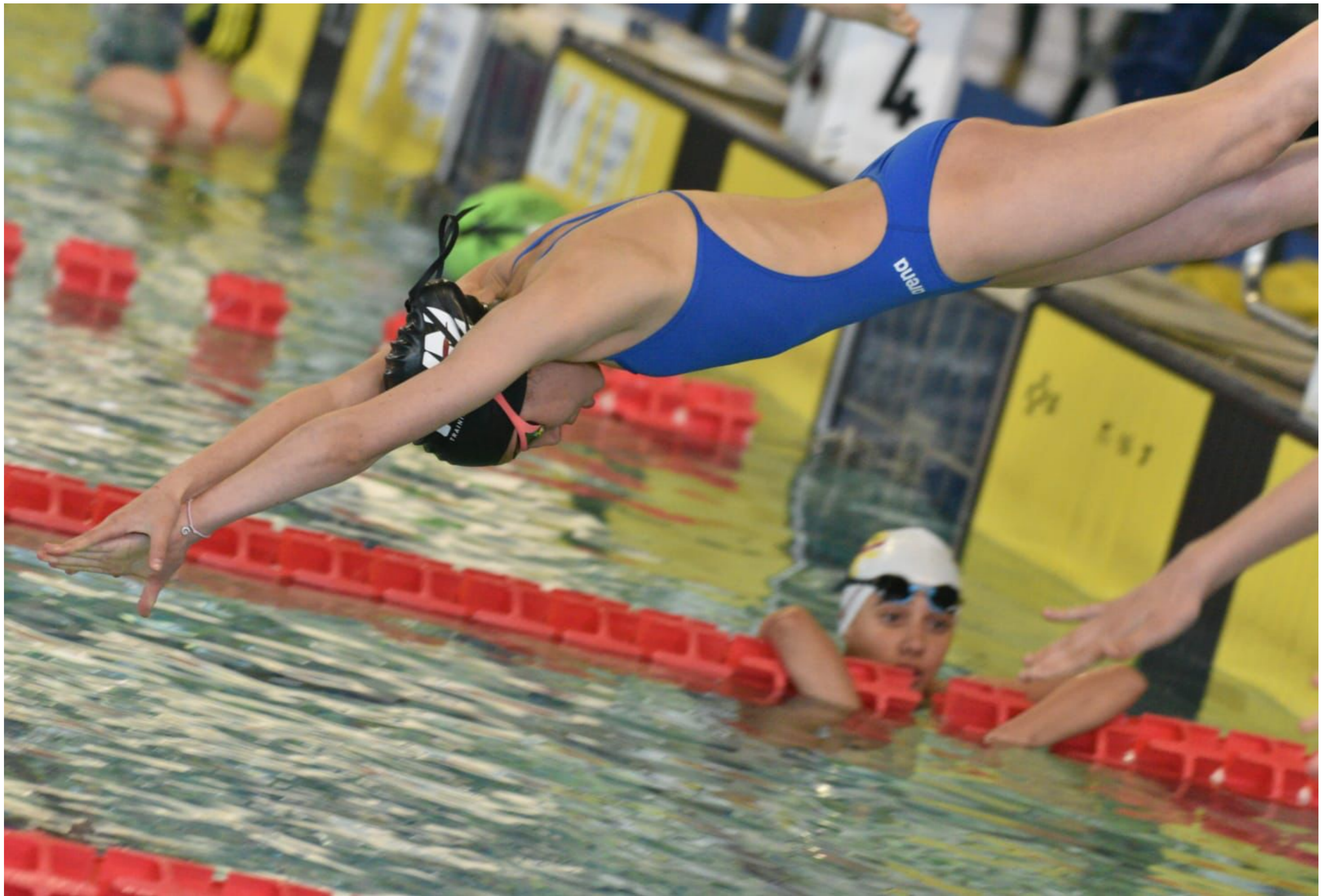












TVN

**Who will be
next?**

E PER CONCLUDERE .

“Ma tra la partenza e il traguardo , nel mezzo c’è tutto il resto, e tutto il resto è giorno dopo giorno e giorno dopo giorno è silenziosamente ... costruire e costruire è sapere, è poter rinunciare alla perfezione” .

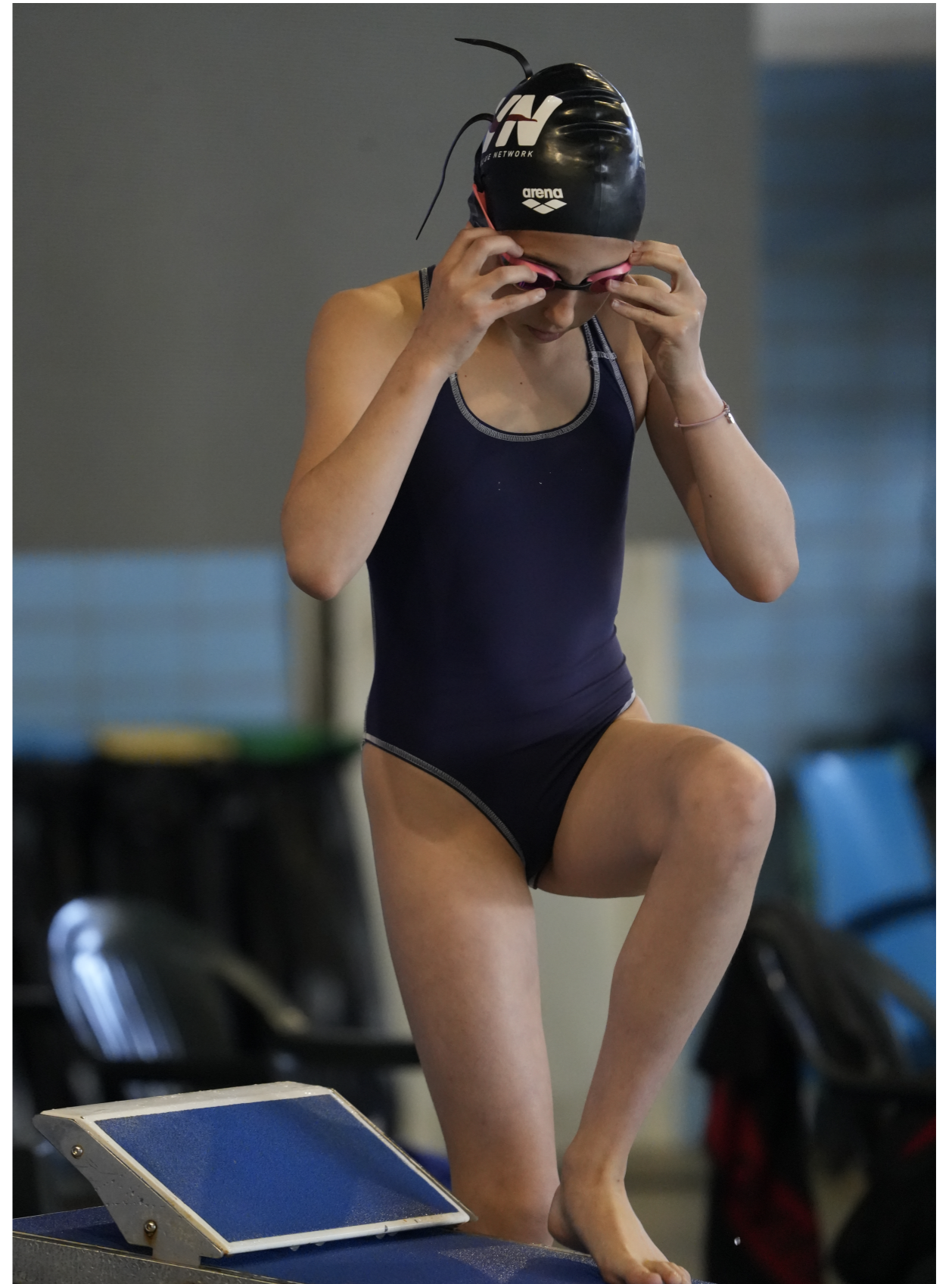
- Niccolò Fabi

Grazie ...

Simone Palombi

s_palombi

@PalombiSimone



TVN