

S/rubriche

RECENSIONI

Il grande sprint Tra sogno e realtà

Valerij Borzov



EDIZIONI-SdS - Scuola dello Sport
CATEGORIE: autobiografia / velocità / metodologia / pianificazione dell'allenamento
ANNO EDIZIONE: 2019
PAGINE: 256

DALL'AUTORE / DAL TRADUTTORE / PRESENTAZIONE DI GIOVANNI MALAGÒ

CAPITOLO 1: LA VERITÀ DELLA MIA VITA
CAPITOLO 2: LE CARATTERISTICHE DELLA PREPARAZIONE DI BASE (1962-1966). ALLENATORE B.I. VOITAS

- Sull'origine
- La periodizzazione e la metodologia dell'allenamento

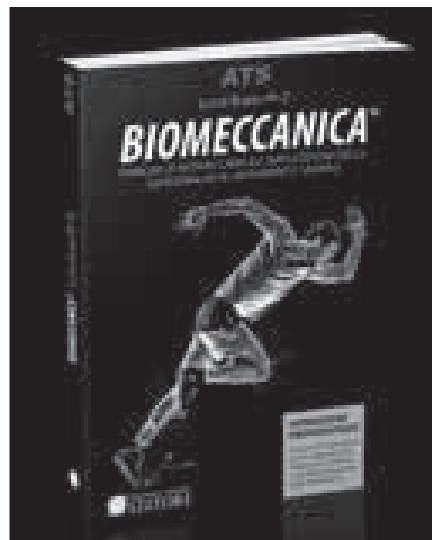
CAPITOLO 3: LE CARATTERISTICHE DELLA PREPARAZIONE SPECIALE (1966-1979). ALLENATORE V.V. PETROVSKIJ

- La pianificazione della preparazione sportiva
- Programmazione degli allenamenti e caratteristiche della preparazione alle principali gare stagionali

- Variazione delle caratteristiche dei mezzi di allenamento nelle tappe della preparazione annuale
 - Gli esercizi di allenamento e le raccomandazioni per la loro applicazione pratica
 - Esercizi speciali per il perfezionamento della partenza e dell'accelerazione di partenza
 - Esercizi speciali per il perfezionamento della tecnica della corsa sulla distanza e della tecnica di arrivo
 - Esercizi specifici per sviluppare le capacità funzionali dello sprinter
 - La caratteristica della metodologia dei miei allenamenti
- APPENDICE

Biomeccanica Principi di biomeccanica e applicazioni della video analisi al movimento umano

Luca Russo



EDITORE: ATS Giacomo Catalani Editore
ANNO EDIZIONE: 2019
ISBN: 8899277257, 9788899277253
PAGINE: 584

Opera completa e aggiornata realizzata in ambito internazionale per lo studio della complessa disciplina dell'analisi cinematica e dinamica del movimento. Il testo al quale riferirsi per rispondere agli interrogativi sulle tematiche dello studio biomeccanico compiuto attraverso la video analisi. Questo libro è dedicato a coloro che operano in ambito di salute, postura, sport, performance, prevenzione e riabilitazione: in queste pagine sono raccolte le informazioni, supportate da evidenze scientifiche, per apprendere correttamente i principi fondamentali della biomeccanica, l'utilizzo specialistico della video analisi del movimento e distinguersi in ambito professionale.

Sommario

Introduzione dell'Editore: a cura di Giacomo Catalani

Presentazione dell'Autore: Marco De Angelis

Prefazione al testo: Dario Dalla Vedova

Premessa dell'Autore a cura di Luca Russo

CAPITOLO 1 - INTRODUZIONE ALLA BIOMECCANICA A CURA DI LUCA RUSSO

Par. 1 - Definizione di Biomeccanica e campi di applicazione / Par. 2 - Livelli di studio del movimento umano / Par. 3 - Corpo umano e lessico del movimento umano / Par. 4 - Principali parametri di studio della Biomeccanica del movimento umano e significato funzionale: *Parametri statici - Parametri dinamici - Parametri cinematici - Approfondimenti sull'analisi cinematica del movimento umano* / Bibliografia

CAPITOLO 2 - LE PRINCIPALI STRUMENTAZIONI PER LA VALUTAZIONE FUNZIONALE BIOMECCANICA A CURA DI LUCA RUSSO

Par. 1 - Fotocellule / Par. 2 - Encoder lineari a filo / Par. 3 - Elettrogoniometri / Par. 4 - Sensori inerziali / Par. 5 - Radar / Par. 6 - GPS e LPM / Par. 7 - Sistemi optoelettronici / Par. 8 - Celle di carico e pedane di forza / Par. 9 - Pedane pressorie / Par. 10 - Elettromiografi / Bibliografia

CAPITOLO 3 - VIDEO ANALISI A CURA DI LUCA RUSSO

Par. 1 - Strumenti di acquisizione video / Par. 2 - Creazione del setting di ripre-

sa / Par. 3 - Principali errori nel processo di video analisi / Par. 4 - Applicazione dei marker / Par. 5 - Strumenti software di analisi del video 2D / Par. 6 - Lo studio dello spazio e il processo di calibrazione / Par. 7 - Lo studio del tempo / Par. 8 - Lo studio degli angoli / Par. 9 - Creazione di report / Bibliografia

CAPITOLO 4 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI NELLA VALUTAZIONE CHINESIOLOGICA E POSTURALE

A CURA DI LUCA RUSSO, VALENTINA VENDITTI, IRMA DISCEPOLO, JACOPO FABRIZIO, MAURO MONTESI, MASSIMILIANO MICOZZI

Par. 1 - La video analisi nella valutazione chinesiológica e posturale / Par. 2 - Esempi di utilizzo della video analisi per la valutazione chinesiológica e posturale nei danzatori / Par. 3 - Esempi di utilizzo della video analisi per la valutazione chinesiológica e posturale in giovani calciatori / Par. 4 - Esempi di utilizzo della video analisi per la valutazione dello squat test / Par. 5 - Esempi di utilizzo della video analisi per lo studio della flessione del busto in avanti / Par. 6 - Esempi di utilizzo della video analisi per lo studio del piegamento degli arti superiori / Par. 7 - Esempi di utilizzo della video analisi per lo studio del salto / Par. 8 - Esempi di utilizzo della video analisi per lo studio del cammino / Par. 9 - Esempi di utilizzo della video analisi per lo studio delle capacità motorie / Bibliografia

CAPITOLO 5 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI DELLA CORSA A CURA DI GIOVANNI DE ROCCO, ANTONIO DEL MASTRO E LUCA RUSSO

Par. 1 - Introduzione e cenni sulla tecnica della corsa di durata: *approfondimenti sulle strategie di appoggio del piede nella corsa* / Par. 2 - Gli aspetti più studiati nell'analisi del movimento della corsa / Par. 3 - Esempi di utilizzo della video analisi per lo studio della corsa / Approfondimenti sulle differenze tra la corsa sul treadmill e sul terreno / Bibliografia

CAPITOLO 6 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI DELLA POSIZIONE IN SELLA A CURA DI ANTONIO TRIFILIO

Par. 1 - Letteratura e introduzione al problema dell'analisi della posizione in sella / Par. 2 - Aspetti metodologico-

procedurali dell'analisi in sella e dati misurabili / Par. 3 - Aspetti da tenere in considerazione nell'analisi in sella in caso di dolori riferiti dal ciclista / Bibliografia

CAPITOLO 7 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI NEL NUOTO A CURA DI SAVERO PIPERIS, STEFANO NURRA E LUCA RUSSO

Par. 1 - Letteratura e introduzione al problema / Par. 2 - Aspetti metodologici e procedurali dell'analisi / Par. 3 - Esempi di analisi e dati misurabili: Approfondimenti su altri strumenti di analisi della nuotata / Par. 4 - Analisi della partenza nel nuoto-indicazioni presenti in letteratura / Par. 5 - Analisi della virata nel nuoto-indicazioni presenti in letteratura / Par. 6 - Applicazioni pratiche / Bibliografia

CAPITOLO 8 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI NELL'ALLENAMENTO CON I SOVRACCARICHI A CURA DI ERIK TENTARELLI E LUCA RUSSO

Par. 1 - Letteratura e introduzione al problema / Par. 2 - Procedure di video analisi nell'allenamento con i sovraccarichi / Par. 3 - Analisi cinematica dell'esecuzione con e senza fermo della distensione su panca piana / Par. 4 - Procedure di utilizzo della video analisi per la valutazione dell'allenamento della forza / Bibliografia

CAPITOLO 9 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI NELLA GESTIONE DELLA TECNICA SPORTIVA. L'ESEMPIO DEL TIRO NELLA PALLACANESTRO A CURA DI EMILIANO D'ORTENZIO E LUCA RUSSO

Par. 1 - Introduzione breve allo studio del tiro nella pallacanestro / Par. 2 - Lo studio della tecnica di tiro attraverso la video analisi / Par. 3 - Esempi di analisi e dati misurabili nello studio della tecnica di tiro / Bibliografia

CAPITOLO 10 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI NELLA GESTIONE DELLA PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI A CURA DI ALBERTO D'OVIDIO, CARLO CAVASINNI, BALEANI GREGORIO, CIULLO PAOLA E LUCA RUSSO

Par. 1 - Cenni sulle lesioni sportive / Par. 2 - Esempi ed epidemiologia degli infortuni nello sport: *Pallacanestro - Calcio - Tennis - Pallanuoto - Pallavolo - Rugby - Sci e snowboard* / Par. 3 - Esempi di analisi e dati misurabili: *Calcio giovanile - Pallavolo senior - Approfondimenti sui dati dinamici stima-*

ti dai dati cinematici / Par. 4 - Esempio di integrazione dei dati della video analisi e di altri dati per la valutazione funzionale Biomeccanica / Bibliografia

CAPITOLO 11 - ESEMPI DI VIDEO ANALISI NELLA MATCH ANALYSIS A CURA DI LUCA IATTARELLI, MATTEO VENDITTI, MICHELE CUSANNO, LUCA RUSSO

Par. 1 - Introduzione alla match analysis / Par. 2 - Usi e principi della match analysis / Par. 3 - Tipologie e metodiche di osservazione / Par. 4 - Sviluppo dei sistemi notazionali: *Diagrammi a dispersione - Tabelle di frequenza - Sistemi sequenziali* / Par. 5 - Come e perché viene utilizzata la match analysis / Par. 6 - Esempi di match analysis e dati misurabili / Bibliografia

CAPITOLO 12 - LA VIDEO MATCH ANALISI COME STRUMENTO DI VALUTAZIONE E DI MISURAZIONE DA INTEGRARE NEL PROCESSO DI ALLENAMENTO A CURA DI BRUNO RUSCELLO

Par. 1 - Aspetti chiave della misurazione e della statistica applicata al processo di allenamento: *misurare la prestazione sportiva - Il Sistema Internazionale di Misura - Gli strumenti di misura - Portata, sensibilità e prontezza - Trattare i dati di misura e trovare una sintesi statistica - Errori ed attendibilità - Stime di precisione e accuratezza - Quali informazioni può dare la statistica nel controllo e nella conduzione dell'allenamento?* / Par. 2 - Le possibili applicazioni della video match analysis riferite al processo di allenamento sportivo: *la match analysis ed il processo di allenamento sportivo - Definizioni di allenamento - Il controllo dell'allenamento sportivo - La video match analysis - Perché usare il video - Sistemi computerizzati di match analysis* / Par. 3 - Applicazioni future e sviluppi / Bibliografia

APPENDICI - NOTE, MISURAZIONI E SOLUZIONI PRATICHE DALLA LETTERATURA

- Appendice 1: Scala di utilizzo degli strumenti di valutazione Biomeccanica
- Appendice 2: Affidabilità delle misurazioni su treadmill
- Appendice 3: Conversione del carico tra leg press e smith machine sulla base dello sforzo percepito
- Appendice 4: Classificazione delle articolazioni

- Appendice 5: Sequenza schematica della contrazione muscolare scheletrica
- Appendice 6: Tipologia di fibre muscolari scheletriche e impulsi nervosi
- Appendice 7: Schema riassuntivo dei regimi di contrazione muscolare scheletrica
- Appendice 8: Lettura della relazione tensione-lunghezza
- Appendice 9: Angolo di pennazione della muscolatura scheletrica
- Appendice 10: Lettura della relazione tensione-tempo
- Appendice 11: Lettura del grafico di uno Squat Jump
- Appendice 12: Lettura del grafico di un Counter Movement Jump
- Appendice 13: Lettura del grafico di un Drop Jump
- Appendice 14: Lettura della relazione forza-velocità
- Appendice 15: Costruzione di un modello di prestazione
- Appendice 16: Catena cinetica, catene muscolari, catene di movimento

GLOSSARIO TECNICO – A-Z / RINGRAZIAMENTI

SdS - Scuola dello Sport Rivista di Cultura Sportiva anno XXXV n. 120 Gennaio - Marzo 2019



Sommario

Lo sport si racconta. Olimpiade 1900 Parigi. Saint Louis, ancora una kermesse
Gianni Bondini

Federazioni. Comitato Italiano Paralimpico, viaggio al centro del pianeta Cip
Gianni Bondini, Simone Corbetta

Imparare dagli errori. Apprendimento motorio, errori e correzioni. (Parte seconda)
Giorgio Visintin

Fisiologia dello sport. Ottimizzare il recupero a seguito di lesioni nello sport di vertice. Simulazione mentale del gesto sportivo
Claire Calmel

Biologia dello sport. Dormire per migliorare le prestazioni
Mathias Kleine-Möllhoff

Scienza dello sport. Le sensazioni durante lo sforzo-un processo complesso
Frédéric Grappe

Scienza dello sport. Lo sviluppo della forza. Note di Biologia
Renato Manno
Management dello sport. La valorizzazione del calcio femminile in Italia
Alessandro Colli

Sport giovanile scolastico. Promozione dell'educazione fisica nella scuola primaria. I Quaderni di Sport di Classe (Parte prima)
Paolo Seclì, Teresa Zompetti

SdS - Scuola dello Sport Rivista di Cultura Sportiva anno XXXV n. 121 Aprile - Giugno 2019

Sommario

Giganti dello sport. Eternik
Gianni Bondini, Michele Maffei

Olimpiade di Londra 1908 nel nome di Dorando Pietri
Gianni Bondini



Federazione Italiana Danza Sportiva. Ballando da uno sport all'altro
Gianni Bondini, Simone Corbetta

Il talento sportivo. Ricerca, abbandono, mantenimento
Matteo Bonato, Alberto Morini, Antonio La Torre, Francesca Vitali

Allenamento della forza nei giovani atleti agonisti. Suoi effetti nello sviluppo delle prestazioni
Melanie Lesinski, Thomas Mühlbauer, Olaf Prieske, Dirk Büsch, Albert Gollhofer, Christian Puta, David G. Behm, Urs Granacher

L'allenamento della forza Appunti su mezzi e metodi
Renato Manno

Infezioni nello sport agonistico
Britt Hornei

Applicazioni di sportterapia in riabilitazione cognitiva
Vincenzo D'Onofrio, Gennaro Gatto, Conte Selene, Spani Antonella

Disturbi alimentari negli atleti-un problema annoso
Di Marilou Ouellet, Johana Monthey-Blanc, Robert Pauzé, Caroline Poulin, Maud Bonanséa

Promozione dell'educazione fisica nella scuola primaria. I Quaderni di Sport di Classe (Parte seconda)
Paolo Seclì