

La presa d'informazione nello sport

*La questione della presa d'informazioni è un tema ridondante nel settore dell'allenamento. Ha dato luogo a numerose ricerche che hanno permesso di delineare una problematica generale che possiamo riassumere sotto questa forma: si è accertato che gli esperti e i principianti non hanno le stesse modalità di presa d'informazioni. Come portare i principianti il più precocemente possibile verso il modo più pertinente?
Limitiamo la nostra proposta agli sport collettivi d'opposizione.*

Visione centrale, visione periferica

Noi difendiamo l'idea che in queste attività sia la presa in conto dell'avversario che deve determinare la decisione tattica. Ma come allenare a prendere in conto l'avversario?

Ci sembra utile riquadrare la nostra proposta posizionandola in seno ad un approccio globale della presa d'informazioni. Disponiamo di due tipi di visione: una *visione centrale* (fovea: da 3 a 4°) e una *visione periferica* (perifovea: 30° e periferica 180°). Questo spiega che possiamo guardare precisamente un punto e nello stesso tempo percepire ciò che si svolge attorno a questo punto. Così, quando guidiamo (automobile o bicicletta), ci è possibile fissare un punto all'orizzonte (o un pannello) senza pertanto perdere la nostra capacità di guidare.

Differenze tra esperti e principianti

Numerose sperimentazioni si sono basate su questa doppia possibilità di visione per tentare di chiarire le differenze eventuali tra esperti e principianti. È stato elaborato uno strumento relativamente sofisticato. Si tratta della maschera oculo-motoria. Di cosa si tratta? Nello spirito dei creatori, la videocamera posizionata al vertice della testa è destinata a filmare ciò che può percepire la visione periferica. La visione centrale è materializzata da una V luminosa che appare in tempo reale sull'immagine registrata. È grazie ad un fascio luminoso proiettato sulla cornea dell'occhio e che si riverbera con un gioco di specchi nell'ottica della videocamera che si può aver conoscenza dal luogo in cui si porta la visione centrale del soggetto.

Lo sperimentatore dispone allora di un supporto video che si orienta in funzione del posizionamento della testa del soggetto (visione periferica) e dei punti successivi di focalizzazione dell'occhio, saccade dopo saccade (visione centrale). Egli può allora sapere su quali elementi i principianti e gli esperti si attardano più particolarmente durante differenti compiti. Ma quali sono i sottintesi di una tale concezione della visione?

- Anzitutto, è sottinteso che è la visione foveale che orienta il campo visivo, questa visione è centrale, e la visione periferica è quindi dipendente dal punto di fissazione.
- In seguito, non si può avere che un centro d'interesse alla volta e le saccadi dell'occhio mostrano lo spostamento del centro d'interesse da un punto all'altro. La visione centrale rappresenta quindi ciò che è più importante per il soggetto.
- Infine, la visione periferica non è un supporto d'informazione pertinente poiché è la visione centrale che indica ciò che è guardato.

Altro approccio

Vorremmo qui discutere di questa concezione mostrando gli interessi ed i limiti di un tale approccio della presa d'informazioni. Prendiamo, per esempio, un'esperienza realizzata da Ripoll con la maschera oculo-motoria.

Si trattava di comparare il tiro nel basket nei principianti e negli esperti. Il compito consisteva nel ricevere un pallone proveniente da un compagno posto sul lato e di tirare a canestro sotto pressione temporale. Curiosamente, la durata totale del compito è stata la stessa per i due gruppi di soggetti. Ciò che cambiava era il tempo di ancoraggio visivo sul bersaglio. Gli esperti, una volta fatta l'analisi balistica, si giravano dal pallone prima di averlo ricevuto per ri-orientarsi verso il bersaglio. Immediatamente, essi posizionavano la loro visione centrale sul tabellone e una volta in mano il pallone, lo tiravano a canestro. Da parte loro, i principianti restavano monopolizzati dal trattamento balistico del passaggio poi, una volta in mano il pallone, si ri-orientavano verso il canestro e tiravano senza essersi preoccupati di situare il bersaglio. Evidentemente, la percentuale di riuscita nei tiri ha sostenuto il livello dei praticanti.

In una tale situazione, la maschera oculo-motoria rivela parecchi punti:

- anzitutto, le strategie di presa d'informazioni possono essere differenti da un soggetto all'altro (qui è certamente l'abilità il fattore discriminante);
- in seguito, la maschera rivela che un ancoraggio precoce della visione centrale sul bersaglio è sicuramente preferibile ad un tiro alla cieca;
- infine, le condizioni nelle quali questi risultati sono stati ottenuti mostrano che anche quando l'allenatore conosce dei buoni indici da utilizzare nella trasmissione dei saperi, questa resta problematica. In effetti, se è possibile focalizzare i principianti sul fatto che devono guardare il canestro per tirare il pallone, diventa più problematico chiedergli di prendere il pallone

senza guardarlo. Solo una grande esperienza in questo tipo di situazione permette di decentrarsi da un proiettile prendendolo, malgrado tutto.

Una problematica complessa

Per proseguire la nostra discussione sulla problematica della presa d'informazione, immaginate la seguente situazione: siete seduto al volante della vostra autovettura ferma al semaforo rosso e avete nel vostro campo visivo il vostro rosso così come il rosso destinato ai pedoni che vogliono attraversare la strada che incrocia la vostra. Come tutti sanno, quando su questa strada il rosso dei pedoni passa al verde, il vostro rosso passa o è sul punto di passare al verde. Immaginiamo che auspichiate spiare l'informazione più precoce, bisognerà che guardiate nello stesso tempo i due rossi (il rosso rotondo destinato alle vetture e il rosso con la silhouette di un pedone che gli è destinata), questi due punti sono relativamente distanti l'uno dall'altro. Sarete allora portati a posizionare il vostro sguardo a metà di questi due punti.

Cosa pensare del risultato dell'analisi della maschera oculo-motoria in questa situazione? Cosa designerà la V luminosa destinata ad indicare su cosa porta la visione centrale, cioè il punto informativo preferenziale? Il bel mezzo di un muro di un edificio in secondo piano? Come si vede qui, la problematica della presa d'informazione è più complessa della semplice presa in conto di questi due modi di visione.

L'esempio della pallavolo

Per concludere vogliamo prendere l'esempio dell'alzatore di pallavolo. La scelta di quest'attività è dovuta al fatto che non è possibile fare un'alzata senza che la visione centrale sia focalizzata sul pallone che ci arriva. Per determinare a quale giocatore deve passarlo in fase di ricezione, l'alzatore può sviluppare differenti strategie.

La più semplice consiste nel decidere, prima che parta il servizio dell'avversario, il giocatore che sceglierà a cui inviare la palla. Può quindi focalizzare la sua attenzione sulla ricezione del suo compagno e realizzare l'alzata verso lo spazio adeguato. In questo caso è sottoposto alle opzioni del muro avversario che può anticipare una tale scelta. Tuttavia, l'opzione strategica migliore resta di prendere in conto i movimenti del giocatore centrale avversario.

Per fare questo, se è indispensabile avere la visione centrale sul pallone, è necessario che la visione periferica sia in allerta e canalizzata sull'avversario. Resta allora da fare, all'ultimo momento, la scelta del tipo di alzata appropriato in funzione delle reazioni del giocatore centrale.

Alcune piste per l'allenatore

Ci sembra che una tale opzione dell'allenatore sia completamente realista. Dobbiamo prendere il compito d'educare la visione periferica dei nostri praticanti. In queste condizioni, si tratta d'organizzare delle situazioni d'allenamento in modo da incoraggiare la presa d'informazione dei propri giocatori. Un buon compromesso tra situazione reale e situazione d'allenamento è di

avere almeno un'alternativa di scelta tattica nella situazione d'opposizione. Spetta allora all'allenatore giudicare le scelte tattiche dando dei riferimenti visivi sui quali i giocatori dovranno appoggiarsi. Per esempio, in una situazione di sovrannumero, se l'avversario ha quel tipo di comportamento, allora bisogna fare l'alzata. Ma se l'avversario ha tutt'altra reazione, allora bisogna andare solo al bersaglio. È questa focalizzazione sull'avversario che permette a poco a poco ai praticanti di motivarsi per decentrarsi dal pallone che devono manipolare (la testa orientata verso il suolo per i principianti calciatori, lo sguardo sul pallone durante un dribbling nel basket o nella pallamano). La scelta di questa opzione, che consiste nello sviluppare la presa d'informazioni sull'avversario, non è certamente la più redditizia a breve termine. Essa può generare delle maldestrezze transitorie poiché bisogna gestire in parallelo il trattamento dell'informazione e la conduzione della palla. Ma ciò si educa e, in fin dei conti, questa concezione dell'allenamento porta il praticante ad agire in funzione della realtà di una situazione che può imparare lucidamente. Non è più allora imprigionato in un sistema ma autonomo e libero delle sue scelte. Non è per questa ragione che siamo allenatori ?

Serge ELOI

*Maître de conférences, l'Université Paris 12
Entraîneur Volleyball Pro A, Stade Français*

Bibliografia

Éloi S. & Uhlrich (2001) G.. « Contribution à la caractérisation des sports collectifs : les exemples du volley-ball et du rugby ». STAPS, 56, 109-125

Ripoll H. (1982). « Problèmes posés par l'adaptabilité du geste sportif aux perturbations imposées par le milieu ». In INSEP (Éd.), *Éléments de neurobiologie des comportements moteurs* (pp. 123-143)

Titolo originale

Eloi S., *La prise d'information en question*, Revue Sport, Santé et Préparation Physique, n. 23, marzo 2009, pp. 10-11.