



*La Costruzione di un Controtempo:
progressione didattica e differenze tra un atleta
G.P.G. e un atleta di alto livello*

Tesi Magistrale

Candidato: Adriano Cannas

Relatore: Filippo Lombardo

Descrizione:

La tesi ha come obiettivo primario l'analisi delle differenze che sussistono nella spada nell'insegnamento della costruzione di un controtempo con il ferro per quanto riguarda un atleta under 14 e per quanto riguarda un atleta Assoluto di alto livello.

Indice

Prefazione	4
Introduzione	6
1. <i>Il Controtempo nelle Categorie Under 14</i>	
1.1 Movimenti corti e lunghi	11
1.2 Gambescherma	14
1.3 Esercizi a coppie	16
2. <i>Il Controtempo negli atleti di alto livello</i>	
2.1 Il Progetto premeditato	22
2.2 Le Due Convinzioni	23
2.3 Preparazioni di seconda intenzione	25
2.4 Vedere o prevedere?	28
Ringraziamenti	30

Prefazione

La tematica che desidero affrontare in questa tesi nasce indubbiamente dal mio passato da atleta. Ho cominciato ad avvicinarmi alla scherma all'età di 7 anni quando nel 2003 mio padre (spadista) e mia madre (ex-fiorettista), dopo avermi fatto provare con misero successo vari sport come calcio o basket, decisero di portarmi in quella che era stata la palestra di scherma di lei: Il Club Scherma Roma. In quella società ho mosso i miei primi passi, inizialmente come tutti gli under 10, con il fioretto di plastica, per poi essere smistato al settore fioretto con il Maestro Fabrizio Villa. Dopo aver fatto i primi due anni del gran premio giovanissimi unicamente da fiorettista, da categoria ragazzo cominciai a praticare anche la spada sotto la guida del Maestro Filippo Lombardo. Gli inizi furono ingannevoli e al di sopra delle aspettative: nelle prime due gare dell'arma non convenzionale feci una finale ad 8 in un interregionale e una buona prova nella nazionale. Queste prestazioni mi convinsero, una volta approdato nel mondo degli Assoluti, a passare unicamente alla spada. In realtà agli inizi "sfavillanti" non corrisposero quasi mai, nelle categorie Assolute, risultati degni di nota a causa di una emotività esagerata che non mi ha mai permesso di tirare al meglio.

Nel frattempo nel 2011 avevo cambiato società. La decisione del Maestro Lombardo di creare una sua palestra, la Romafencing A.S.D, mi spinse a

seguirlo nella nuova avventura. Fu una vera e propria svolta nella mia vita, schermistica e non, dato che iniziai a frequentare la palestra allenandomi tutti i giorni sia perché ero collocato bene logisticamente (la palestra è a 150 metri da casa mia), sia perché strinsi forti amicizie con i ragazzi e le ragazze con cui tiravo quotidianamente.

Parallelamente all'attività agonistica iniziai anche l'attività magistrale frequentando i corsi regionali del Lazio nel 2012 e cominciando a dare una mano nel lavoro in palestra occupandomi inizialmente di bambini under 11 e poi anche delle categorie G.P.G.

Indubbiamente il passato da fiorettista ha sempre influenzato, a volte positivamente a volte negativamente, il mio modo di approcciare all'assalto di spada. Molto spesso ero soggetto alla chiusura dei miei avversari perché, nel dubbio, portavo la stoccata profonda troppo presto e fuori misura, mentre ero abbastanza bravo nella fase difensiva essendo dotato di una buona parata di contro di terza. Il Controtempo con il ferro è sempre stata l'azione che preferivo provare ad attuare in pedana e adesso, da maestro, anche l'azione più stimolante da riuscire ad insegnare.

Introduzione

La mia tesi tende a dimostrare quali sono le differenze nella creazione delle azioni schermistiche tra un atleta principiante, o anche G.P.G, ed un atleta che vuole fare agonismo ad alto livello.

Ovviamente la mia formazione accademica mi fa impostare ed insegnare in maniera didattica ed elementare le azioni di base a qualsiasi persona che si avvicini alla scherma. Per azioni di base intendo i tre atteggiamenti principali che si possono assumere con il ferro, ovvero arma in linea, invito, legamento e aggiungiamo anche – dalle dispense di spada del Maestro Toran - l'atteggiamento normale di guardia. Queste sono il punto di partenza per la catena di eventi/azioni che vado a sviluppare con l'allievo.

È qualche anno ormai che ho intrapreso la carriera magistrale e mi sono reso conto di quanto molte azioni di base che insegno a ragazzi del Gran Premio Giovanissimi vanno totalmente ad evolversi in parte per la crescita tecnica in parte per l'acume tattico che, o autonomamente o per emulazione, sviluppa l'allievo di turno, spesso prescindendo anche dal mio stesso insegnamento.

Questa maturazione in una palestra di buon livello avviene parallelamente al percorso accademico, diventando di frequente anche un percorso virtuoso. Ciò mi ha fatto intendere che il mio compito non è solo quello di insegnare e ampliare il processo evolutivo ma a volte anche

cercare di assecondarlo. Ho scelto il controtempo come esempio di questa evoluzione non perché sia l'unica azione che subisce un'importante differenza di impostazione, ma perché è la base del pensiero di azione e di contraria su cui basiamo gran parte delle nostre azioni schermistiche. Anzi potremmo arrivare a dire che la scherma di spada o sfrutta l'errore dell'avversario o è sempre scherma di controtempo.

Capitolo Uno

Il Controtempo nelle Categorie Under 14

La progressione didattica non ha una regola, è figlia del binomio che si crea con l'allievo, della sua coordinazione, della sua curiosità e della mia capacità.

Supponiamo di avere davanti a noi un atleta di circa 11-12 anni (per intenderci un G.P.G. categoria maschietto o giovanissimo) con già un'esperienza di due o tre anni di scherma alle spalle. Partendo da un nostro atteggiamento di invito di terza otterremo da lui come da manuale una botta dritta sul bersaglio interno. Proprio per l'im maturità della categoria se la stessa azione avviene camminando con l'invito, o anche solo muovendo la gamba avanti, possiamo facilmente ottenere dal ragazzo una botta dritta in tempo e, quasi sicuramente, la stoccata sarà in un tempo solo. Per cui possiamo raggiungere un risultato di rilievo senza alcun tipo di seconda intenzione semplicemente mostrando in maniera palese un bersaglio scoperto non in maniera statica. La botta dritta in tempo che esegue l'allievo è a tutti gli effetti un'uscita in tempo sia perché viene portata sul cambio di atteggiamento (dalla posizione di guardia all'invito di terza) sia perché anticipa e chiude l'avanzata (o preparazione, che dir si voglia).

Proseguendo nella sequenza didattica, una volta che il ragazzo ha imparato a tirare in tempo sul cambio di atteggiamento (dalla guardia all'invito di terza) possiamo opporre una parata di quarta o una parata di contro di terza su cui poi far sviluppare all'allievo un'azione composta di finta dritta e cavazione o di finta dritta e circolata.

Nel passaggio da una posizione di guardia alla posizione di arma in linea il nostro ragazzo reagisce molto spesso andando a parare questa botta dritta oppure, in rari casi, con una contrazione. La parata che andrà ad effettuare il nostro allievo sarà certamente quella che a livello motorio per lui risulta più semplice, di conseguenza cercherà, con troppa frequenza, l'invito corrispondente alla parata che predilige.

Il mio compito da maestro dovrà essere in questo caso correggere tecnicamente quello che con ogni probabilità diventerà una certezza del giovane allievo; quindi assecondare un movimento spontaneo e naturale di chiamata che poi diverrà fondamentale nell'esecuzione del controtempo con il ferro. La correzione tecnica che in questo caso andrò a fare sarà relativa ad esempio alla posizione di pugno o alla linea difensiva della parata, alla velocità della chiamata o all'efficacia della stessa. In generale quando introduco il discorso sulla parata e risposta come contraria di una botta dritta in tempo ai ragazzi di 11-12 anni la domanda che chiedo loro di porsi è <<Riesco con il mio movimento a far tirare una botta dritta al mio avversario? Se sì, riesco a parare e rispondere?>>.

Da un nostro cambio di atteggiamento dalla posizione di guardia al legamento otterremo con estrema facilità dal ragazzo una cavazione in tempo sul bersaglio scoperto.

NOTA

Confrontandomi con molti maestri (sia con la mia stessa esperienza sia molto più esperti di me) in merito alla gestione dei bambini e dei principianti ci siamo interrogati sull'opportunità di insegnare una scherma elementare, povera di azioni ma ben eseguite, piuttosto che cercare di aumentare il bagaglio tecnico, già dalla giovanissima età, approfittando dell'importante finestra di apprendimento che hanno i ragazzi fino ai 10 anni e, seppur in maniera meno sensibile, dagli 11 ai 14 anni. Le risposte sono state diverse e molto interessanti. Palestre di scherma con risultati importanti nel G.P.G. e in generale nelle categorie giovanili partivano da presupposti differenti con idee e metodo non sempre uguali. Reputo che assecondare le capacità di ogni singolo allievo può essere più gratificante e redditizio per il binomio maestro-atleta.

1.1 Movimenti corti e lunghi

Credo che non sia affatto facile innescare l'idea di un controtempo con il ferro (e quindi di una parata e risposta o di una contrazione sull'uscita in tempo dell'avversario) in un ragazzo di 12 anni. Un buon punto di partenza può essere abituarlo a distinguere tra *movimenti lunghi* e *movimenti corti*. Per movimenti lunghi intendo tutti quei movimenti, sia di braccio che di gambe, che sono portati con l'intenzione di toccare.

Invece per movimenti corti intendo quei movimenti che non sono portati per toccare in quanto hanno un secondo fine: stimolare una reazione offensiva, difensiva o controffensiva in modo da poterla adeguatamente controllare e neutralizzare opponendo l'azione contraria. Un'altra distinzione che mi piace è quella tra primi movimenti e secondi movimenti dove i primi movimenti sono un sottogruppo dei movimenti corti. Il secondo movimento è (non sempre ma quasi) la conseguenza del primo movimento. Ad esempio un primo movimento di finta dritta potrà portare al secondo movimento di cavazione, un primo movimento di chiamata con invito di terza potrà avere come conseguenza una parata di mezzacontro quarta-seconda e risposta.

Dal mio punto di vista sia la finta sia l'invito (o chiamata) sono da considerarsi primi movimenti e movimenti corti che provocano rispettivamente, se eseguiti correttamente, una parata o una botta dritta. Tralasciando la finta, ho notato che nelle prime categorie del Gran Premio Giovanissimi (per intenderci i maschietti e i giovanissimi che attualmente tirano con lama 0) si riesce ad ottenere il movimento lungo, la botta dritta, anche attraverso un invito elementare e da manuale opportunamente reso più credibile attraverso la profondità che può dare il movimento in avanti della gamba oppure, ad esempio, delle spalle o addirittura un atteggiamento di invito non in tempo. La suddetta osservazione non costituisce una verità assoluta nel senso che a quell'età vedo spesso molti ragazzi o ragazze che, sbagliando una stoccata o eseguendo male un

affondo (che è un movimento lungo), riescono con prontezza di riflessi a parare e rispondere l'arresto portato dall'avversario senza avere fatto come primo movimento la chiamata proprio perché non c'è niente di più credibile della stoccata sbagliata.

Esempio: la botta alla gamba seguita da controtempo in parata di terza non eseguito in seconda intenzione.

In questo caso è necessario secondo me assecondare il movimento e provare a far capire all'allievo che la stoccata che involontariamente sbaglia, e che gli permette di parare e rispondere, può anche sbagliarla avendone la consapevolezza. In questo modo lo si introdurrà parzialmente al concetto di seconda intenzione o, più specificatamente, di controtempo in seconda intenzione.

Allenare ed abituare l'allievo al primo movimento della chiamata è un presupposto fondamentale per la buona riuscita di un controtempo. Per realizzare il tutto utilizzo negli allenamenti in palestra, oltre alla lezione individuale, anche le gambescherma e gli esercizi a coppie.

1.2 Gambescherma

Con l'espressione Gambescherma si intende la parte specifica e tecnica dell'allenamento dove lo schermidore effettua i movimenti fondamentali di avvicinamento (passo-avanti), allontanamento (passo-indietro) e di offesa (affondo).

Dedico moltissimo tempo alle Gambescherma in palestra (minimo 15-20 minuti ad allenamento) perché, fuori da un qualsiasi contesto tattico di assalto, sono fondamentali ad automatizzare le azioni di base oltre che per la resistenza delle gambe e la rapidità degli arti inferiori.

Oltre ai movimenti fondamentali di cui sopra, quando le Gambescherma avvengono in gruppo dove gli allievi sono disposti davanti a me in riga, mi piace aggiungere anche il movimento corto che ai ragazzi denomino preparazione o, per farlo capire meglio, "piccolo affondo". Questo "piccolo affondo" può essere eseguito parzialmente a loro piacimento, l'importante è che vi sia la profondità dettata dall'avanzamento del braccio "armato" e del piede corrispondente. Le versioni più comuni del piccolo affondo sono: il piccolo affondo con finta, il piccolo affondo con finta al piede e il piccolo affondo con invito (spesso di terza). Le prime due hanno come conseguenza un secondo movimento lungo di affondo al mio comando, la terza un movimento che simula una parata di quarta e risposta oppure un passo indietro seguito da arresto.

L'altra tipologia di Gambescherma che sono solito far praticare è a coppie dove i ragazzi si mettono frontali a misura di affondo. Uno dei due

comanda la misura e cerca di mettere in difficoltà l'altro con i cambi di velocità. Chi subisce deve essere bravo a mantenere costante la misura iniziale e anche essere pronto ad anticipare chi comanda se quest'ultimo fa passi avanti troppo grandi; in questo modo inserisco anche un po' di tattica in un esercizio che abbiamo detto essere prevalentemente tecnico.

Altro esempio di Gambescherma dove inserisco anche l'elemento tattico è quella dove mi posiziono davanti a loro in guardia con una spada in mano. I ragazzi devono seguire la misura che io gli impongo mentre cerco di metterli in difficoltà con cambi repentini di velocità. Ad un certo punto smetto di marciare di passo avanti o indietro ed effettuo un piccolo affondo o un affondo lungo molto lento dove il piede resta in aria parecchio tempo. Nel primo caso voglio da loro una reazione corta di finta (una finta in tempo) mentre nel secondo caso gli spiego che, siccome il movimento è lungo, possono anticiparlo e chiudere la preparazione con un'uscita in tempo prima che il mio piede tocchi terra. È un tipo di Gambescherma che non è molto efficace nel breve periodo quanto nel lungo. Lo sto sperimentando da poco più di un anno e i risultati inizialmente erano deludenti, tuttavia dopo qualche mese ho notato che il loro percepire il tempo e il loro anticipo sulla preparazione era migliorato notevolmente oltre a non essere più in ritardo.

1.3 Esercizi a coppie

Innanzitutto va detto che considero gli esercizi a coppie nelle categorie G.P.G. un'arma a doppio taglio. Da un lato sono molto utili nella gestione del lavoro per palestre con numeri importanti (20 ragazzi o più), perché in questo modo il maestro ha la certezza che ogni atleta abbia lavorato e non è costretto a dover dare venti lezioni individuali in un'ora e mezza per far lavorare tutti. Dall'altro tuttavia sono un rischio perché non tutti i ragazzi di 12 anni hanno la sensibilità per svolgere correttamente e capire appieno il contesto tattico dell'esercizio. Proprio per questa ragione la maggior parte degli esercizi a coppie che propongo ai miei ragazzi (sempre considerando le categorie maschietti/bambine e giovanissimi/e) sono prevalentemente tecnici. Faccio subentrare il contesto tattico solo in un secondo momento e molto spesso nelle categorie ragazzi/allievi.

Il primo esercizio a coppie base da cui parto è la botta dritta a propria scelta di tempo sui vari inviti (principalmente di quarta, di terza e di seconda) a stretta misura e a giusta misura partendo da fermi. In questa fase correggo solamente errori tecnici come un'esecuzione sbagliata dell'affondo oppure dell'invito. In secondo luogo colui che esegue l'invito, in contrapposizione alla botta dritta dovrà opporre una parata semplice seguita da risposta (se l'invito è di terza andrà a parare quarta, se l'invito è di seconda o di quarta andrà a parare terza) oppure una parata di contro (se l'invito è di terza andrà a parare contro di terza e così via). Anche qui le correzioni riguardano prevalentemente aspetti tecnici come posizione di

pugno errata o un difetto nella linea difensiva. In terzo luogo il ragazzo che prima tirava la botta dritta adesso dovrà eseguire una finta dritta seguita da cavazione o da circolata a seconda del tipo di parata. In questo modo ho fatto costruire loro una sequenza di azioni base con il solo scopo di correggere l'aspetto tecnico.

Ovviamente nelle categorie ragazzi/allievi (sia al maschile che al femminile) questo esercizio si evolve e diventa in tempo. Stavolta infatti uno dei due ragazzi dovrà eseguire una botta dritta in tempo, ovvero sul cambio di atteggiamento da guardia a invito dell'altro ragazzo. Di conseguenza nel momento in cui richiedo la parata e risposta a chi sta eseguendo l'invito in realtà sto richiedendo un controtempo con il ferro e quando richiedo l'azione composta all'altro sto richiedendo una finta in tempo. Qui l'errore prevalentemente da correggere, ma di cui spesso si accorgono gli stessi ragazzi, è il dosaggio dell'invito: se prima si richiedeva solo la corretta esecuzione tecnica adesso lo scopo diventa stimolare l'uscita in tempo in modo da poterla controllare. Un invito troppo largo stimola sì l'uscita in tempo ma, a meno di virtuosismi particolari, è difficile poi realizzare una difesa con il ferro efficace.

Il secondo esercizio a coppie base è il lavoro di trasporti, riporti e cambiamenti di legamento che si effettuano sull'arma in linea e che sono molto utili perché propedeutici alla corretta esecuzione delle parate di contro e di mezzacontro. La seconda fase dell'esercizio prevede infatti che

il ragazzo che sta in linea esegua una cavazione sulla quale l'altro ragazzo reagirà con una parata di contro.

Ciò che rende particolare e in parte difficile questo esercizio è il ferro in linea che riceve chi deve eseguire il trasporto o il riporto: un ferro "sporco", una linea non perfetta, non "pulita" come può essere quella che può dare un maestro durante una lezione individuale.

Anche questo esercizio si evolve con la crescita dei ragazzi: in questo caso il trasporto dovrà essere preceduto da una finta dritta.

Esempi.

1) Il ragazzo A dà il ferro in linea, il ragazzo B eseguirà trasporti, riporti e cambiamenti di legamento guidato dal ragazzo A.

Il ragazzo B si ferma sul legamento di quarta, il ragazzo A esegue una cavazione alla quale il ragazzo B oppone una parata di contro di quarta.

2) Il ragazzo A dà il ferro in linea, il ragazzo B esegue una finta dritta con successiva botta con trasporto dalla quarta alla seconda

3) Il ragazzo A dà il ferro in linea, il ragazzo B esegue una finta dritta con successivo attacco sul ferro in contro di terza

Un'altra evoluzione dell'esercizio è quella che prevede una ricerca di ferro controllata e continua dell'altro ragazzo che vuole eseguire il

controtempo che in tal modo discrimina già su quale bersaglio avverrà la cavazione in tempo dell'avversario. In questo caso si tratterà di un controtempo con il ferro a tutti gli effetti poiché al momento che ritiene opportuno il ragazzo che esegue la ricerca di ferro cambierà direzione eseguendo una parata semplice o di mezza contro e risposta che andrà effettuata necessariamente in avanti e con aumento della velocità di esecuzione in modo tale da riuscire a chiudere.

Esempi.

- 1) Il ragazzo A cerca di legare il ferro in seconda senza successo perché il ragazzo B svincola continuamente il ferro; il ragazzo A esegue sull'ennesima cavazione un controtempo con parata di terza o con contrazione di terza. (e viceversa)
- 2) Il ragazzo A cerca di legare il ferro in quarta senza successo perché il ragazzo B svincola continuamente il ferro; il ragazzo A esegue sull'ennesima cavazione un controtempo con parata di terza o con contrazione di terza. (e viceversa)

Capitolo Due

Il Controtempo negli atleti di alto livello

Nel Capitolo Uno abbiamo accennato alla facilità con cui possiamo ottenere da un ragazzo di 12 anni un'uscita in tempo sul nostro cambio di atteggiamento da guardia a invito. Adesso supponiamo di avere davanti a noi, durante una lezione, un ragazzo Under 23 di alto livello; se proponiamo lo stesso movimento la sua reazione sarà sicuramente una finta in tempo o comunque una reazione composta e non un'azione semplice. Questo perché il ragazzo sa benissimo che una sua uscita in tempo sul nostro cambio di atteggiamento (sulla nostra chiamata) avrà come conseguenza un nostro controtempo in parata e risposta quindi, essendo lui uno schermidore maturo e di alto livello, nel dubbio non porterà la stoccata profonda.

Ma allora quali sono i presupposti affinché in competizioni di alto livello con atleti di alto livello, come Open Assoluti o gare di Coppa del Mondo, un controtempo con il ferro possa avere una buona percentuale di successo?

Per cercare di trovare una risposta a questa domanda, che ho posto prima di tutto a me stesso e poi a maestri con più esperienza di me, ho cominciato a vedere e rivedere assalti di Coppa del Mondo di Spada Maschile degli ultimi anni (soprattutto grazie agli streaming F.I.E. di YouTube). In questo modo mi sono fatto qualche idea su come costruire e insegnare un controtempo con il ferro che possa avere esito positivo.

2.1 Il Progetto premeditato

Innanzitutto ritengo che il punto di partenza sia l'idea, il progetto che un atleta porta in pedana. Non posso approcciare ad un assalto di spada senza avere le idee chiare quando entro nella misura che Toran chiama "misura di azione". Credo sia una regola valida per qualsiasi tipo di schermidore, non solo per l'alto livello, e per qualsiasi tipo di azione schermistica, non solo per il controtempo con il ferro: l'idea dell'azione e la fase di elaborazione dell'idea deve cominciare nella "misura di controllo" dove bisogna scandagliare le possibili reazioni difensive e controffensive, una volta entrati alla misura di azione si può scegliere se indietreggiare se non vi sono i presupposti desiderati oppure portare a termine l'azione se l'avversario ha reagito come desideravamo.

Nel caso del Controtempo con il ferro bisogna tentare di capire e di far capire al nostro allievo quando la nostra chiamata è talmente convincente da suscitare l'uscita in tempo e quando no, ed anche quando la nostra chiamata seppur convincente oltrepassa il limite di "parabilità" di una successiva uscita in tempo. Per realizzare ciò non basta più una chiamata elementare con invito da manuale come per un ragazzo under 14; per un atleta d'alto livello è necessario che la chiamata abbia la giusta dose di velocità e di linguaggio del corpo e sia eseguita alla misura opportuna.

2.2 Le Due Convinzioni

Mi sono accorto di quanto difficilmente un movimento di chiamata trovi soddisfazione con un'uscita in tempo nel centro pedana, e di quanto sia necessario gradualmente aumentare la portata del gesto di invito o di cambio di atteggiamento. Lo scopo è quello di convincere l'avversario che, per quanto sia palese l'intento del nostro atleta di farsi tirare la stoccata (uscita in tempo), per lui sia possibile tirare la botta con una buona percentuale di successo.

Qui si scontrano le due convinzioni "l'arroganza di chi crede di poter parare e la convinzione di chi pensa di poter sfruttare quella preparazione per portare un attacco" (cit.). Reputo che questo sia il punto cruciale per poter riuscire a costruire una parata e risposta ad alto livello.

NOTA

La visione di molti assalti di atleti leader di Coppa del mondo visti in video mi ha fatto rendere conto di quanto le occasioni in cui il nostro avversario tira un attacco diretto o un'uscita in tempo siano molto limitate se non inesistenti, soprattutto quando le condizioni di punteggio gli permettono un atteggiamento conservativo anche con il fine di sfruttare il fattore tattico della non combattività o passività. Credo di non sbagliare nel dire che già dalla medaglia d'oro di Tagliariol nelle Olimpiadi di Pechino 2008 c'è stata una progressiva evoluzione che ha avuto come risultato quello di ridurre sempre di più la misura. Se prima vedevamo inviti a misura camminando, oggi ad una misura molto più stretta (sempre guardando una condizione generale e non specifica) un invito del genere, tanto palese come può essere un passo o in generale un'esposizione eccessiva del bersaglio, probabilmente può esporre l'atleta al non riuscire a difendersi e quindi a non effettuare il controtempo con il ferro (perché ha oltrepassato il limite di "parabilità").

2.3 Preparazioni di seconda intenzione

Arrivati a questo punto ritengo opportuno considerare di maggior successo tutto quelle azioni di seconda intenzione e che finiscono con una controparata e risposta o una parata e risposta, per cui attacchi falsi, battutine false alla mano e false angolazioni. In generale tutte quelle azioni che se andate a buon fine precedentemente possono rendere molto più credibile (normalmente con una sospensione del gesto) l'invito, la chiamata o la preparazione che dir si voglia. A tale scopo citerò alcuni esempi di azioni di seconda intenzione utili nella costruzione di un controtempo con il ferro che sono solito far effettuare durante la lezione individuale ma anche durante gli esercizi a coppie.

A) Attacchi falsi

- 1) Il ragazzo A stimola un'uscita in tempo del ragazzo B con una preparazione con la punta diretta verso la gamba ed esegue poi un controtempo con parata o contrazione di terza.
- 2) Il ragazzo A simulerà una partenza in fleche che il ragazzo B cercherà di arrestare portando il ragazzo A ad eseguire un controtempo con parata di mezzacontro quarta-seconda.
- 3) Il ragazzo A simulerà un fuetto alla mano sopra stimolando l'uscita in tempo del ragazzo B ed eseguirà poi un controtempo con parata di contro di terza.

- 4) Il ragazzo A simulerà un fuetto al polso interno stimolando l'uscita in tempo del ragazzo B ed eseguirà poi un controtempo con parata di mezzacontro quarta-seconda, con parata semplice di quarta oppure con contrazione di quarta.

B) Battutine false

La battutina si esegue con i gradi deboli sui gradi medio-forti dell'avversario ed è necessaria per liberare lo spazio per poter effettuare il colpo alla mano. Partiamo dal presupposto che il ragazzo A ha già precedentemente portato a buon fine una stoccata con battutina e botta alla mano:

- 1) Il ragazzo A esegue una battutina di quarta seguita da botta alla mano con sospensione (la punta non tocca ma si ferma nei dintorni della mano); sull'uscita in tempo del ragazzo B eseguirà un controtempo con parata o contrazione di quarta.
- 2) Il ragazzo A esegue una battutina di quarta seguita da botta alla mano con sospensione (la punta non tocca ma si ferma nei dintorni della mano); sull'uscita in tempo del ragazzo B eseguirà un controtempo con parata o contrazione di terza.
- 3) Il ragazzo A esegue una battutina di terza seguita da botta al piede o angolazione sotto alla mano (in tutti e due casi sospendendo la stoccata); sull'uscita in tempo del ragazzo B

eseguirà un controtempo con contrazione di terza oppure con parata semplice di terza.

Attenzione!!! → La prima reazione (istintiva) che avrà il nostro avversario sulla battuta sarà sicuramente una ricerca di ferro, per cui la stoccata sarà di battuta, finta alla mano e cavazione. Se a breve distanza di tempo riproponiamo una battuta e finta alla mano, la reazione sarà un'uscita in tempo e dunque la stoccata diventerà un controtempo. Se si fa passare un po' più di tempo (dopo il "pronti a voi") l'avversario su una battuta avrà nuovamente la reazione istintiva di cercare ferro.

C) Angolazioni False

- 1) Il ragazzo A esegue una angolazione sotto con sospensione; sull'uscita in tempo del ragazzo B esegue un controtempo con parata semplice di terza o con una contrazione di terza. La risposta potrà essere di filo al petto oppure se al distacco al fianco o al piede.

2.4 Vedere o prevedere?

Il concetto con cui mi piacerebbe concludere questa tesi è quello che riguarda il poter vedere o il non poter vedere la reazione che l'avversario ha sulla chiamata del nostro allievo. In merito a ciò ho ascoltato pareri discordanti: c'è chi sostiene che nella scherma di spada moderna sia necessario prevedere e non vedere la reazione perché altrimenti vi sarà un secondo movimento in ritardo e chi invece sostiene che sia necessario vedere la reazione e regolarsi di conseguenza. Nel caso specifico del controtempo con il ferro pur trovandomi sostanzialmente d'accordo con i primi, ritengo utile accennare alle chiamate di scandaglio ovvero movimenti corti che hanno lo scopo di vedere e controllare la reazione e acquisirla come dato, come informazione e che, se eseguiti lentamente, riescono ad ottenere un ritardo della reazione avversaria e ad ottenere lo spazio necessario a gestirla. In un assalto tra due atleti di alto livello questa fase di scandaglio e di traccheggio non va a mio avviso svolta continuamente perché altrimenti si istruisce l'avversario ad avere sempre una reazione giusta e non istintiva (finta in tempo); invece l'avversario del nostro atleta quasi sicuramente dopo il "pronti a voi" o se nel frattempo vi è stata un altro tipo di azione resetta l'informazione ed ha dunque una reazione istintiva.

Dopo aver capito e "visto" la reazione del nostro avversario, il dato acquisito precedentemente possiamo utilizzarlo tranquillamente

sull'uscita dell'avversario entrando in due tempi e alla stessa velocità senza vedere la reazione ma prevedendola. Il nostro atleta deve quindi decidere insieme i due movimenti da farsi, cioè fare una chiamata prevedendo l'uscita in tempo dell'avversario ed andando ad effettuare poi un secondo movimento preventivo.

Ringraziamenti

Desidero ringraziare tutti coloro che con suggerimenti, opinioni, critiche ed osservazioni hanno contribuito alla stesura di questi tesi.

Primo fra tutti il Maestro Filippo Lombardo, il relatore e la persona con cui lavoro e da cui sto imparando il mestiere: una grandissima parte di quello che ho esposto è ispirata al suo pensiero di tattica schermistica, in particolare per quanto riguarda il lavoro con atleti d'alto livello.

L'idea di analizzare l'evoluzione del controtempo con il ferro è nata dopo un incontro magistrale svoltosi a Roma nella palestra federale di Pentathlon del C.P.O. Giulio Onesti dell'Acquacetosa durante il quale molti maestri esperti e con parecchi risultati alle spalle hanno illustrato la loro idea in merito all'impostazione del bambino, alla gestione del lavoro in una palestra ed anche alla costruzione del controtempo. A questi va la mia riconoscenza.

Infine vorrei ringraziare gli altri miei colleghi che compongono lo staff magistrale della Romafencing, ovvero Michela Caruso, Francesco Taddei e Nambin Sabbadini e tutte le persone che compongono la nostra scuola di scherma, atleti e non, con cui ho avuto il piacere di incrociare le lame.