

HAMRIN
RACCONTA



COME SI IMPARA A GIOCARRE AL CALCIO

La prima volta che vidi un campo di calcio avevo 5 e no cinque-sett'anni. Ricordo che mio padre, nel 1939-40, la domenica mattina mi portava sulla collina della bicicletta e mi portava con sé. Mio padre, quando era giovane, giocava al calcio. Non era un campione, era solo uno dei tanti ai quali piace giocare per divertimento. Giocava nel "Maria Sport Club" di Stoccolma, una squadra di promozione che partecipava ancora ai campionati "Amatori". Finita la partita, mi rimontava sulla bicicletta e pedalando mi spiegava le ragioni per cui la sua squadra aveva vinto o perso.

Posso quindi dire di essere "figlio d'arte" ed è per questo che mio figlio Piero lo porta quasi sempre con me allo stadio. Per giocare al calcio bisogna appassionarsi, bisogna cioè conoscere l'ambiente e soprattutto amare lo sport. Una passione questa che, appunto, bisogna assimilare fin da ragazzi. In Svezia la maggioranza dei cittadini amano e praticano lo sport poiché hanno a disposizione attrezzature adeguate e fin dai primi anni di scuola vengono educati allo sport in un clima di sano agonismo. Infatti nel programma scolastico svedese da decine d'anni è prevista un'ora di ginnastica al giorno, diretta da istruttori qualificati con le attrezzature indispensabili per preparare seriamente gli allievi.



Ogni giorno, per mantenermi in forma, Hamrin esegue una serie di palleggi con entrambi i piedi e con la testa. Nella foto in alto: Piero Hamrin impara i primi esercizi col pallone sotto la guida del padre.

mio padre. Ogni primavera in questa cittadina vengono organizzati numerosi tornei calcistici fra società e riservati ai giovani. Queste squadre generalmente vengono allestite dai calciatori della prima squadra, i quali insegnano i primi movimenti: come si effettua uno stop, un tiro, un passaggio, come calciare il pallone. Quando un allievo dimostra di possedere certe qualità viene trasferito nella squadra preparata direttamente dall'allenatore in prima ed è a questo punto che l'allievo deve dimostrare la sua passione per lo sport poiché a dei tratti di sottoporsi a dei piccoli sacrifici. Infatti imparare i primi movimenti essenziali non è difficile, ma occorre dedicarsi con molta serietà e applicazione.

Le esercitazioni indispensabili per tutti, non solo per i ragazzi ma anche per i campioni già «arrivati», sono le stesse. Prima di disputare una partita di allenamento bisogna fare molta ginnastica e soprattutto molti esercizi con il pallone. Quando ero appena un ragazzino, mi facevano allenare con un pallone di gomma poiché ogni forma di rigidità e di forza deve essere eliminata. Il pallone, sia di gomma o di cuoio, deve essere trattato con delicatezza, con la massima cura per prendere confidenza. Raggiunto questo ci sentiremo più sicuri in tutto.

Il primo esercizio da imparare è quello di calciare il pallone da terra portandolo sul collo del piede. Per farlo occorre poggiare la pianta del piede sopra la sfera, eseguire una leggera rotazione in maniera da imprimere al pallone l'effetto indispensabile per farlo arrivare sul collo del piede. A questo punto i movimenti da eseguire sono diversi ma lo importante è riuscire a mantenere il pallone in equilibrio. Imparato questo, si potranno effettuare delle varianti che vanno dal palleggio vero e proprio, a colpirla mantenendola in aria e colpirla nuovamente con i due piedi lasciandola rimbalzare sul terreno. Raggiunta una certa confidenza col pallone, si potranno effettuare dei palleggi anche con la caviglia o camminando in avanti o all'indietro o lateralmente. Poi si potrà concludere il palleggio con un percorso serpegliante che si ottiene disponendo sul terreno alcuni oggetti oppure piantando asticelle di legno o di ferro.

Quest'ultimo esercizio è utile non solo per i difensori, ma anche per gli attaccanti poiché per liberarsi da avversario occorre fare una serie di palleggi, effettuando degli spostamenti sul terreno e tenendo il pallone ai piedi, compiere anche movimenti serpeglianti.

Dal palleggio con i piedi si passerà al palleggio con la testa. Basta un muro, si tiene il pallone con le mani e per poi riprenderlo con la fronte, colpirlo nuovamente inviandolo contro il muro. Il muro si può sfruttare anche per il palleggio di piede. È un esercizio utile poiché il pallone, nel rimbalzo, non effettua sem-

pre la stessa traiettoria. In questo modo ci abitueremo anche a seguire e a calcolare la velocità del pallone. E grazie a questi primi e rudimentali esercizi che un ragazzo impara a giocare al calcio. Ma non solo l'allievo ha bisogno di ripetere in continuità questo lavoro. Anche un calciatore professionista, per mantenersi in forma, deve ogni giorno scendere in campo e palleggiare con i piedi e con la testa. Gli sarà molto utile nelle partite. Ricordo sempre un polsegno con la nazionale svedese. Si giocava contro la Danimarca che in quel periodo aveva una difesa orlata e molto scattante. I compagni di linea, e so-

prattutto il «professor» Gren, mi effettuarono passaggi in continuità, ma il terzino o il mediano avversario mi anticipavano quasi sempre. Le poche volte che riuscivo a liberarmi di uno di loro mi ritrovavo quasi sempre nei pressi della bandierina del calcio d'angolo, una posizione del campo da dove si può solo effettuare un passaggio al centro e non certamente segnare una rete. Vero il metà del secondo tempo trovai il modo di liberarmi del mio «angelo custode», ma per smarcarmi avevo attraversato tutto il campo ed ero finito nel ruolo di ala sinistra. Gren, che mi aveva visto, al volo calciò nella mia direzione. Il pallone, carico d'effetto, cadde all'altezza della mia testa e, prima che il terzino mi anticipasse, saltai e sfiorai la sfera con la fronte quel tanto da deviarla sulla destra del campo e farla cadere 4-5 metri distante. Appena toccata terra, effettuai una finta sulla sinistra per poi consergere velocemente sulla destra. Il terzino, sbilanciandosi, finì a gambe levate. A gran velocità raggiunsi il pallone e avanzai in direzione dell'area avversaria. Lungo il percorso eutai il centro-mediano, ma appena entrato in area di rigore mi trovai la strada sbarrata dal portiere che aveva lasciato la porta. Senza tempo a pensarci, mi fermai, rotai la pianta del piede

destra sul pallone che finì sul collo del piede. Il portiere quando mi vide fermo, per evitare il gol, mi si tuffò sui piedi. Non appena lo vidi spiccare il salto mi alzai la sfera che finì all'altezza della mia testa. Il portiere danese, un giocatore dal fisico possente, mi urtò tanto da farmi cadere al suolo. Pur sbilanciato, riuscii però a colpire il pallone con la fronte e spedirlo in rete. Fu un gol spettacolare che poté realizzare perché da ragazzo ho imparato a palleggiare con i piedi e con la testa. Ho imparato cioè i primi movimenti indispensabili per giocare al calcio.

Kurt Hamrin

Le avventure di PIF



CIRCOLI DI AMICI

CLUB DEL PIONIERE DELL'UNITA' Il Club del Pioniere dell'Unità desidera corrispondere con altri circoli. Indirizzare al Club Pioniere dell'Unità, Enna, Sassoformino (Grosseto).

ISCRIVETEVI AL CLUB GIOVANI PIONIERI VERONESI Due ragazzi veronesi hanno deciso di fondare un circolo e invitano gli amici ad iscriversi. Il programma del Circolo è il seguente: tornei di dama, scacchi, ping-pong, modellismo; sport ed escursioni; dibattiti sul giornale e argomenti culturali. Per iscriversi, rivolgersi a Renzo Straganti, Via Porto Vescovo 10, Verona) o a Gianluigi Mantovanelli (Via Cesare Bettelani 15, Verona).

Amici di Verona, cosa ne pensate? A me l'idea sembra ottima. Spero di ricevere presto notizia che il circolo è stato che funziona a gonfie vele.

40 AMICI DEL CIRCOLO DI OSSO Il nostro circolo si chiama l'Amia del giovedì e la sede è nella sede di via dove ci riuniamo ogni domenica. Siamo in 40 e abbiamo eletto un direttivo per dirigere il circolo. Presidente Salvatore Lubina, Vice presidente Mario Spanu, Amministratore Vittorio Cacco. Con le offerte dei soci abbiamo comprato un pallone e ogni sabato giochiamo. Abbiamo anche acquistato un proiettore a manovella e la domenica proiettiamo del film (Salvatore Lubina, via Tissi, Ossi, Sassari).

Corrispondenza

ITALIA SONIA FILIPPI (via Giacometti 19, Livorno) prega gli amici del Pioniere di inviare cartoline dall'Italia e dall'Europa. COSTANTINO FERRARA (via Fosse Ardeatine 17/E, Frosinone) desidera corrispondere e scambiare francobolli con ragazze e ragazze straniere di anni.

LUIGINO RICCI (via Bahia 297, Lavezzola, Ravenna), di 15 anni, desidera corrispondere con coetanei. GIUSEPPE MELEPI (Via Colombo 7, Pistoia, Matera) desidera scambiare corrispondenza. GIANCARLO DAVITTI (Torrenieri Piandelasse, Siena) desidera corrispondere e scambiare cartoline con ragazze straniere. GEROLA ZELINDA BOCCA, 13 anni (Chivica, Messaggio - Mantova) desidera corrispondere in francese. ORONZO LUZZI (via Cesareo 38, Fusano, Brindisi) prega gli amici del Pioniere di inviargli una cartolina. DORA MICALE (Via Pietro Micca 2, Sassari), desidera corrispondere in italiano e in francese.

Cara Dora, molti amici sono in corrispondenza con ragazze straniere. Prova a scrivere agli indirizzi che pubblichiamo qui sotto.

UNIONE SOVIETICA IURA RUMIANZEV (ul. Pionerskaja 8, Kalinin, Unione Sovietica), di 16 anni, desidera corrispondere con coetanei italiani. Scrivere in italiano. TATIANA VASILENKO (gorod Ust-Kamenogorsk, Oblast' Novosibirsk, Unione Sovietica). Scrivetele anche in tedesco.

BOLLINO DA RITAGLIARE E APPLICARE SUL TAGLIANDO



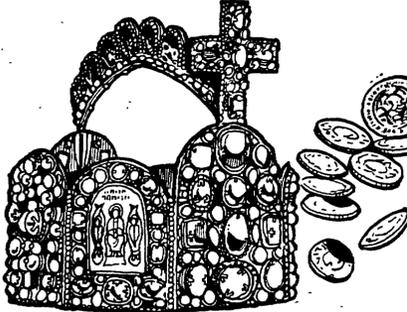
L'AVVENTUROSA STORIA DELL'UOMO

LA METALLURGIA

Alcuni metalli si trovano allo stato puro in natura; oro, argento, rame e anche ferro furono utilizzati già da tempi lontanissimi per farne ornamenti o altri piccoli oggetti. La metallurgia nacque assai più tardi, quando l'uomo scoprì che per mezzo del calore si potevano ottenere i metalli da alcuni minerali nei quali si trovavano combinati ad altre sostanze e imparò a fondere e a lavorare a caldo i metalli. Oro, argento, rame, ferro, piombo, stagno e mercurio erano già noti e usati nell'antichità. Note a largamente usate furono pure alcune leghe risultanti dall'unione di più metalli: il bronzo (lega di rame e stagno), la lega per saldare di stagno e piombo, l'ottone che si ottiene fondendo il rame con ossido di zinco. Durante il medioevo, gli incessanti tentativi degli alchimisti di trasformare i metalli in oro, portarono alla conoscenza di altri metalli di tutto sconosciuti o comunque non usati nell'antichità. Antimonio, bismuto e zinco vennero ad aggiungersi ai metalli conosciuti.



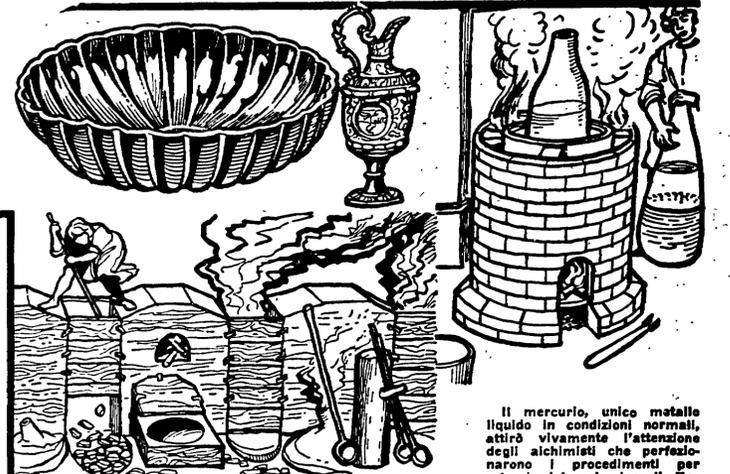
L'oro si trova allo stato puro in alcune rocce. Quando queste rocce vengono disgregate e trasportate a valle dalle acque e a poco a poco ridotte a sabbie, l'oro viene a trovarsi in esse (sabbie aurifere) sotto forma di granelli più o meno grandi, detti pepite. Per separare le pepite d'oro si fa scorrere in una serie di vaschette disposte a gradini dell'acqua sopra la sabbia aurifera; la sabbia che ha peso specifico inferiore è trascinata via e le pepite d'oro restano depositate sul fondo delle vaschette.



L'oro è un metallo piuttosto raro; per il suo aspetto è per il fatto di non alterarsi è stato sempre molto ricercato per farne oggetti d'ornamento e monete. L'argento, benché meno

raro e pregiato ebbe gli stessi usi. Molti oggetti d'oro e d'argento, conservati attraverso i secoli dimostrano l'abilità tecnica degli artigiani che li produssero e il loro raffinato gusto artistico.

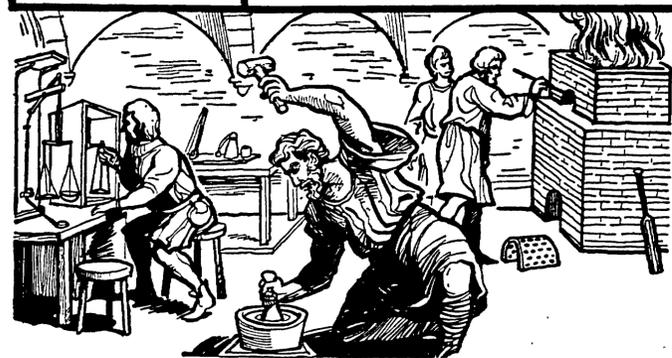
L'oro e l'argento furono anche usati largamente per fabbricare il vasellame per le tavole dei ricchi (non le posate che allora erano ancora sconosciute). Per il vasellame più modesto s'impiegò lo stagno, mentre la povera gente usava recipienti di terracotta e di legno.



Molto interessante per gli alchimisti che cercavano il segreto della trasformazione dei metalli apparve la proprietà del mercurio di formare con l'oro una speciale soluzione (amalgama) dalla quale per riscaldamento si può eliminare il mercurio liberando l'oro. Proprio questo metodo si usava per recuperare l'oro dagli oggetti dorati in disuso.

Gravi difficoltà presentò la preparazione dello zinco. Si tratta di un metallo che evapora facilmente e che facilmente si combina con l'ossigeno. Perciò, riscaldando i minerali contenenti zinco in forni aperti, a contatto dell'ossigeno dell'aria, non si otteneva mai il metallo ma una polvere bianca, formata da ossido di zinco (polvere che presto trovò impiego farmaceutico). Solo quando i minerali di zinco furono riscaldati in forni chiusi si ottenne il metallo puro.

Il mercurio, unico metallo liquido in condizioni normali, attirò vivamente l'attenzione degli alchimisti che perfezionarono i procedimenti per estrarlo dai suoi minerali. Fra i metodi più semplici vi era quello dell'arricchimento dei minerali; il mercurio evaporava e poteva essere raccolto.



Il valore dei metalli preziosi, l'importanza crescente della metallurgia e il grande sviluppo dell'industria mineraria, spinsero a perfezionare i metodi per «saggiare» come allora si diceva, metalli e minerali. Per stabilire la purezza di un metallo prezioso, per determinare la quantità di metallo contenuta in un minerale o per sapere di conseguenza se valesse la pena di scavare quel minerale dalle viscere della terra, furono studiati numerosi procedimenti. Furono molto perfezionate le bilance (e questo fatto ebbe poi grande importanza per lo sviluppo di tutta la chimica) e si costruirono piccoli forni nei quali eseguirsi fusioni in miniatura che permettesse di conoscere il rendimento in metallo di un minerale. Per il controllo della purezza dei metalli preziosi furono studiati numerosi procedimenti chimici.

(Continua)