



# ATLETISMO GIOVANILE

Stefano Burato e Simona Conti

# PUNTO DI PARTENZA

## STAGE NAZIONALE U12

- \* **Padova 21 ottobre: 45 atleti**  
(14 Emilia, 7 Friuli, 7 Lombardia, 6 Piemonte, 10 Veneto e 1 Trentino)
- \* **Riccione 4 novembre: 38 atleti**  
(18 Romagna, 6 Marche, 11 Toscana e 3 Emilia)
- \* **Roma 1 novembre: 32 atleti**  
(20 Lazio, 7 Toscana, 3 Abruzzo, 1 Puglia e 1 Marche)
- \* **\*Paternò 17 novembre: 14 atleti U12**  
su 39 totali



# MODALITA'

## MATTINA

- \* fondamentali interni
- \* lanciatori
- \* fondamentali ricevitori
- \* battuta

## POMERIGGIO

- \* insegnamento bunt
- \* insegnamento vantaggio
- \* insegnamento pickoff
- \* fondamentali esterni

SCHEDA



# ITALIA BASEBALL U12



## Player Evaluation

NOME  
ANNO DI NASCITA  
SOCIETA'

BATTITORE	Lavorare sul caricamento. Non abbassare le mani ma portarle in direzione della pallina. Ruotare bene fianchi e piede destro. Si consiglia di lavorare sull'insegnamento dei fondamentali del bunt di sacrificio.
RICEVITORE	Si consiglia di reimpostare il lavoro partendo da una posizione con piedi più larghi, ben appoggiati a terra seppur mantenendo il peso sugli avampiedi, e con il busto maggiormente flessso. I tempi di tiro risultano eccessivi. Si consiglia di lavorare con passi più brevi e rapidi e con un movimento del braccio più compatto. Reimpostare completamente il lavoro sui blocchi.
INTERNO	Si consiglia di esercitare il ragazzo sulle prese in backHand, spesso poco allineato con il bersaglio quindi correggere l'allineamento del corpo e il posizionamento dei piedi al momento dell'assistenza ed esercitare il ragazzo sull'estrazione della palla dal guanto tende a lanciarsela e a non estrarla.
LANCIATORE	Buon controllo della zona di strike. Può essere più efficiente eliminando la contro rotazione della gamba anteriore e stabilizzando maggiormente il guanto
VARIE	CORSA SULLE BASI: Si consiglia di lavorare sul vantaggio primario e secondario e sull'analisi del movimento del pickoff del lanciatore sia destro che mancino ATLETICA Si consiglia un intenso lavoro dal punto di vista atletico, sulla destrezza e sulla rapidità. Lavorare sulla frequenza dei movimenti e sulla rapidità dei piedi. Prestare attenzione alla corretta tecnica di corsa, in particolare sull'uso delle braccia. Lavorare tanto anche sugli schemi motori di base.

# VALUTAZIONE MOTORIA

\* Test di Harre

\* Corsa 30 mt



\* Tempistica

\* Materiale

\* Veloci

\* Semplici

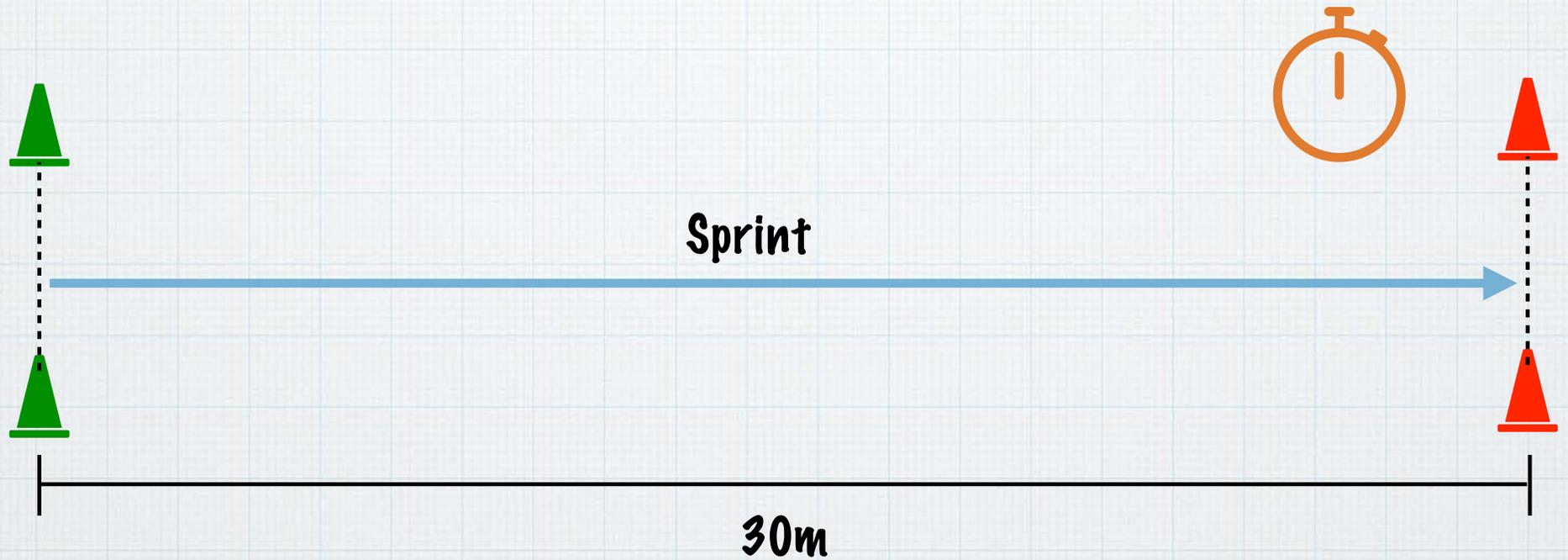


# PREMESSA e AUTOCRITICA

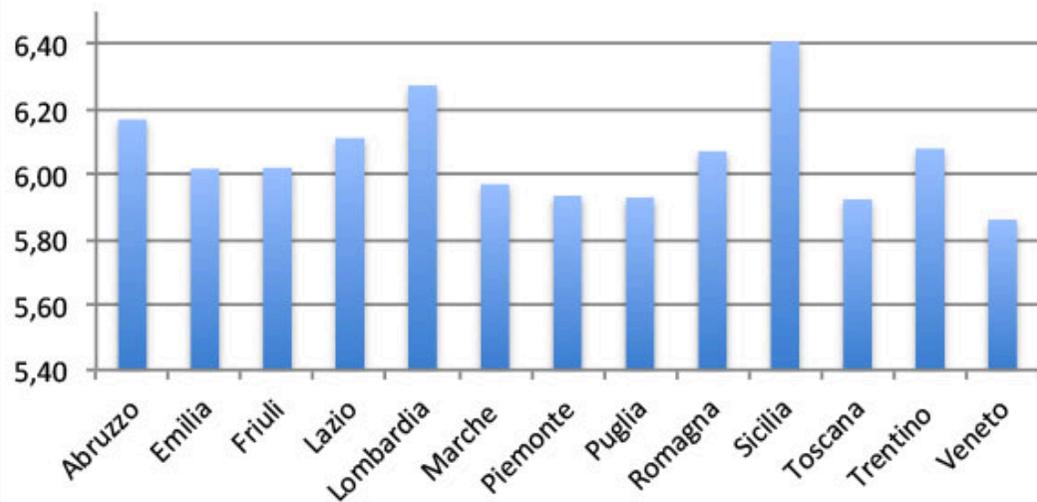


RISULTATO QUANTITATIVO vs RISULTATO QUALITATIVO

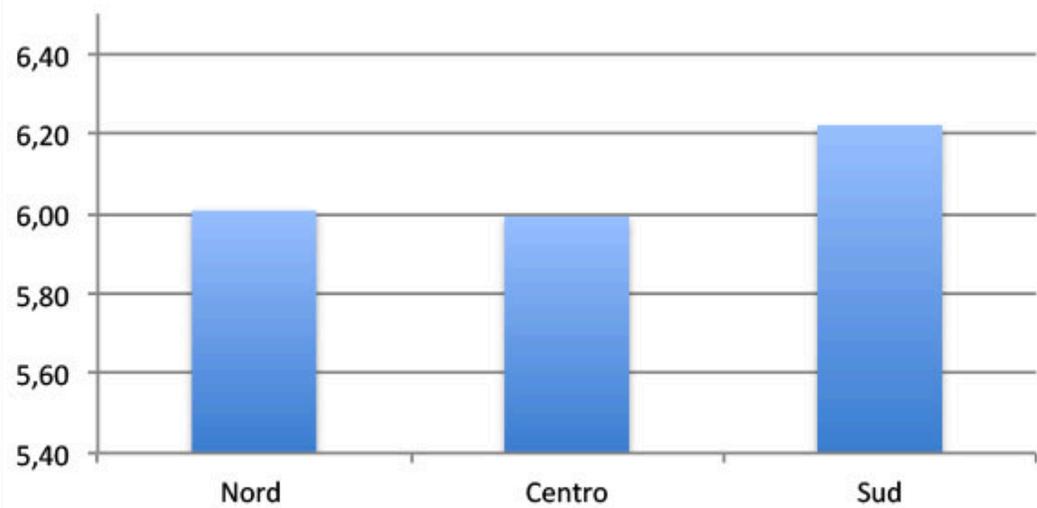
# CORSA 30 metri



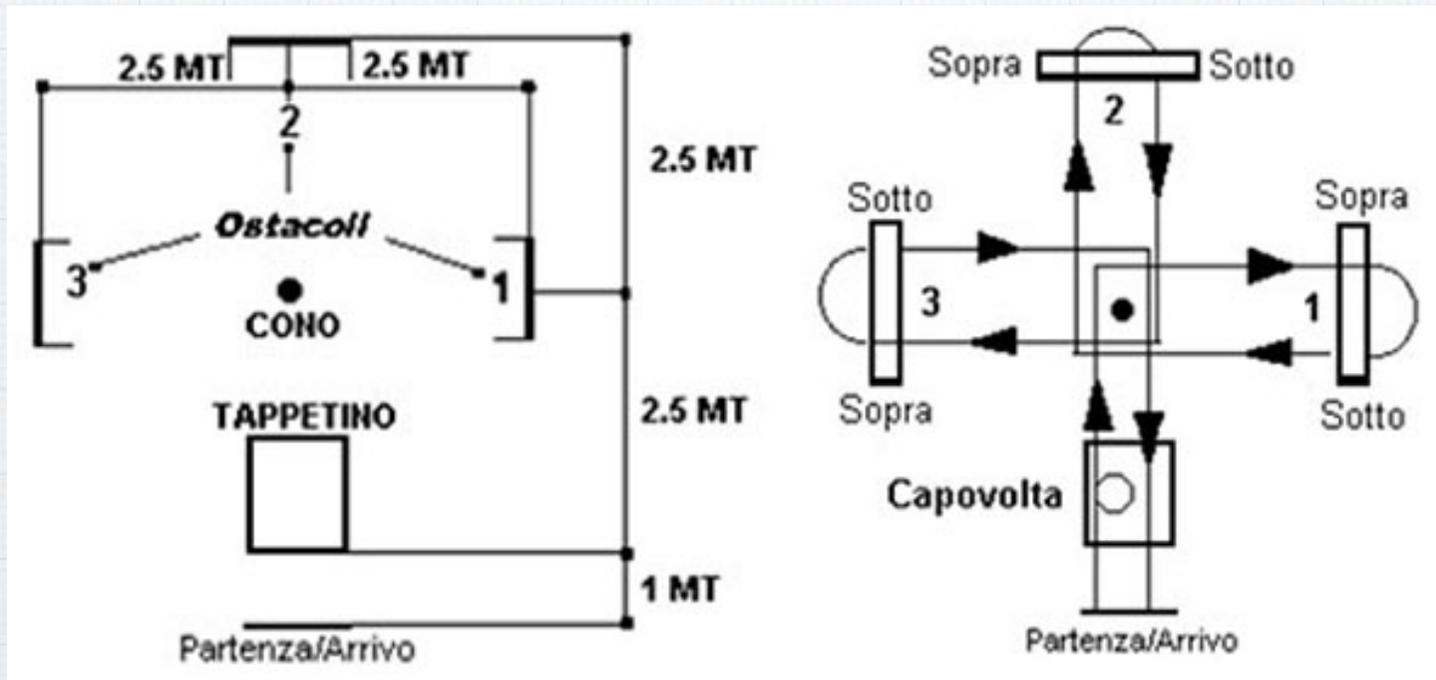
### "Corsa 30m"



### Corsa 30m



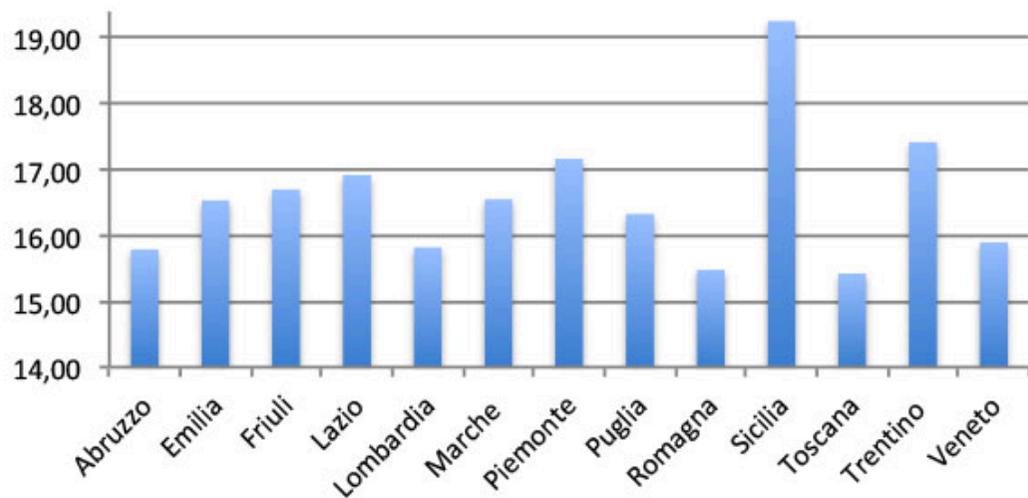
# TEST DI HARRE



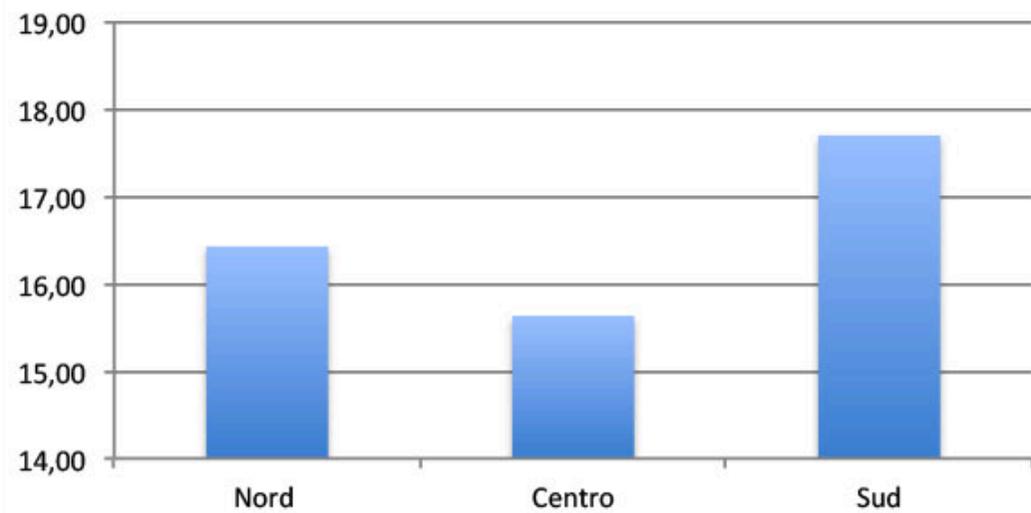
# TEST DI HARRE



## Test di Harre



## Test di Harre



# RISULTATO QUALITATIVO

## CORSA

- \* 1/3 a.sup. fuori dal piano sagittale alcuni anche a.i.
- \* sollevano poco piedi e ginocchia
- \* postura
- \* tempi di reazione

## HARRE

- \* 1/4 capovolta non sicura e 1/6 non sa fare (\*1/3)
- \* 1/7 non salta in maniera fluida (scavalca!!!)
- \* strisciare
- \* 2 prove errate

**Perchè vogliamo che prima che buoni giocatori di baseball siano coordinati e motorialmente abili?**

# COEFFICIENTE DI CORRELAZIONE

0,69

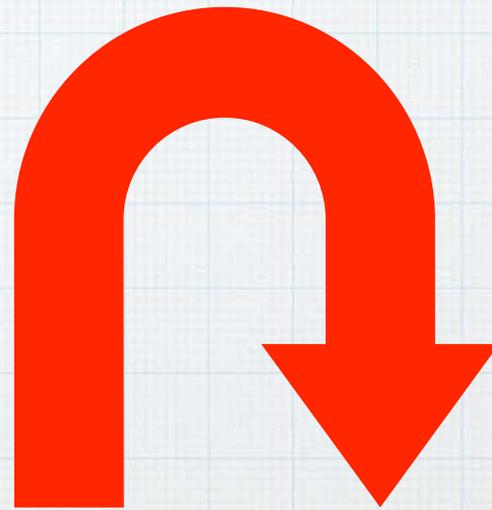
<0,3 correlazione debole  
>0,3 ma <0,7 correlazione moderata  
>0,7 correlazione forte

Sembra esserci correlazione fra capacità motorie valutate con test di Harre e abilità tecniche nel baseball

Lavorare sulla motricità **NON** è una perdita di tempo a discapito del lavoro tecnico!!!

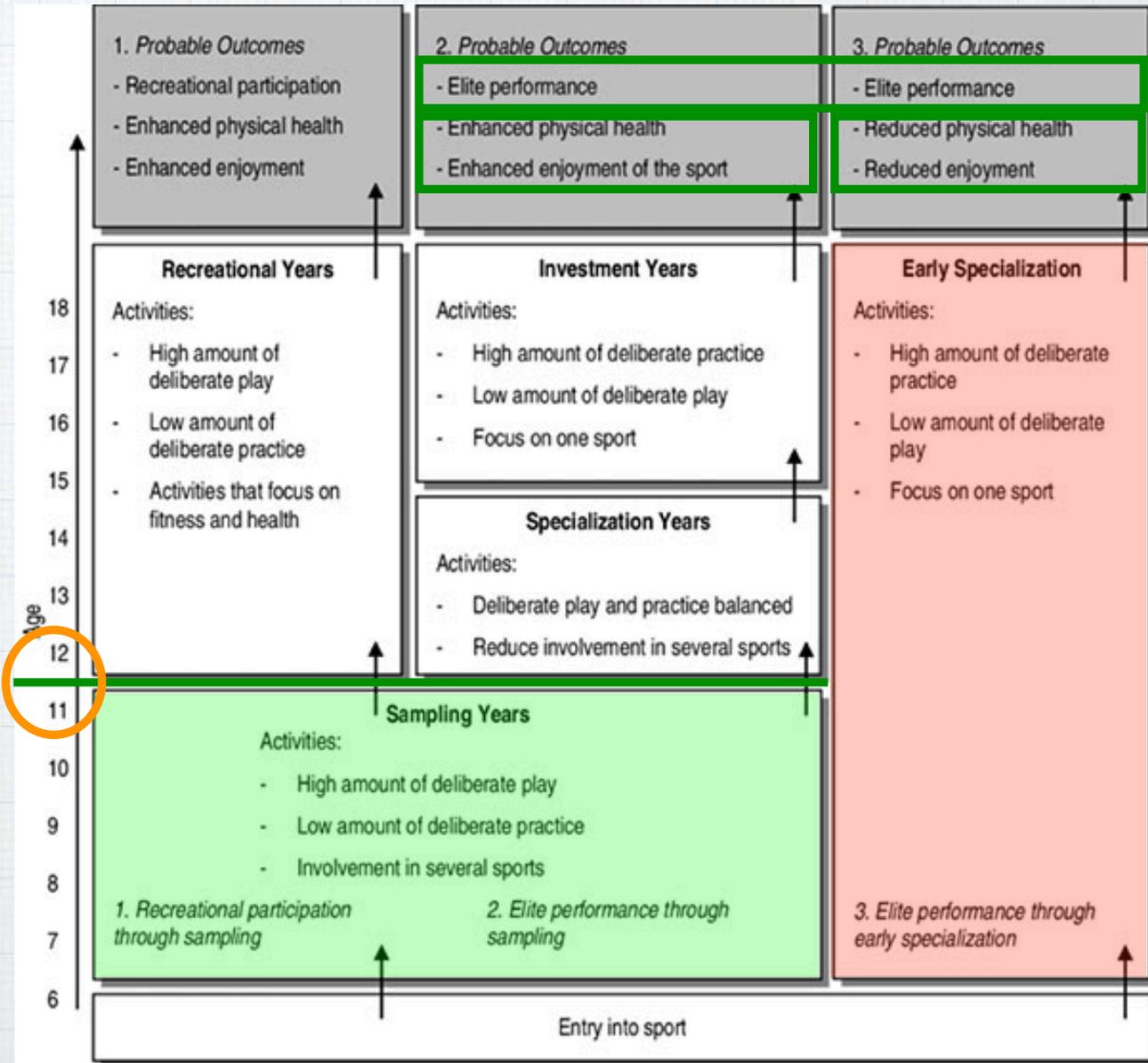
# COSA POSSIAMO FARE

- \* scarti di altri sport
- \* non sanno correre
- \* sovrappeso e obesi
- \* troppi videogame
- \* colpa della scuola



# DMSP

Developmental Model of Sport Participation  
Cotè, Baker e Abernethy (2007)



# VARIETA' E VARIABILITA'





# YouTube





# YouTube

*Capacità Motorie*  
BASEBALL  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**SCHEMI**  
**MOTORI**  
**DI BASE**

The video thumbnail shows a group of children in an indoor gymnasium. In the foreground, there are three large, colorful text boxes: a yellow one with 'SCHEMI', a red one with 'MOTORI', and a green one with 'DI BASE'. To the right, there are two cartoon cutouts: a girl with blonde pigtails in a pink shirt and a boy in a green shirt performing a handstand. In the background, several children in orange shirts are visible, some standing and some in a crouching position. The gym floor is blue with white lines. The overall scene is bright and colorful, typical of a children's educational video.



# YouTube





# YouTube





# YouTube

*Capacità Motorie*  
BASEBALL  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**IL GIOCO DEL TRIS**

X	O	X
O	X	O
X	O	X



# YouTube

**BASEBALL**  
**FUN**damentals  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**PIRATI**  
**E**  
**TESORIERI**

The advertisement features a background image of a gymnasium where children are playing baseball. Overlaid on this is a large, colorful cartoon pirate character with a red beard, a blue coat, and a skull-and-crossbones hat. The pirate is sitting in a red and white striped lifebuoy, holding a silver treasure chest. A small green parrot is perched on his shoulder. The text 'BASEBALL' is written in a stylized font with a baseball bat graphic. Below it, 'FUNdamentals' is written in large, colorful letters, and 'IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO' is written in a smaller, blue font. The pirate theme is emphasized by the large text 'PIRATI E TESORIERI' in white letters on yellow, red, and green backgrounds.



# YouTube





# YouTube

**FUN**damentals  
BASEBALL  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**IL GIOCO**

**DEL**

**GAMBERO**





# YouTube

**FUN**damentals  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**PALLA**  
**AL**  
**RE**

BASEBALL

A cartoon king with a beard, wearing a yellow crown and a red and white fur-trimmed robe, holding a golden scepter. He is waving with his right hand. The background is a gymnasium where several children are playing baseball on a court with green circular bases. The text 'FUNdamentals' is written in a large, colorful, stylized font. Below it, 'IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO' is written in a smaller, blue, blocky font. On the left, the words 'PALLA', 'AL', and 'RE' are stacked vertically in white, bold, block letters on yellow, red, and green rectangular backgrounds respectively. At the top center of the gymnasium scene, the word 'BASEBALL' is written in a blue, stylized font with a baseball bat and ball graphic.

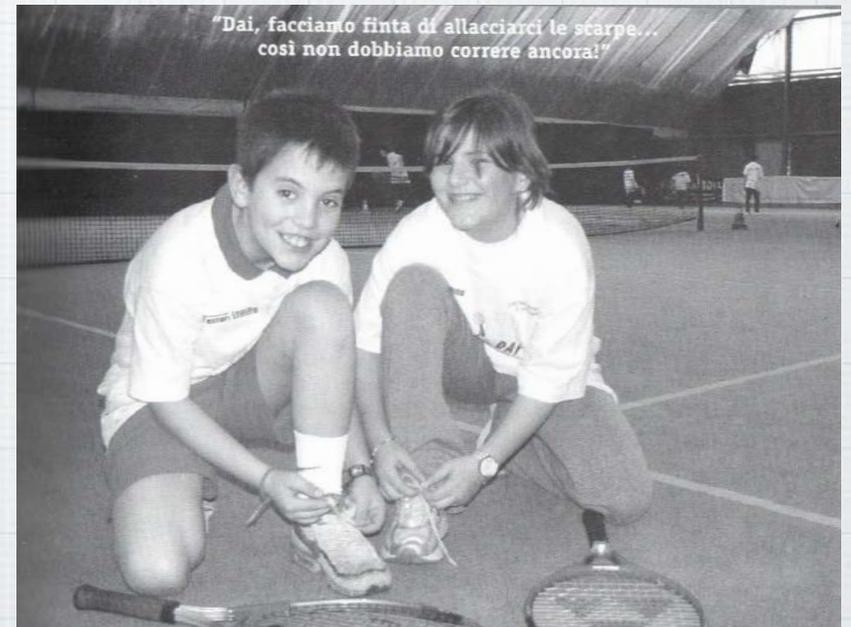


# YouTube



# FALSI MITI

- \* Riscaldamento 3 giri di campo
- \* Stretching
- \* Tiri di riscaldamento
- \* Addominali





# YouTube

**Capacità Motorie**  
BASEBALL  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**ROUTINE DI RISCALDAMENTI CON CONI**

The background image shows an indoor sports facility where a group of children in red shirts are participating in a baseball training session. They are standing around yellow cones on a blue floor. In the foreground, there is a large, bold text overlay. To the right of the text, there is a circular inset photo of a man smiling, wearing a blue baseball uniform with 'Italia' written on the front, a blue cap with a white 'I', and sunglasses.



# YouTube



## Area Tecnica

**ROUTINE DI**

**RISCALDAMENTO**

**CON PALLINA**





# YouTube

*Capacità Motorie*  
BASEBALL  
IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO

**ROUTINE**  
**MOBILITA'**  
**ARTICOLARE**



# YouTube

**Area  
Tecnica**

**ROUTINE**

**PASSAGGI**

**DI RISCALDAME**

*BASEBALL*

$A = \frac{r^2 \pi}{4}$

*Italia*

The image shows a gymnasium used for baseball training. In the background, a person is on a trampoline. In the foreground, two people in red and blue athletic gear are practicing. A circular inset in the bottom right shows a man in a blue baseball uniform with 'Italia' written on it, wearing a cap and sunglasses. The text 'Area Tecnica' is written in a stylized font. The words 'ROUTINE', 'PASSAGGI', and 'DI RISCALDAME' are in large, bold, white letters on colored backgrounds (yellow, red, and green respectively). A diagram of a baseball field is overlaid with the formula  $A = \frac{r^2 \pi}{4}$  and a radius 'r'.

**Il Mio Sport Non è il Tuo**

**Squassabia e Spiritelli - Calzetti e Mariucci**

**Insegnare per Allenare**

**Mantovani - Edizioni SDS**

**Allenare per Vincere**

**La Torre - Edizioni SDS**