

# **Crescita e maturazione di bambini ed adolescenti praticanti atletica leggera**

## ***Growth and maturation of child and adolescent track and field athlete***

**di Robert M. Malina**

*Supplemento di Atletica Studi 2006, pp. 464*

Si tratta di un lavoro di particolare consistenza, pubblicato in due lingue: italiano ed inglese. Le caratteristiche antropometriche e le modalità dinamiche di sviluppo di giovani praticanti atletica leggera in fase di crescita, quali di queste siano associate al valore della prestazione sportiva, quali e in che misura abbiano capacità predittive per le future prestazioni sono l'oggetto preminente della branca scientifica di cui questa opera di un autore di notevole prestigio a livello internazionale, Robert M. Malina, costituisce una pregevolissima summa. Un capitolo è dedicato ai principi e alle osservazioni finora acquisite sullo sviluppo e maturazione infantile e adolescenziale nella popolazione generale. Particolare attenzione viene rivolta alla adolescenza, per l'importanza che riveste nell'auxologia sportiva. La valutazione della composizione corporea - con particolare riguardo al problema della obesità e al rapporto fra obesità e sport - e la maturazione scheletrica sono messe ben in evidenza. Il testo contiene un gran quantità di dati, sotto forma di tabelle, sulle differenze della crescita nelle varie specialità dell'atletica leggera

### **Sommario**

Parte I – Quadro storico: 1.1 Studi su atleti di élite. 1.2 Studi su giovani atleti d'élite

Parte II – Principi di crescita e maturazione: 2.1 Concetti di crescita e maturazione. 2.2 Valutazione dello stato di crescita. 2.3 Valutazione del fisico – somatotipo. 2.4 Valutazione della composizione corporea. 2.5 Valutazione dello stato di maturità. 2.6 Modificazioni nelle dimensioni, proporzioni e composizione corporea. 2.7 Modificazioni nelle proporzioni corporee. 2.8 Il forte „spurt“ di crescita adolescenziale e la maturazione sessuale

Parte III – Crescita e stato di maturità di giovani atleti maschi praticanti atletica leggera: 3.1 Introduzione. 3.2 Atleti maschi praticanti atletica leggera. 3.3 Atlete praticanti atletica leggera. 3.4 Variazione per specialità dell'atletica leggera ed etnia.

Parte IV – Discussione. 4.1 Atleti maschi praticanti atletica leggera – Sintesi. 4.2 Atlete praticanti atletica leggera – Sintesi. 4.3 Variazione etnica tra gli atleti praticanti gare di pista. 4.4 Identificazione, selezione, sviluppo del talento. 4.5 Allenamento per lo sport, crescita e maturazione