

CONVEGNO DI STUDI
“IL MODELLO DI PRESTAZIONE DELLA SCHERMA MODERNA”
SABATO 16 MAGGIO 1998
Casa di Cura S. Maria Castellanza
Comitato Regionale Lombardo della Federazione Italiana Scherma
Commissione Medica Regionale
con il patrocinio dell'ISEF della Lombardia

Tattica e strategia nella scherma
(Giancarlo Toran)

Insegnando la scherma, mi sono posto e mi pongo costantemente il problema di migliorare il mio rendimento, insieme a quello dell'atleta. Verifico e cerco di utilizzare al meglio, quindi, oltre alla mia esperienza e competenza specifica, anche quella di altri ricercatori, esperti in campi differenti.

Un modello di prestazione schermistica, dal mio punto di vista (dal punto di vista del maestro di scherma), mi serve a comprendere l'obiettivo per cui sto lavorando; ed a tentare di prevedere, possibilmente, se l'individuo con cui lavoro ha le potenzialità per divenire un campione. Il modello, lo schermitore ideale è, nel nostro caso (ed è l'unico modo per ottenere un riscontro obiettivo), l'atleta vincente. Ma **gli schermitori vincenti sono molto diversi tra loro per caratteristiche fisiche e psichiche** (fig. 1).

Secondo il mio modo di vedere, lo schermitore ideale è la felice sintesi di vari elementi, **tutti necessari**. Dovendo impiegare il mio tempo, e quello dell'atleta, per sviluppare le varie componenti, devo pormi ogni giorno il problema dell'ordine di importanza di questi elementi, e quindi della percentuale di tempo e di lavoro da dedicare ad ognuno di questi.

La mia esperienza di venticinque anni di insegnamento, oltre che di atleta, sommata a quella, plurisecolare, di chi, prima di me, si è posto il problema, mi ha portato a dare il massimo valore, in questa graduatoria qualitativa, alle caratteristiche psicologiche e mentali, che si appoggiano su quelle tecniche e fisiche: queste ultime al servizio di quelle. In ordine di importanza, quindi (fig. 2):

- 1) motivazione, caratteristiche psicologiche e morali
- 2) competenza strategico - tattica
- 3) competenza tecnica
- 4) preparazione fisica

Alcune brevissime considerazioni:

- il primo posto assegnato alla motivazione ci permette di comprendere lo strettissimo rapporto che spesso si instaura fra maestro ed allievo;
- il maestro ha costantemente la necessità di perfezionarsi anche in ambiti che non sarebbero di sua stretta competenza;
- la difficoltà nell'affrontare e quantificare i primi due punti induce molti a concentrarsi solo sugli aspetti tecnici e fisici, ottenendo piccoli progressi con molto lavoro.

Data per scontata, quindi, l'importanza della motivazione, affrontiamo ora il secondo punto in ordine di importanza: la strategia e la tattica, e le operazioni mentali che sottintendono. Le operazioni mentali che precedono e accompagnano l'atto motorio possono essere così sintetizzate (fig. 3):

- recupero di informazioni, dall'ambiente interno o esterno, attraverso i canali sensoriali;
- confronto con le informazioni presenti nella memoria a breve e a lungo termine;
- programmazione e scelta dell'atto motorio;
- informazioni di ritorno sugli effetti e controllo dell'atto motorio (feedback).

Il tutto può essere ancora semplificato, in forma grafica, come nella figura n° 4.

Sono da considerare con particolare attenzione, nell'ambito delle operazioni mentali, i concetti di **costo** (che si traduce in aumento del tempo di esecuzione, in aumento del numero di errori, e nella sensazione soggettiva di fatica), e quello di **attenzione**, in rapporto soprattutto alla sua durata, che è molto breve per intensità elevate.

E' necessario, ora, per introdurre operativamente il concetto di **tattica** (che è un particolare sottoprogramma del progetto strategico principale), approfondire ulteriormente la suddivisione delle discipline sportive. La divisione fra quelle ad Open e a Closed skill tiene conto della maggiore o minore influenza, sulla programmazione della risposta motoria, delle informazioni provenienti dall'ambiente esterno.

Una necessaria ed ulteriore suddivisione deve essere fatta, a mio parere, nelle Open, fra quelle in cui l'ambiente muta **indipendentemente** dalla risposta motoria, e quelle in cui l'ambiente (l'avversario) muta **in funzione** della risposta, per contrastarla. E' il caso degli sport di combattimento, e della scherma. In questo caso, la rappresentazione grafica della figura 4 viene completata come in figura 5. Le linee con le frecce nere rappresentano le informazioni di ritorno.

La risposta motoria, nella pratica schermistica ed in quella degli sport di combattimento, deriva dall'elaborazione delle informazioni di cui parte **molto** rilevante è fornita, **volontariamente** (false) o **involontariamente** (vere, errori), dall'avversario (fig. 6). Queste informazioni sono **fornite o ottenute** in condizioni di notevole pressione temporale che, crescendo, rende sempre più probabile una consistente percentuale di **errori dovuti alla fatica, o ad insufficiente padronanza della tecnica**. Inoltre il significato estratto, e/o l'elaborazione effettuata, devono essere **rapide, a partire da poche e spesso insufficienti informazioni**.

Nel valutare l'azione avversaria, e riportarla a questo o quel modello e quindi, in ultima analisi, **nel prevederne le intenzioni**, occorre assumersi un rilevante **rischio di errore** (fig. 7).

Le informazioni vere sulle risposte motorie automatizzate e involontarie (in condizioni non previste) e le informazioni sulle intenzioni non sono fornite, è ovvio, spontaneamente dall'avversario. Per ottenerle, si ricorre a provocazioni che, per essere efficaci, vanno effettuate in un preciso momento, dipendente dalla distanza fra i due avversari.

Le distanze (distanza = misura, in gergo schermistico) significative principali, dal punto di vista tattico, sono due: lunga e breve. La prima (che corrisponde approssimativamente alla

misura didattica di passo avanti e affondo) è distanza di controllo: all'azione motoria dell'avversario, tendente ad accorciarla, si può rispondere accettando che la distanza si riduca, o allontanandosi, per mantenerla lunga. La risposta motoria avviene **dopo** l'azione dell'altro, secondo lo schema e con i tempi delle reazioni stimolo - risposta, perché la distanza lo permette. La seconda (corrispondente grosso modo alla misura di affondo) non permette di reagire, come sopra, in tempo utile. A questa distanza, chi ha previsto gli eventi agisce "in tempo", cioè la sua risposta è sincronizzata con il movimento dell'avversario. Stimolo e risposta sono contemporanei, non successivi. Chi non ha previsto reagisce in ritardo, con azioni automatizzate (le più rapide), che tendono ad essere sempre le stesse, al ripresentarsi della situazione. In altri termini, la misura lunga concede il tempo necessario, ad un dato schermitore, per reagire utilmente a stimoli non previsti. Quando questo tempo, per il ridursi della distanza, scende al di sotto del tempo di reazione, si attivano i processi mentali e motori corrispondenti.

Il passaggio dalla misura lunga a quella breve è un **punto critico** (fig. 8), e di **durata molto breve**: da qui si torna indietro, ristabilendo la distanza lunga se nessuno dei due ha trovato le condizioni previste (atteggiamento col ferro, movimento delle gambe); o si scatena l'azione risolutiva. In questa fase sono efficaci le **finte**, che possono essere effettuate (fig. 9):

- come preliminari al colpo (es.: finta dritta e cavazione);
- per provocare l'azione dell'altro (es.: invito);
- per disorientare e fermare l'attaccante, proponendo uno stimolo diverso da quello atteso (traccheggio di contenimento);
- per indagare sulle reazioni o intenzioni dell'avversario (scandaglio);
- per programmare la risposta motoria dell'avversario.

Prendiamo ora in esame l'ultimo punto, la programmazione dell'altro. E' evidente che, a tal fine, si forniscono **volontariamente** all'altro informazioni **false** che, per l'atleta evoluto, sono tanto più credibili ed efficaci quanto più ottenute nella fase critica del passaggio alla misura breve. Programmare la risposta motoria dell'altro è cosa diversa e più vantaggiosa del semplice prevederla, grazie alle sole informazioni precedentemente raccolte.

Una **programmazione** efficace dell'avversario richiede (fig. 10):

- conoscenza delle abitudini, preferenze o difetti dell'altro, ricavate dalle osservazioni già effettuate, anche in assalti precedenti;
- presentazione ripetuta di false informazioni sulle proprie reazioni o intenzioni, che devono avere come possibile contraria (= azione atta a neutralizzarla) una tecnica fra quelle preferite dall'avversario;
- osservazione dei segnali anticipatori dell'altro, indicanti che è stato selezionato il programma motorio desiderato;
- presentazione dello stimolo nella situazione e nelle condizioni di misura adeguate all'azione programmata.

Se il tentativo di programmazione è riuscito, è altrettanto importante, dopo il colpo, e prima di una eventuale ripetizione, la fase di **deprogrammazione**, che consiste nel portare l'attenzione dell'avversario su altri temi (**programmazione di un'azione diversa**) o nel creargli confusione (traccheggio di contenimento) proponendo **molti temi diversi** (fig. 11).

La programmazione viene non solo subita, ma anche effettuata, da atleti di livello anche

altissimo, spesso **inconsapevolmente**.

Ciò avviene perché sono state ormai interiorizzate ed automatizzate le operazioni mentali necessarie, grazie agli anni di lezione e di esperienza di assalto.

E' quindi opportuno, a mio parere, definire come **“tecnica”** efficacemente utilizzabile, da parte dell'atleta, qualunque **atto motorio o processo mentale, anche complesso, automatizzato** (fig. 12): tale cioè da poter essere effettuata, nel suo insieme, senza l'intervento dell'attenzione cosciente dell'esecutore sui dettagli costitutivi della tecnica stessa. E' possibile, quindi, assemblare e automatizzare tecniche via via più complesse, per lasciare l'attenzione dell'esecutore libera di eseguire compiti strategici più elevati, che consistono nel selezionare e programmare le tecniche più adatte alla situazione.

L'automatizzazione dei processi mentali può essere accelerata, nell'addestramento, costringendo l'atleta a riflettere (ad esempio con domande) subito dopo l'azione. Nella spada è agevole anche interrompendo l'assalto. Nella sciabola, in cui l'intensità è mediamente molto maggiore, il condizionamento deve essere effettuato subito dopo l'alt, prima del successivo “a voi!”. E' essenziale, durante il processo di apprendimento, la capacità di lettura e riconoscimento degli elementi significativi dell'evento, da parte del maestro.

In perfetto accordo con quanto trovato ed esposto in precedenza da Ilaria Pittaluga, ritengo che la differenza osservata, fra atleti di basso e alto livello, consistente in un aumento considerevole delle inversioni di direzione per questi ultimi, sia da collegare alle loro migliori capacità strategico tattiche. Queste infatti richiedono un tempo maggiore e un buon numero di ripetizioni, proprio per la riuscita delle operazioni di programmazione dell'avversario, e per decifrare e annullare (magari utilizzandole a proprio favore) i tentativi di programmazione dell'altro.

Possiamo quindi definire la **strategia** come **il processo di ottimizzazione della propria programmazione**.

La **tattica**, invece, è **l'insieme delle operazioni messe in atto** (principalmente le finte) **al fine di programmare l'altro** (fig. 13).

BIBLIOGRAFIA MINIMA

Le nozioni sulle operazioni mentali, riportate in pagina 2, e la figura 1 di pagina 2, sono liberamente elaborate a partire da

- Processi mentali e sport, di Bruna Rossi, dispense della Divisione Attività Didattica della Scuola dello Sport del Coni, 1989.
- Fisiologia e psicologia degli sport, di Franco Saibene, Bruna Rossi, Gabriele Cortili, edizioni EST Mondadori, 1986.

Per le altre informazioni, qui rielaborate, rimando al mio libro

- Introduzione alla tattica schermistica, di Giancarlo Toran, Società Stampa Sportiva, Roma, 1996.