



nuova CANOA RICERCA

Direttore

Luciano Buonfiglio

Direttore responsabile

Johnny Lazzarotto

Comitato di redazione

Andrea ARGIOLAS

Coordinatore di Redazione

Marco Guazzini

Direzione e Redazione

Federazione Italiana Canoa Kayak
"Nuova Canoa Ricerca"
Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma

Segreteria di redazione

Matteo LUCENTE

Numero 70

Aut. Trib. Roma n. 232/2006
del 8/6/2006

Fotocomposizione e stampa

MP CENTRO s.r.l.
Viale Battista Bardanzellu, 77N
00155 Roma

SOMMARIO

L'Angolo

di Andrea Argiolas

pag. 2

**Match Analysis:
proposta e verifica di un modello
di scout per la canoa polo**

Ingrid Lupi, Marco Guazzini, Massimo Chiti

pag. 3

L'inferiorità numerica

Rodolfo Vastola - Francesca Ciancio

pag. 15

INDICAZIONI PER GLI AUTORI

La rivista "Nuova Canoa Ricerca" è aperta a tutti i contributi (articoli, studi, ricerche, ecc.) che abbiano una certa rilevanza per la scienza e la cultura sportiva, con particolare riferimento alla sport della canoa.

Gli interessati possono inviare il materiale da pubblicare, via e-mail, a: centrostudi@federacanoa.it, oppure in forma cartacea o su supporto magnetico (CD, floppy disk) a: Nuova Canoa Ricerca, Federazione Italiana Canoa Kayak, Viale Tiziano 70, 00196 Roma.

Il testo deve essere riportato su un numero massimo di 20 cartelle, 25 righe, 60 battute, interlinea 1,5, formato "Word", max 30.000 caratteri. Le pagine devono essere numerate. Eventuali figure, grafici, foto, dovranno essere numerati e inseriti nel testo. L'articolo dovrà riportare Cognome, Nome e breve curriculum dell'autore.

L'articolo deve essere strutturato nel seguente modo:

- Abstract, max 20 righe (circa 1500 caratteri), comprendente lo scopo della ricerca, il metodo usato, il sommario dei risultati principali. Non deve comprendere le citazioni bibliografiche.
- Introduzione, natura e scopi del problema, principali pubblicazioni sull'argomento, metodo usato e risultati attesi dalla ricerca.
- Metodologia seguita: ipotesi, analisi e interpretazione dati, grafici, tabelle, figure, risultati.
- Conclusioni. Principali aspetti conclusivi, applicazioni teoriche e pratiche del lavoro.
- Bibliografia, solo degli autori citati nel testo con in ordine: Cognome, Nome, anno di pubblicazione, titolo, rivista, numero della rivista, pagine o casa editrice, città, se libro.

La pubblicazione è subordinata al giudizio del Comitato di Redazione.



L'ANGOLO

di *Andrea Argiolas**

Con questo numero, interamente dedicato alla Canoa Polo, ha inizio una nuova linea editoriale essenzialmente monografica che, così come già sporadicamente fatto in passato, sempre più caratterizzerà le prossime pubblicazioni. Attraverso questa impostazione, infatti, pensiamo sia più agevole garantire maggiori spazi e adeguati approfondimenti sui diversi aspetti tecnici e metodologici delle nostre discipline, piuttosto che la trattazione il più possibile esaustiva di temi o problematiche anche trasversali.

Per dare il via a questo nuovo corso, abbiamo scelto proprio la Specialità più giovane, quella che, anche per il fatto di essere un gioco sportivo, ha evidenti tratti di “freschezza e divertimento”. Peculiarità che sempre più dovrebbero caratterizzare le modalità di reclutamento in tutte le nostre discipline, in quanto funzionali a far tanti proseliti ed incontrare un ampio gradimento specialmente tra i più giovani. Mentre è ancora vivo il ricordo per il titolo europeo conquistato dalla nostra squadra maschile lo scorso anno ad Essen, volgere oggi interamente la nostra attenzione alla Canoa Polo assume l'ulteriore significato di plauso, di meritato riconoscimento ad un settore in costante crescita di numeri e risultati, ed ancora, in prospettiva dei prossimi mondiali di Milano, vuol essere il viatico affinché questo trend non conosca mai declino.

Dopo questa doverosa premessa, come di consueto, approfitto dello spazio concessomi, per fare alcune brevi considerazioni di carattere generale, che spero possano risultare utili a comprendere e superare le difficoltà purtroppo all'orizzonte. Infatti, come ampiamente prevedibile, la crisi da globale è diventata europea e pertanto anche, o forse soprattutto, italiana. E, per questo, non è da escludere un coinvolgimento diretto sul CONI e di riflesso sulla nostra Federazione.

Così, dopo alcuni anni in cui, per diversi motivi e con successo, eravamo riusciti a superare momenti di difficoltà finanziaria e dopo il pesante “avviso ai naviganti” (emanato dal CONI a tutte le federazioni e in vigore sin dall'inizio di quest'anno), che ci comprimeva le entrate del 20%, costringendoci a conseguenti tagli alle spese, oggi, ad allarme parzialmente rientrato, eccoci forse nuovamente nell'occhio del ciclone. Ma, come già detto e fatto in passato, in siffatte situazioni è assolutamente necessario correggere eventuali errori e poi ripartire con ancora maggiore slancio, però seguendo modelli di sviluppo diversi e capaci di modifiche strutturali. Infatti, da queste situazioni si esce prima e meglio senza deprimere le attività, ossia ottimizzando l'utilizzo delle risorse e rilanciando la crescita.

La crisi morde tutti i settori produttivi e di conseguenza colpisce ampi strati della società e per questo simili cambiamenti, difficilissimi sul piano generale, sono comunque non facili neanche in un ambito ristretto come quello sportivo e canoistico in particolare. Tuttavia, ne sono certo, si tratta di un percorso obbligato, una strada comunque da percorrere anche nel nostro piccolo, perché rinnovare e innovare si può e si deve e perché proprio da tanti piccoli mutamenti discende il grande cambiamento. Da sportivi avvezzi ad esercitare la fatica e la tenacia, non possiamo che crederci e provarci con tutto il nostro coraggio e la nostra determinazione.

Concludo usando una metafora che in qualche modo richiama la disciplina sportiva che ispira questo numero, infatti: piuttosto che invocare miracoli, facciamo squadra!!! Può essere altrettanto efficace.

*Consigliere responsabile Centro Studi, Ricerca e Formazione



Ingrid Lupi, Marco Guazzini, Massimo Chiti

MATCH ANALYSIS: PROPOSTA E VERIFICA DI UN MODELLO DI SCOUT PER LA CANOA POLO

ABSTRACT

Il presente articolo è una sintesi della Tesi di Laurea Specialistica in Scienza e Tecnica dello Sport, specializzazione canoa, discussa da Ingrid Lupi, presso l'Università degli Studi di Firenze, il giorno 18/10/2009 (Relatore: Prof. Marco Guazzini). L'articolo tratta l'argomento della match

analysis, nell'aspetto specifico delle tecniche di scouting nello sport della canoa polo, dove è scarsamente diffuso, partendo dalle affinità con altri sport di squadra, prevalentemente la pallacanestro, per arrivare alla proposta e verifica sul campo di modelli di scout individuali e di squadra.

INTRODUZIONE

La prestazione sportiva è sempre più intimamente legata alla ricerca dell'eccellenza, all'idea del campione e del migliore, alla necessità della prova. La diagnosi della prestazione, ovvero l'individuazione e definizione del livello di prestazione sportiva, attraverso l'osservazione sistematica del risultato dell'azione individuale e collettiva, trova quindi la sua applicazione in molte discipline. Affinché un'azione sportiva venga considerata una prestazione, si presuppone che essa corrisponda a criteri di qualità stabiliti o riconosciuti, cioè che venga considerata "buona" dagli interessati, o che la sua realizzazione sia collegata ad uno sforzo soggettivo.

La prestazione sportiva può essere inquadrata secondo: il metodo della misurazione attraverso unità di tempo, spazio, peso, quindi oggettivabili in modo assoluto; attraverso il superamento di un avversario; attraverso il raggiungimento di un bersaglio; o ancora, attraverso un riferimento ad una tabella di punteggi prefissata.

Le condizioni della prestazione sportiva possono essere personali (condizione fisica, tecnica di movimento, tattica), oppure impersonali (contesto sociale, materiale e attrezzatu-

re) ed il loro intersecarsi è fondamentale nel determinare il successo sportivo.

L'importanza della diagnosi della prestazione e della sua utilizzazione per la programmazione e l'ottimizzazione del processo di allenamento è attualmente riconosciuta da molti studiosi e allenatori ed è per questo che si è avuta una grossa diffusione ed evoluzione dei mezzi e dei metodi della diagnosi, soprattutto per gli sport ciclici individuali. Per quanto concerne gli sport di situazione, la diagnosi della prestazione assume un significato più complesso, data la natura stessa dell'oggetto di analisi. Infatti, la prestazione dell'atleta e della squadra dipende da più fattori e il tipo di gioco è caratterizzato da azioni sempre variabili ed imprevedibili.

Il fenomeno dello scouting, nasce nella pallanuoto, intorno al 1981 grazie all'allenatore Julio Velasco (Velasco, 1987) che inizialmente riporta su carta i dati riguardanti la ricezione e l'attacco della propria squadra, e quindi con l'ausilio di un altro allenatore, anche la battuta e il muro. Successivamente vennero sperimentati diversi metodi di valutazione arrivando ad impiegare due persone per avere gli scouts di tutti i fondamentali.



La tecnica dello scouting fece un grosso salto in avanti grazie alla possibilità di utilizzare il computer, che non solo consentiva ad una o più persone di elaborare tutti i dati, ma riusciva a completare l'informazione e a fornire dati durante lo svolgimento della partita (Data Volley 1985; Data Project, 1986. In: Cerciello, 1986). Ciò che per la prima volta si poteva vedere, dunque, era un sistema di rilevazione del dato agonistico attraverso una struttura informatica, che aveva come risultato la produzione di uno stampato che permetteva non solo di osservare una "fotografia", la più oggettiva possibile, di come si era svolta la partita, ma soprattutto consentiva di seguirla nel suo svolgimento, analizzando il rendimento di ogni singolo giocatore e della formazione nel suo insieme, al di là del dato puramente agonistico.

Lo scouting rese possibile quindi, la progettazione di veri e propri modelli di supporto alle possibili scelte dell'allenatore, che poteva impiegarle in maniera diversa a seconda che servissero per preparare l'allenamento, la partita o gestire in tempo reale l'evoluzione della gara.

Con le informazioni fornite dallo scout (e con la nascita di software sofisticati quali il Data Training) gli allenatori, potevano utilizzare un vero e proprio metodo di lavoro strutturato su due piani, individuale e di squadra:

- Avere dati oggettivi sul rendimento individuale per sapere su quali fondamentali ogni giocatore doveva lavorare maggiormente.
- Sapere con precisione quali erano i fondamentali più deboli della squadra, per programmare al meglio le sedute di allenamen-

to, integrandole con le carenze individuali. L'allenatore deve comunque sintetizzare in modo personale l'ampia gamma di dati registrati nel corso di partite e allenamenti, il tutto nella consapevolezza che questi strumenti, dai più semplici ai più complessi, non potranno mai sostituirlo nel momento della decisione che resterà sotto il suo completo giudizio e sotto la sua completa responsabilità.

Lo studio oggettivo del rendimento di ogni giocatore ci serve per rispondere al meglio al quesito che tutti si pongono dopo ogni partita. Senza l'oggettività dello scout non si può essere precisi nell'analisi e i diretti interessati, come i tecnici e i media, spesso sono imprecisi, cadendo nel vago o generalizzando. L'analisi dello scout ci permette di soffermarci su ogni dettaglio, tenendo conto di tutto ciò che è successo e non a limitarci a due o tre episodi spettacolari in un rendimento globale negativo della partita o viceversa.

Inoltre ciò implica anche un cambiamento di mentalità sportiva da parte dei giocatori, che saranno chiamati a lavorare con più oggettività, maggiore coinvolgimento e motivazione, nel processo del loro miglioramento individuale. La mentalità vincente del giocatore sarà quella di usare la propria consapevolezza dei punti deboli come motivazione di un costante miglioramento che gli permetterà di affrontare le difficoltà, supportati da allenatori altrettanto stimolati.

L'obiettivo della ricerca è stato ottenere indicazioni valide, relative alla diagnosi della prestazione tecnica e tattica dello sport Canoa Polo, in modo da realizzare una griglia funzionale per lo scouting individuale e di squadra.

Ricerca di un modello di scout per la canoa polo

Parallelismi e similitudini tattiche della canoa polo con altri sport di squadra

La Canoa Polo riprende per molti aspetti le caratteristiche relative al campo, i giocatori, gli obiettivi e soprattutto le strategie tecnico-

tattiche di due sport in particolare: il calcio a cinque e la pallacanestro. L'elemento che più li diversifica e li discosta è sicuramente l'ac-



qua e di conseguenza l'uso dell'imbarcazione, ma per molte altre particolarità si può parlare di parallelismo con questi due sport.

Entrambi, come la Canoa Polo sono sport di situazione in cui le azioni di gioco sono di elevata velocità e il contatto fisico è estremamente presente e soprattutto le qualità tecniche individuali, associate ad una o più strategie di gioco sono fondamentali per il raggiungimento degli obiettivi (Guazzini, 2000).

Come nella Canoa Polo, anche il Calcio a 5 e la Pallacanestro constano di cinque giocatori, che nella disposizione degli schemi di gioco, richiamano quella dei canoisti polo (Vastola, 2006), vedi attacco 1-4, difesa 1-2-2 e 1-3-1 nella pallacanestro, difesa 2-2 nel calcio a 5 (Molinuevo, 2007).

La pallacanestro si avvicina un po' di più per il coinvolgimento contemporaneo dei cinque giocatori, che nel Calcio a 5 è meno evidente. Nella Canoa Polo infatti, il portiere prende parte attivamente agli schemi offensivi avanzando rispetto alla zona di sua competenza e spesso capita che in un'azione di ritorno nella propria metà campo, non sia necessariamente il portiere di ruolo a trovarsi a difendere la porta, ma un qualunque altro compagno di squadra che si trova in posizione più vantaggiosa a parare i tiri degli avversari (Guazzini e Sizzi, 2008). Ritroviamo poi anche in queste due discipline le azioni di contropiede, di pressing e la distinzione nella marcatura a uomo e a zona, con o senza raddoppi, sebbene nella Canoa Polo le azioni siano molto più complesse e non abbiano limitazioni di tempo nello svolgimento, come invece accade per la Pallacanestro ed anche per la Pallanuoto.

Quello che forse risalta di più agli occhi è la stretta somiglianza che esiste con la Canoa Polo in entrambi gli sport, nei fondamentali tecnici sia individuali che collettivi. La gestione della palla nella Pallacanestro ricorda molto quella dei canoisti, cosicché ritroviamo i fondamentali tecnici del passaggio nelle diverse modalità:

frontale, laterale, a due mani, di gancio, di polso, dietro schiena, e le diverse tipologie di ricezione a una o due mani; i fondamentali del tiro: frontale a una mano, laterale a una mano, con gancio.

Nel Calcio a 5 la palla è gestita con i piedi, quindi la tecnica si discosta maggiormente, anche se la suddivisione dei ruoli ricorda molto quella della Canoa Polo, anche qui infatti esiste il ruolo del portiere, che tutto sommato partecipa attivamente alle azioni anche in attacco.

La tattica della Canoa Polo è piuttosto semplice, proprio per la presenza dell'acqua e dell'imbarcazione che limita nei movimenti rispetto agli altri sport. Nonostante questo ritroviamo gesti tattici comuni quali il blocco, il taglio, lo scalo, il velo. Come già detto in precedenza, le similitudini con la Pallanuoto si riscontrano quasi esclusivamente nell'attrezzo della palla, quindi nei gesti tecnici di gestione, passaggio e tiro e soprattutto nello specchio d'acqua quale campo di gioco, che rende anche questo sport complesso per la gestione del proprio corpo, delle azioni, dei compagni e del contenimento degli avversari, più ricco di "ostacoli".

Sebbene vi possano comunque essere alcune diversità legate all'acqua, all'imbarcazione, alla gestione della palla con i piedi o all'assenza del ruolo di portiere, possiamo considerare tutti i fondamentali tecnici individuali sia in attacco, che in difesa volti allo stesso obiettivo: la gestione della palla e la finalità del punto nella rete avversaria, tramite i passaggi, i tiri, le stoppate, gli intercetti, i rimbalzi, le palle recuperate, le palle perse, i falli individuali, i tiri liberi o rigori, i tiri in situazioni dinamica. Sono questi tutti elementi fondamentali per chi vuole prendere in considerazione il rendimento dei singoli giocatori, valutandone gli errori e le azioni positive all'interno di una competizione; e sarà proprio da questi principali gesti tecnici della disciplina sportiva che cercherò di strutturare una griglia necessaria alla realizzazione di uno scout.



Definizione del problema

In letteratura scientifica non esistono studi specifici riguardo alla creazione di uno scout per la Canoa Polo. Nel settore della formazione della Federazione Italiana Canoa Kayak, sono pochissimi i lavori (peraltro non pubblicati) sullo scout nella Canoa Polo, sotto forma di

tesine di esame Corso Istruttori di Canoa e Corso Allenatori Canoa Polo. L'unica esperienza di scout con squadre nazionali è stata fatta dall'allenatore Giacomo Amelotti, il quale ha utilizzato un modello di scout da lui stesso ideato (**Figura 1**), in occasione dei Campionati

Partita	ITALIA
Parziale I° tempo	
Risultato finale	

I° Tempo

N°	Nome	Palle perse	Palle rubate	Passaggi	Assist	Tiri stoppati	Tiri parati	Tiri fuori	Goal	Parate	Stoppate	Uomo

II° Tempo

N°	Nome	Palle perse	Palle rubate	Passaggi	Assist	Tiri stoppati	Tiri parati	Tiri fuori	Goal	Parate	Stoppate	Uomo

Figura 1 - Il modello di scout proposto da Giacomo Amelotti

Europei di Canoa Polo 2003 in Irlanda, in qualità di scout man, con le squadre Senior maschile (CT Donzelli); Under 21 maschile (CT Aprile); Senior femminile (CT Corazza).

Lo scout impiegato in quell'occasione si presenta molto semplice e piuttosto sintetico. Il foglio di lavoro presenta due griglie utilizzate per distinguere il primo e secondo tempo, in cui sono riportati nella prima colonna gli identificativi dei singoli giocatori e nelle colonne successive i fondamentali tecnici presi in considerazione. Per ogni fondamentale considerato veniva utilizzata una stanghetta, per cui, al termine dell'incontro, la loro somma determinava il totale di quel gesto tecnico. Sicuramente funzionale per

una visione globale dell'andamento della partita, ma forse poco dettagliato in quanto, a mio parere, carente di alcune voci essenziali, quali i falli commessi e subiti, contropiedi subiti e realizzati, ammonizioni ed espulsioni e soprattutto manca un riepilogo di squadra o individuale con eventuale totale e percentuali delle singole voci.

Probabilmente la scarsa conoscenza della Canoa Polo, legata alla sua giovane età, alla scarsa pratica, è la risposta alla non diffusione delle tecniche di scouting. Sicuramente a livello mediatico la sua diffusione non è facilitata, ma penso che anche la complessità del gioco, svolto in acqua, per mezzo di imbarcazioni, con un pallone, non rende il tutto più semplice.



Strutturazione di un modello di scout per la Canoa Polo

Nella pianificazione di uno scout si dovrà innanzitutto stabilire l'uso che se ne farà, la quantità dei dati necessari da conoscere e mettere a confronto, l'identificazione degli elementi che si ritiene sia importante rilevare.

Uno scout può essere ricchissimo di notizie, ma poco efficiente, perché dispersivo, è quindi importante saper scegliere cosa devo conoscere e cosa devono conoscere i giocatori per migliorarsi, partendo da semplici griglie con definiti gli obiettivi da rilevare. Partendo dai fondamentali tecnici della Canoa Polo ho preso proprio quegli elementi come riferimento alla valutazione individuale e sfruttando soprattutto le mie conoscenze in ambito cestistico, dove lo scout fa parte

della programmazione annuale ormai in quasi tutte le categorie, ho cercato di combinare tale bagaglio tecnico con l'esperienza che deriva dalla Pallacanestro (Figura 2). Per quest'ultima infatti, vengono spesso usati modelli cartacei apparentemente complessi, ma di facile ed immediata utilizzazione direttamente sul campo, in cui ogni giocatore della propria squadra, identificato da nome e numero di maglia, ha un suo personale spazio all'interno del foglio, dove vengono riportate le voci corrispondenti alle azioni di gioco, sia in attacco, che in difesa, nelle quali il giocatore è direttamente coinvolto, mediante i fondamentali o gli errori tecnici da lui eseguiti. Per la creazione del modello mi sono avvalsa

VS _____ LOCALITA' _____ DATA _____ 1Q _____ 2Q _____ 3Q _____ 4Q _____ S _____ S _____ PUNTEGGIO FINALE _____

RIMBALZI OFF CONCESSI
CONTROPIEDI FATTI
CONTROPIEDI SUBITI
PALLE RECUPERATE SQUADRA

[Grid for rebounds, fouls, and recovered balls]									
N°		N°		N°		N°		N°	
FALLI SUBITI		FALLI SUBITI		FALLI SUBITI		FALLI SUBITI		FALLI SUBITI	
1	E	1	E	1	E	1	E	1	E
2	U	2	U	2	U	2	U	2	U
3		3		3		3		3	
4		4		4		4		4	
5		5		5		5		5	
TT2	TT3	PS	TT	TT2	TT3	PS	TT	TT2	TT3
TT				TT				TT	
RO				RO				RO	
RD				RD				RD	
STF		STS		STF		STS		STF	
PP				PP				PP	
REC				REC				REC	
ASS				ASS				ASS	
TL				TL				TL	
N°		N°		N°		N°		N°	
FALLI SUBITI		FALLI SUBITI		FALLI SUBITI		FALLI SUBITI		FALLI SUBITI	
1	E	1	E	1	E	1	E	1	E
2	U	2	U	2	U	2	U	2	U
3		3		3		3		3	
4		4		4		4		4	
5		5		5		5		5	
TT2	TT3	PS	TT	TT2	TT3	PS	TT	TT2	TT3
TT				TT				TT	
RO				RO				RO	
RD				RD				RD	
STF		STS		STF		STS		STF	
PP				PP				PP	
REC				REC				REC	
ASS				ASS				ASS	
TL				TL				TL	

Figura 2 Esempio di modello di scout usato nella Pallacanestro



inoltre della collaborazione dell'allenatore e giocatore di Canoa Polo di serie A Chiti Massimo di Firenze, che ha dato un importante contributo tecnico allo sviluppo della problematica, in quanto mi ha ulteriormente indirizzato verso quelle che possono essere le esigenze conoscitive da parte di un allenatore, nelle attenzioni dei propri giocatori.

Combinando assieme le diverse fonti sono giunta alla stesura di due modelli, uno, individuale, improntato come stile grafico su quello della Pallacanestro, dove gli otto giocatori sono separati da una casella propria, munita di disegno dell'area di attacco, comprendente la porta, la linea dei 6 metri, il fondo campo e parte delle linee laterali; l'altro di squadra, più semplice, riassuntivo dei fondamentali tecnici suddivisi per fase offensiva e difensiva, in primo e secondo tempo (ed eventuali supplementari).

Il primo modello (Figura 3) è stato concepito

per la compilazione in tempo reale, per ogni fondamentale eseguito o errore commesso anche qui si usano delle stanghette, il cui numero è sommato e riassunto nel foglio di riepilogo. La presenza del disegno permette di distinguere immediatamente, oltre alla posizione, il tiro o il rigore realizzato mediante simboli distinti (vedi legenda); inoltre, per la compilazione dei dati è previsto l'utilizzo di due colori distinti tra il primo e secondo tempo, di modo da rendere immediata la distinzione tra i tempi di gioco. Il secondo modello invece (Figura 4), è da compilare successivamente, sulla base del primo e permette una visione globale del rendimento di squadra.

Rispetto al modello di Amelotti (Figura 1) sono state aggiunte delle voci riguardanti i fondamentali tecnici del contropiede, i falli, le ammonizioni e le espulsioni e soprattutto il disegno, permette una identificazione della posizione e

CANOA POLO SCOUT INDIVIDUALE <small>(Lupi, Guazzini, Chiti 2009)</small>	PERIODO		SQUADRA A:		SQUADRA B:		LOCALITA'	
	1°TEMPO		PT		PT			
	2°TEMPO		PT		PT			
	SUPPLEMENTARI		PT		PT		DATA	
	SUPPLEMENTARI		PT		PT			
GOAL SUBITI	N° GIOCATORE		N° GIOCATORE		N° GIOCATORE		N° GIOCATORE	
1°T								
2°T								
VERDE								
1°T	PP	PR	PP	PR	PP	PR	PP	PR
	PA	GL	PA	GL	PA	GL	PA	GL
2°T	TST		TST		TST		TST	
	TPA		TPA		TPA		TPA	
GIALLO								
1°T	STS	STF	STS	STF	STS	STF	STS	STF
	FS	FF	FS	FF	FS	FF	FS	FF
2°T	N° GIOCATORE		N° GIOCATORE		N° GIOCATORE		N° GIOCATORE	
ROSSO								
1°T								
2°T								
CONTROPIEDI								
	PA	GL	PA	GL	PA	GL	PA	GL
	TST		TST		TST		TST	
	TPA		TPA		TPA		TPA	
	TFR		TFR		TFR		TFR	
FATTI								
	STS	STF	STS	STF	STS	STF	STS	STF
	FS	FF	FS	FF	FS	FF	FS	FF

LEGENDA	
PP	PALLE PERSE
PR	PALLE RECUPERATE
PA	PARATE FATTE
GL	GOAL FATTI
TST	TIRI STOPPATI
TPA	TIRI PARATI
TFR	TIRI FUORI
STS	STOPPATE SUBITE
STF	STOPPATE FATTE
PT	PUNTI

SIMBOLI DISEGNO	
R	RIGORE SBAGLIATO
Ⓡ	RIGORE SEGNATO
●	TIRO SBAGLIATO
⊙	TIRO SEGNATO

Figura 3 Modello di scout individuale ideato per la Canoa Polo



GI. IT - POSILLIPO

Assistere a questo Torneo mi ha dato la possibilità di vedere competere squadre di un livello elevato, che mi hanno dato la conferma di come sia la tecnica, che la tattica, assumano un aspetto fondamentale nella Canoa Polo. Sicuramente il piano tattico è realizzabile solo su una base tecnica e condizionale adeguata, coinvolgendo anche aspetti cognitivi del soggetto. Nella Canoa Polo per la tattica le decisioni sono numerose e devono essere prese durante brevi lassi di tempo, rivestendo un ruolo centrale proprio per il carattere imprevedibile del gioco. Durante lo svolgimento del gioco ho notato che viene utilizzata soprattutto la difesa a zona, con prevalenza quasi assoluta del modulo 1-3-1, mentre la strategia in attacco si esplica con l'utilizzo di molti blocchi per far sì che un altro compagno in attacco arrivi a tirare senza pressione e con una parte di specchio di porta libero da pagaie e difensori. La velocità di gioco è molto elevata e, rispetto ad esempio alla Pallacanestro, diversi sono i fattori che la rendono tale:

- Non esistono time-out.
- I cambi sono volanti.
- Non ci sono limiti temporali per lo svolgimento delle azioni di attacco.
- Il tempo è a correre, salvo decisione di

Analisi e discussione dei risultati

La compilazione è stata piuttosto impegnativa soprattutto per la prima raccolta, ma già nell'ultima, l'acquisizione del meccanismo ha reso il lavoro più agevole. Questo aspetto già denota come l'esperienza e la pratica siano necessarie per svolgere il compito con maggior precisione e attendibilità. La suddetta velocità di gioco e assenza di pause per gli interventi arbitrali, ha reso necessaria una costante attenzione, soprattutto per l'assegnazione dei falli, che a differenza di altri sport, come nel caso specifico della Pallacanestro, non prevede alcuna segnalazione specifica

sospensione da parte dell'arbitro.

- La ripresa del gioco a seguito di un fallo (salvo che per le ammonizioni o le espulsioni) o di una rimessa da fuori è immediata e non prevede il tocco della palla da parte dell'arbitro.

Tutti questi elementi rendono il gioco molto dinamico e intenso, povero di tempi morti e, per una corretta analisi, si rende necessaria tanta esperienza e precisa attenzione. La registrazione delle partite infatti, mi ha permesso di rivedere gli incontri anche successivamente e, data la mia recente conoscenza in questo campo sportivo, mi è stato di supporto per l'applicazione degli scout.

Per ogni incontro preso in considerazione ho deciso di effettuare lo scout di una sola delle due squadre, ottenendo al termine quattro scout totali di quattro squadre distinte (FILA OROLOGI.IT e FIRENZE per le partite di qualificazione; PRAGA e POSILLIPO per le finali del Torneo).

Nella compilazione dello scout individuale, bisogna tener presente che la prestazione dei giocatori non è correlata al tempo effettivo di gioco dei singoli, in quanto, la modalità dei cambi volanti e la scarsa visibilità del cronometro da parte del pubblico, non mi permetteva di quantificare con esattezza i minuti giocati.

del giocatore al tavolo da parte dell'arbitro. Per la trascrizione delle altre voci invece, il procedimento è stato piuttosto immediato. Più o meno tutte le voci, salvo i rigori e alcune sanzioni di espulsione, sono state identificate durante il gioco; per alcuni giocatori maggiormente, per altri meno coinvolti nel gioco, in quantità minore. L'utilizzo del disegno della porzione del campo si è rivelato utile sia per la compilazione più rapida, che a fine partita, per una completa e semplice rilettura dei dati da riportare anche nel foglio di riepilogo (**Figura 5 e Figura 6**).



CANOA POLO SCOUT INDIVIDUALE (Lupi, Guazzini, Chiti 2009)		PERIODO		A: FILA OROLOGI	B: POSILLIPO	LOCALITA'	
1° TEMPO		PT	1	PT	2	TORNEO INTERNAZ. ANZOLA - BO -	
2° TEMPO		PT	2	PT	5	DATA	
SUPPLEMENTARI		PT		PT		13.09.2009	
SUPPLEMENTARI		PT		PT			
GOAL SUBITI		N° 9 POSILLIPO		N° 6 POSILLIPO		N° 2 POSILLIPO	
1° T		6		0		0	
2° T							
VERDE							
1° T		PP	PR	PP	PR	PP	PR
		PA	GL	PA	GL	PA	GL
2° T		TST		TST		TST	
		TPA		TPA		TPA	
GIALLO		TFR		TFR		TFR	
1° T		STS	STF	STS	STF	STS	STF
		FS	FF	FS	FF	FS	FF
2° T		N° 4 POSILLIPO		N° 5 POSILLIPO		N°	
ROSSO							
1° T							
2° T							
CONTROPIEDI		PP	PR	PP	PR	PP	PR
		PA	GL	PA	GL	PA	GL
FATTI		TST		TST		TST	
///		TPA		TPA		TPA	
SUBITI		TFR		TFR		TFR	
		STS	STF	STS	STF	STS	STF
		FS	FF	FS	FF	FS	FF

LEGENDA	
PP	PALLE PERSE
PR	PALLE RECUPERATE
PA	PARATE FATTE
GL	GOAL FATTI
TST	TIRI STOPPATI
TPA	TIRI PARATI
TFR	TIRI FUORI
STS	STOPPATE SUBITE
STF	STOPPATE FATTE
PT	PUNTI

SIMBOLI DISEGNO	
R	RIGORE SBAGLIATO
Ⓡ	RIGORE SEGNATO
●	TIRO SBAGLIATO
⊙	TIRO SEGNATO

Figura 5 Applicazione del modello individuale all'analisi del rendimento della squadra del Posillipo

CANOA POLO SCOUT DI SQUADRA (Lupi, Guazzini, Chiti 2009)	DATA	LUOGO	SQUADRA A	SQUADRA B	RISULTATO FINALE	CAMPIONATO
	13.09.09	ANZOLA (BO)	FILA OROLOGI	POSILLIPO	2 - 5	TORNEO INTERNAZ. COPPA ITALIA

ATTACCO	TIRI						PP	STS	CF	FS
	TST	TPA	TFR	RIG	GL	GL %				
1° TEMPO	2	2	0	0	2	33%	1	1	2	3
2° TEMPO	0	1	3	0	3	42,8%	1	0	1	3
1° T.S.										
2° T.S.										

NOTE			
LEGENDA			
TST	TIRI STOPPATI	PP	PALLE PERSE
TPA	TIRI PARATI	STS	STOPPATE SUBITE
TFR	TIRI FUORI	CF	CONTROPIEDI FATTI
RIG	RIGORI	FS	FALLI SUBITI
GL	GOAL	PR	PALLE RECUPERATE
STF	STOPPATE FATTE	CS	CONTROPIEDI SUBITI
FF	FALLI FATTI	PA	PARATE
GLS	GOAL SUBITI	GL%	REALIZZATI SUL TOTALE

DIFESA	PR	STF	CS	FF	PA	GLS	AMMONIZIONI		
							VERDE	GIALLO	ROSSO
1° TEMPO	3	1	0	3		1	1	0	0
2° TEMPO	4	4	2	5	4	1	0	0	0
1° T.S.									
2° T.S.									

Figura 6 Applicazione del modello di riepilogo all'analisi della squadra del Posillipo



La possibilità di utilizzare la telecamera dev'essere che mi ha facilitato molto il lavoro, permettendomi di arrestare le immagini e rivedere le azioni incerte. L'elevata velocità di gioco renderebbe una trascrizione in tempo reale molto impegnativa, da essere forse supportata da un collaboratore o comunque da un video, per permettere una rivisitazione della partita e la coincidenza dei dati reali con quelli riportati sullo scout. L'impiego di uno scout man e magari di un suo collaboratore ritengo possa essere molto utile, come utile può essere la ripresa video che, oltre a correg-

gere gli eventuali errori di compilazione, contribuisce ad un'analisi e discussione della partita anche con i giocatori stessi. La durata breve degli incontri rende sicuramente questa operazione più fattibile, anche dal punto di vista di concentrazione e permette, altresì di completare l'analisi dei movimenti, gesti tecnici o posizioni errate dei giocatori, nonché tutte le interazioni tenute con i compagni e con gli avversari. Non escluderei quindi affatto una sua applicazione in questo sport e la presenza quindi di una o più persone addette a tali operazioni di supporto allo staff tecnico.



CONCLUSIONI

La rilevazione statistica nasce dall'esigenza di stabilire dei parametri, il più oggettivi possibile, per la valutazione delle azioni di un singolo giocatore e di una squadra collettivamente, durante il gioco. Essa può essere definita come la trasformazione di un modello di prestazione in un dato matematico, per poter analizzare meglio il modello stesso e migliorarlo durante gli allenamenti.

L'allenatore, anche se di provata esperienza, durante lo svolgimento del gioco si ritrova nell'impossibile oggettività di avere una esatta cognizione di tutto ciò che accade in campo; si limiterà quindi ad osservare alcuni dettagli che in quel momento ritiene importanti, privilegiando la squadra nel suo insieme e confidando nella statistica per una visione particolareggiata di ogni fondamentale, giocatore per giocatore. Potrà quindi valutare a partita conclusa la prestazione della sua squadra.

Oggi giorno ci affidiamo molto alle statistiche dall'allenatore, ai giocatori, ai Media e sicuramente sono un valido apporto alla completa valutazione, ma è bene tener presente che la rilevazione statistica non è comunque infallibile! Non possiamo pretendere di spiegare tutto l'andamento di un incontro osservando semplicemente le statistiche. Esse sono da considerarsi uno *Strumento*, che dobbiamo essere in grado di creare, personalizzare ed utilizzare.

La statistica ci permette di conoscere, ma il

passaggio dalla conoscenza all'impiego di tale informazione può essere più o meno immediata durante la partita.

Esistono alcuni principali campi di applicazione in cui l'informazione statistica può essere trasformata in azione:

- L'allenamento.
- Il meeting tecnico.
- La partita.
- La verifica post-partita.

Saper trasferire e applicare i dati in tutti questi campi permette di apportare alla propria squadra un bagaglio sia tecnico che tattico per migliorarsi e per continuare a lavorare sui punti deboli e le lacune della propria squadra.

Per quanto riguarda il caso specifico della Canoa Polo, dall'esperienza diretta che ho avuto nell'applicazione dello scout, ritengo utile e comunque fattibile una sua applicazione. Per la peculiarità del gioco dinamico e per la relativa breve durata dei tempi delle partite, vedo più idonea forse una sua applicazione dopo l'evento, in qualità di verifica e di confronto con i giocatori, piuttosto che una sua applicazione in tempo reale, come sovente accade nella Pallavolo, oppure anche nella Pallacanestro durante le pause tra secondo e terzo quarto, dove la squadra abitualmente si ritira negli spogliatoi, avendo a disposizione un tempo sufficientemente lungo per analizzare il rendimento ottenuto fino a quel momento (Imbrogno, 2004).



BIBLIOGRAFIA

- Amelotti G. (2009) Comunicazione personale.
- Chiti M. (2009) Comunicazione personale.
- Cerciello P. (1986) Data Project: e l'informatica entrò nel grande Volley. In: Pallavolo.
- Guazzini M. (2000) L'allenamento del canoista evoluto: nuovi orientamenti, Edizioni Pegaso, Firenze.
- Guazzini M., Sizzi M. (2008) Canoa Polo: Dal modello di prestazione funzionale fisiologico all'organizzazione dell'allenamento, Nuova Canoa Ricerca, FICK, **65**: 21-32.
- Imbrogno R., (2004) Statistica e Pallacanestro, Comitato Nazionale Allenatori, FIP, Gennaio.
- Molinuevo J. S. (2007) Le azioni di gioco nel calcio a cinque, Analisi metodologica dei sistemi di gioco, Calzetti e Mariucci Editore.
- Vastola R. (2006) Canoa Polo: Dalla tecnica alla tattica. Nuova Canoa Ricerca, FICK, **60**: 3-17.
- Velasco J. (1987) Lo scout: importanza e utilizzazione, Centro Qualificazione Nazionale, Settore Sviluppo Tecnico, FIPAV.

Ingrid Lupi - Laureata in scienza e tecnica dello sport con specializzazione Canoa - Istruttore di Canoa Polo.

Marco Guazzini - Allenatore di 4° livello Europeo - Coordinatore tecnico didattico Centro Studi FICK.

Massimo Chiti - Allenatore di Canoa Polo. Allenatore squadra serie B, under 21, Juniores della Canottieri Comunali di Firenze.



L'INFERIORITÀ NUMERICA

INTRODUZIONE

L'obiettivo del lavoro di ricerca è fornire agli allenatori del settore specifico le conoscenze specifiche sulla didattica del gioco in inferiorità numerica nella canoa polo, presupposto indispensabile per l'apprendimento di situazioni tattiche di gioco più evolute.

Il termine tattica si collega ad un sistema di specifici piani di azione che sotto la spinta del raggiungimento del risultato agonistico e nel rispetto delle regole, cerca di superare supportare le azioni individuali e collettive della squadra. L'obiettivo della tattica è quindi di realizzare la prestazione ed il risultato sportivo in maniera ottimale, presupponendo preventivamente la definizione di un piano di impiego delle risorse sia tecniche che energetiche che si collegano all'ambiente, alle preparazioni, alle caratteristiche dell'avversario/i e dei compagni di squadra. Platanov riconosce tre concetti legati alla tattica: conoscenza, abilità e abitudine tattica. La conoscenza tattica è l'insieme delle nozioni disponibili sui mezzi, sulle forme tattiche, e sulle modalità di utilizzazione durante la gara. Le abilità tattiche sono caratteristiche che incidono sulla capacità prestativa dell'atleta nel riconoscere le intenzioni dell'avversario, prevedere lo sviluppo agonistico di una gara, modificare la propria condotta di gara in base alla variabilità delle situazioni ambientali. Le abitudini tattiche sono le azioni memorizzate sotto forma di combinazione di azioni singole e di gruppo. L'allenamento della tattica è di fondamentale importanza negli sport di situazione. L'allenatore dovrebbe quindi identificare all'interno dei micro cicli di lavoro procedure utili allo sviluppo di abilità tattiche, soprat-

tutto se queste sono legate ad abilità tecniche. E' quindi evidente uno stretto collegamento tra tattica e tecnica che richiede specifici protocolli di lavoro che si traducono in forme di allenamento finalizzate:

- All'approfondimento delle conoscenze, anche tramite la gara.
- All'apprendimento e al riconoscimento delle situazioni di gara e all'elaborazione di risposte adeguate.
- Allo sviluppo delle capacità decisionali.

La tattica, collegata ai processi di acquisizione tecnica è direttamente dipendente dalla qualità e dalla quantità delle esperienze di apprendimento e degli apprendimenti motori. Schmidt definiva gli apprendimenti in ambito motorio come una serie di cambiamenti dei processi interni che consentono al soggetto di eseguire compiti motori; l'esperienza di apprendimento è descritta invece come l'esercizio intenzionale focalizzato sull'apprendimento di abilità in situazioni specifiche nelle quali il soggetto cerca volontariamente di migliorare un movimento. Il processo di apprendimento è composto da tre stadi, una fase cognitiva, una motoria e una di automazione. Affinché una qualsiasi attività di movimento sia eseguibile bisogna comprenderla, associare le diverse parti di essa e ripeterla fino a che diventi facilmente ripetibile. L'interesse di questo lavoro di ricerca è focalizzato soprattutto sullo studio della fase cognitiva e di quella motoria allo scopo di orientare la didattica dell'allenamento verso quegli esercizi che tengono conto del carattere open skill della canoa polo, dell'ambiente imprevedibile di gioco, e che deve consenti-



re agli atleti di imparare a diversificare le proprie azioni in base alle situazioni.

In questa ricerca proponiamo esercizi come modelli esecutivi a carattere speciale riconoscibili come i presupposti su cui l'allenatore può inserire la didattica per l'apprendi-

mento di azioni di gioco più complesse. La modellizzazione degli esercizi nella ricerca sono stati l'effetto di una indagine osservativa di filmati riguardanti partite del campionato italiano e dei campionati del mondo e europei.

DEFINIZIONE DI INFERIORITÀ NUMERICA

Per inferiorità numerica si intende una condizione di gioco in cui la squadra non in possesso di palla deve difendere con un numero di giocatori minore rispetto alla squadra che ne ha il possesso.

Questa condizione si verifica nella canoa polo quando:

- la squadra non in possesso di palla decide di adottare come tattica difensiva il gioco a zona (portiere in porta).
- la squadra non in possesso di palla subisce

un contropiede

- uno dei giocatori subisce un'espulsione temporanea o definitiva.

Nei principianti è evidente la difficoltà nella gestione di tale situazioni, dovuta principalmente a problemi di cognizione della propria posizione rispetto al campo e agli avversari.

Da qui in avanti si proporranno una serie di esercizi didattici utili all'insegnamento della gestione della inferiorità numerica.

LA DIFESA A ZONA

La zona è una tattica difensiva che consente di gestire l'inferiorità numerica, lasciando libero, ovvero senza marcatura, il giocatore della squadra in possesso di palla più lontano rispetto ai due riferimenti principali, ovvero la palla e la porta. Nella canoa polo l'inferiorità numerica è elemento ricorrente, dato che in una normale situazione di gioco si difende con quattro difensori contro cinque attaccanti.

Gli esercizi che vado di qui a proporre pre-

suppongono il possesso di palla da parte di un gruppo di giocatori o di una squadra. Le soluzioni suggerite hanno come finalità quella di migliorare la capacità di posizionamento dei giocatori rispetto agli avversari.

I primi esercizi, a carattere speciale, sono eseguiti da un numero minimo di giocatori; nel proseguo del lavoro aumenterà la complessità e il numero di giocatori coinvolti fino ad arrivare ad una simulazione specifica di gioco.

a) Didattica dei movimenti difensivi: 2 attaccanti contro 1 difensore.

All'esercizio partecipano tre giocatori, due attaccanti in possesso di palla e un difensore. L'esercitazione ha inizio con i tre giocatori posizionati sulla linea di fondo del campo di gioco, le canoe sono direzionate verso la linea di fondo opposta. Il difensore deve trovarsi a inizio esercizio in posizione mediana rispetto ai due attaccanti (Fig.1).

Il primo obiettivo del difensore è quello di con-

trollare gli attaccanti fino all'area dei 6 metri opposta a quella di partenza. Intendiamo per controllare quei movimenti che consentono al difensore di trovarsi posizionato sempre sull'attaccante più avanzato o, se due procedono alla stessa velocità, tra i due attaccanti. Questo presupposto è necessario perché arrivati in prossimità della porta in cui devono segnare, gli attaccanti dovranno convergere verso essa

per avere la possibilità di poter effettuare un tiro più sicuro. Questa è la condizione in cui il difensore è maggiormente facilitato, in quanto diminuisce la distanza tra gli attaccanti. Distinguiamo quindi due fasi dell'esercizio

relative alla zona di campo in cui si svolge l'azione. La prima fase che va dalla linea di fondo fino a una distanza di 6-8 m dalla porta del difensore, la seconda nella area dei 6 metri della difesa.

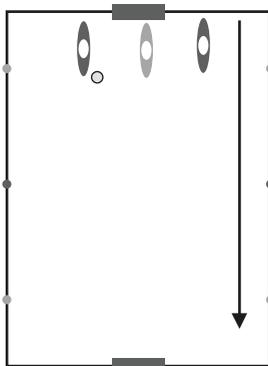


Figura 1

Prima fase

Possono verificarsi due situazioni a seconda della posizione degli attaccanti nel campo:

1) Gli attaccanti avanzano parallelamente ad uguale velocità, il difensore in questo caso prova a recuperare la palla cercando di intercettarla con la pagaia o con le mani, muovendosi tra i due attaccanti e mantenendo una direzione di avanzamento simile a quella degli avversari. Il difensore deve evitare di avere una direzione perpen-

dicolare agli attaccanti perché rischierebbe di essere superato.

2) Uno dei due attaccanti è più vicino alla porta avversaria (Fig.2). In questo caso il difensore dovrà marcare il giocatore più avanzato. Nel caso in cui si dovesse verificare un passaggio sbagliato, il difensore potrà valutare di lasciare libero il giocatore più vicino alla porta, attuando una marcatura a pressing (uno contro uno) contro il

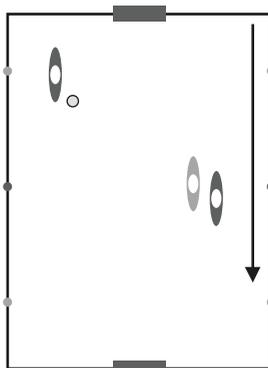
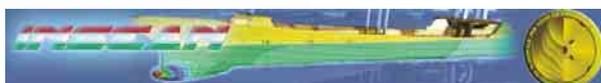


Figura 2



Insieme per Vincere

Main Sponsor



ITALIANA
assicurazioni



Sponsor Tecnico

CarbolineXX.it



Partner Ufficiale



Media Partner

ATLETICOM.IT

Marketing Partner



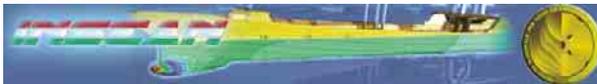
www.federcanoa.it





Insieme per Vincere

Main Sponsor



ITALIANA
assicurazioni



Sponsor Tecnico

CarbolineXX.it



Partner Ufficiale



Media Partner

ATLETICOM.IT

Marketing Partner



www.federcanoa.it





giocatore che è in recupero di palla. Questa possibilità può essere applicata quando il giocatore in recupero della palla è con il

kayak in direzione opposta a quella di avanzamento, e quindi il giocatore è di spalle alla porta e al compagno.

Seconda fase

Il difensore nella seconda fase può decidere di:

1. Posizionarsi in porta, assumendo il ruolo di portiere.
2. Spostarsi, retro pagaiando (Fig. 3), verso il giocatore in possesso di palla coprendo con la pagaia l'eventuale tiro

in porta o il passaggio verso l'altro attaccante. La posizione di spalle rispetto al giocatore in possesso di palla gli consente di spostarsi frontalmente verso l'altro attaccante nell'eventualità di un passaggio.

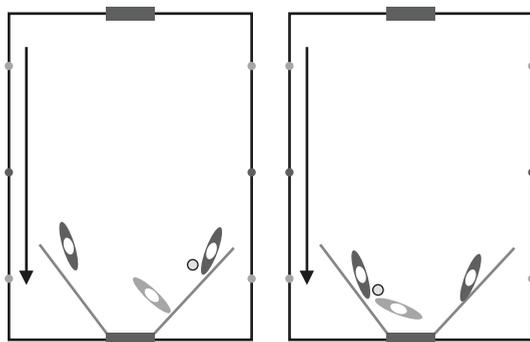


Figura 3

Regola fondamentale della inferiorità numerica: il difensore deve marcare sempre il giocatore più avanzato, ossia l'attaccante che sia più vicino alla porta in cui deve segnare, anche se questo non è in possesso di palla (fig. 2)

b) Didattica dei movimenti difensivi: 3 attaccanti contro 2 difensori

All'esercizio partecipano cinque giocatori, tre attaccanti, in possesso di palla e due difensori (Fig. 4). Definiamo attaccanti esterni quei giocatori più vicini alle linee laterali del campo, mentre per centrale l'attaccante posto in posizione mediale rispetto i due esterni.

L'esercizio parte dalla linea di fondo, le canoe sono dirette verso la linea di fondo opposta, i difensori sono posizionati tra gli attaccanti, ognuno tra una coppia, ed hanno la stessa direzione di avanzamento.

Le situazioni di gioco che si possono verifi-

care sono:

- 1) I tre attaccanti avanzano mantenendo la stessa distanza rispetto alla porta in cui devono segnare. In questo caso i difensori si comportano come nel caso (a). Ogni difensore dovrà marcare l'attaccante posto al centro e il rispettivo giocatore esterno. Se la palla è in possesso di uno dei due attaccanti esterni (Fig. 5), il difensore di quel lato opera la marcatura su quel giocatore mentre l'altro difensore si sposta sul centrale e viceversa.

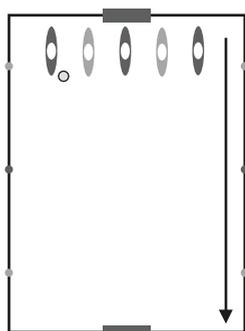


Figura 4

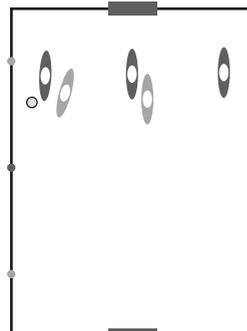


Figura 5

- 2) Uno dei due attaccanti esterni ha una posizione più avanzata rispetto l'attaccante centrale e l'altro esterno. In questo caso un difensore deve marcare l'attaccante esterno più avanzato, l'altro dovrà posizionarsi tra il centrale e l'esterno che hanno una posizione più arretrata, effettuando una marcatura come nel caso (a) .
- 3) Due attaccanti sono più avanzati e il terzo più arretrato rispetto alla linea di fondo offensiva. In questo caso i due difensori marcano i giocatori più vicini alla porta che devono difendere.
- 4) Gli attaccanti esterni sono in posizione più avanzata rispetto all'attaccante centrale (Fig.6).

In questo caso i difensori possono: marcare i giocatori più avanzati (3 caso) oppure

eeguire degli spostamenti di diagonale e incrocio per recuperare il pallone. Esaminiamo quest'ultimo caso. Il movimento ha inizio quando l'attaccante centrale avanza portando la palla. Il difensore più lontano dal portatore, convergerà verso il centrale lasciando libero l'esterno che marcava, contemporaneamente l'altro difensore deve spostarsi chiudendo l'avanzamento dell'esterno lasciato libero. Il difensore che ha iniziato il movimento, nel caso in cui il pallone non sia stato recuperato, si sposterà sul giocatore esterno lasciato libero dal compagno. Il movimento di incrocio è iniziato dal giocatore più lontano dall'attaccante centrale, così che la diagonale dell'altro difensore nel momento del cambio sarà più breve.

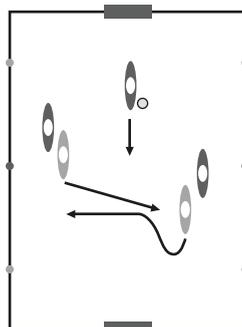


Figura 6



c) Didattica dei movimenti difensivi: 2 attaccanti contro 1

Il prossimo esercizio ha come finalità quella di inserire la tecnica della stoppata del tiro con la pagaia in movimenti difensivi in inferiorità numerica.

Il difensore si posiziona a una distanza di 4m dalla propria porta.

Gli attaccanti sono fermi. Il primo in posizione di 30° rispetto la linea di fondo, il secondo di 45°. I due attaccanti tireranno in porta alternandosi. Il primo giocatore a tirare è l'attaccante più vicino alla porta.

Il difensore:

1. dispone il kayak in maniera tale che il proprio pozzetto sia all'altezza della punta della canoa dell'attaccante più lontano.

Quando il tecnico dà il via all'esercizio il difensore recupera la posizione sull'attaccante arretrato che esegue il primo tiro effettuando una retropagaiata. Il difensore copre lo specchio della porta alzando la pala della pagaia più vicina al tiratore, sia perché è in ritardo sul tiro sia per la posizione che occupa l'attaccante, che ha uno specchio di porta ridotto.

2. si muove verso l'attaccante a 45° che effettua il tiro successivo, copre lo specchio della porta alzando la pala della pagaia più lontana dal tiratore. L'esercizio si completa quando entrambi i giocatori hanno effettuato 10 tiri complessivi

d) Didattica dei movimenti offensivi e difensivi: 3 attaccanti contro 2 difensori

Questo esercizio consente ai giocatori principianti di comprendere i movimenti di base previsti nella difesa a zona, i tempi di movimento e le posizioni in campo da tenere.

I difensori sono posizionati davanti la porta uno a destra e uno a sinistra del portiere a una distanza di 3 m dalla linea di fondo e di almeno 2m tra loro (Fig. 7). L'esercizio prevede l'utilizzo di un terzo difensore che svolge il ruolo del portiere.

Gli attaccanti sono invece a una distanza di 12, 15 metri dalla linea di fondo. I due attac-

canti esterni sono posizionati con il kayak con una traiettoria di 45° rispetto la linea di fondo, a destra e a sinistra del campo e il terzo attaccante al centro in posizione mediana e arretrata rispetto agli altri due.

Sono chiamate 1, 2, 3 le posizioni degli attaccanti-portatori di palla, a seconda di dove cominciano il movimento. 1 è la posizione del giocatore a 45° da cui inizia l'azione, con 2 indichiamo la posizione del giocatore al centro, infine 3 è la posizione dell'attaccante a 45° dal lato opposto.

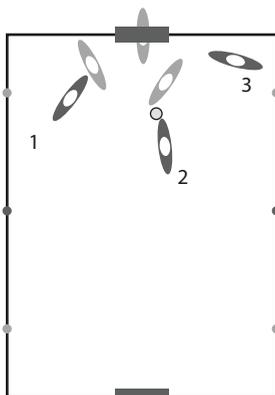


Figura 7

Il Gioco a Scalare o “Piatto”

Di seguito è riportata la didattica del gioco “gioco a scalare” o “piatto”. Questo movimento rappresenta il fondamentale di gran parte dei movimenti tattici offensivi nella canoa polo. L’obiettivo del piatto è quello di consentire ai giocatori che partono posizione 2 o 3 di effettuare un tiro senza marcatura. Il movimento ha inizio da uno dei 45°. La caratteristica di questo movimento è che i tre attaccanti iniziano il movimento in maniera temporalmente sfalsata ed in successione, da posizione 1 verso 2 per finire a 3. Il gioco inizia su uno dei 45°, immaginiamo quello di sinistra. Il giocatore porterà palla, o la riceverà, muovendosi verso il primo palo¹, quando è quasi a contatto con il difensore più vicino o quando esso si sposta, l’attaccante passerà la palla al giocatore che è partito da posizione 2. La seconda entrata deve avere come direzione lo spazio d’acqua tra i due difensori. Il difensore esterno di destra (rispetto alla direzione di attacco), dovrà quindi chiudere lo spazio con il kayak in cui è direzionata la seconda entrata.

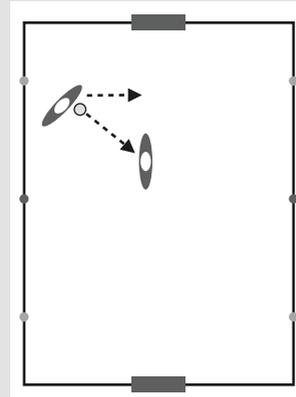
Le possibilità che ha l’attaccante partito da posizione 2 sono:

- tirare in porta se il difensore è in ritardo
- passare la palla al giocatore partito da posizione 3 se il difensore di destra gli chiude lo spazio lasciando libero parte della sua zona difensiva, e consentendo a 3 un tiro facile.

I movimenti dei difensori in una difesa a zona in una situazione di 3 attaccanti contro 2 difensori sono i seguenti:

- Il primo difensore chiude la traiettoria di avanzamento della prima entrata con la parte posteriore della canoa. Il difensore deve essere, inoltre, pronto a spostarsi rapi-

Una delle caratteristiche di questo sistema offensivo è che i passaggi tra gli attaccanti sono in diagonale in direzione opposta a quella di avanzamento. Minore è l’intervallo di tempo tra una partenza e l’altra dei portatori e più la direzione del passaggio da obliqua



diventa parallela. È quest’ultima una situazione di passaggio al “limite”, nella quale aumentano le probabilità di intercetto da parte dell’avversario e, allo stesso tempo dell’attaccante di trovarsi in una situazione pericolosa. Giocatori esperti tenderanno a giocare a limite dovendosi confrontare con difensori esperti.

È importante ricordare che in seguito al passaggio il giocatore partito da posizione 1 dovrà posizionare la canoa in posizione di copertura difensiva.

damente sulla seconda entrata.

- Il secondo difensore si posiziona quasi centralmente chiudendo la seconda entrata e pronto a spostarsi sulla terza. La punta del suo kayak è rivolta verso la seconda e chiuderà in retro pagaiata la terza. Nel caso in cui l’attaccante partito da posizio-

¹ Per primo palo si intende il palo della porta più vicino all’attaccante. Per secondo il palo della porta più lontano dall’attaccante.



ne 3 sia distante dalla linea di fondo, il secondo difensore può decidere di marcarlo direzionando il suo kayak non più verso posizione 2 ma verso 3. Controllando la seconda entrata e pronto a spostarsi su 3

(Fig.8).

In ogni caso quando la palla si sposta dalla prima alla seconda entrata il primo difensore si sposterà sulla seconda e il secondo andrà a chiudere la terza².

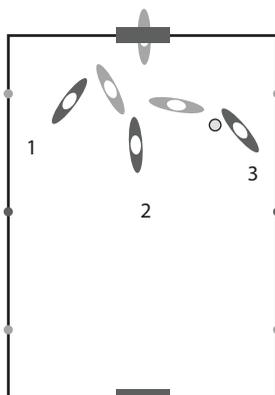


Figura 8

Considerazioni

È giusto fare delle brevi considerazioni riguardanti il movimento dei difensori. Trovandosi in una situazione di inferiorità numerica i difensori devono comprendere e anticipare le intenzioni degli avversari. In questa situazione di gioco, l'anticipo consiste nello spostarsi rapidamente dal giocatore in possesso di palla a quello che la potrebbe ricevere.

È bene sottolineare che il primo difensore non si deve spostare troppo con l'obiettivo di fermare la prima entrata, maggiore infatti è la

distanza tra i due difensori più è difficile che il secondo difensore riesca a coprire la terza entrata. Altre difficoltà possono essere dovute alla abilità canoistica e di passaggio degli attaccanti, più ritarderanno il passaggio fino a portarlo al limite più costringeranno il difensore ad attendere su quella entrata e a ritardare lo spostamento verso le successive.

Questo movimento di spostamento simultaneo da un lato all'altro e viceversa della difesa dei giocatori difensivi viene definito di **rotazione o scalare**.

e) Didattica dei movimenti difensivi: 4 attaccanti contro 3 difensori

La modalità di esecuzione di questo esercizio è la stessa del precedente, con aumento dei giocatori. Le posizioni di partenza degli attaccanti diventano quattro (Fig.9).

Posizione 1: è la posizione che occupa il gio-

catore che si trova in prossimità del luogo adibito al tiro d'angolo. È il giocatore che si presuppone sia in possesso di palla ed incominci l'azione.

Posizione 2: è la posizione che occupa il gio-

² Il movimento dei difensori è dettato dal movimento della palla, la fase più pericolosa è quando la palla si trova in 2. In quel caso finché 1 non gira in copertura l'attenzione dei due difensori deve essere rivolta principalmente al centrale.

catore la cui direzione del kayak forma un angolo di 45° con la linea di fondo. La posizione 2 è nello stesso semicampo campo della 1. Posizione 3: è la posizione che occupa il giocatore che si trova in posizione mediana rispetto le linee laterali del campo e una

distanza di circa 12 m dalla porta. Se il livello dei giocatori offensivi è medio/buono si può immaginare di aver 1 posizione 3 speculare alla 2 (Fig.10).

Posizione 4: è la posizione che occupa il giocatore speculare alla posizione 1.

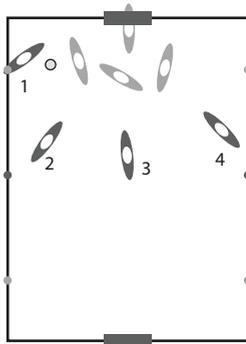


Figura 9

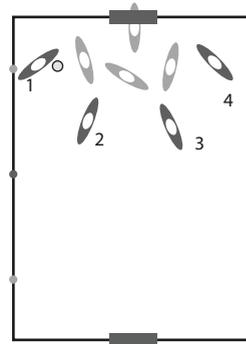


Figura 10

f) Didattica dei movimenti difensivi e offensivi: 2 attaccanti contro 1 difensore. Il blocco.

Si definisce blocco l'attività di un giocatore che è tesa escludere o limitare le possibilità di gioco dell'avversario. Nella canoa polo i blocchi sono prevalentemente utilizzati nelle tattiche di gioco offensive e servono a favorire il tiro degli attaccanti.

Il blocco solitamente viene fatto spostando con il proprio kayak quello dell'avversario in modo da permettere a un altro attaccante di

tirare senza difensore.

Il difensore perciò deve:

- evitare il blocco in modo da poter intervenire sull'attaccante che si appresta a tirare.
- oppure contrastarlo cercando di non farsi spostare mantenendo la posizione difensiva.

Di seguito è proposto un esempio di esercizio didattico utile per la gestione dei blocchi (Fig11).

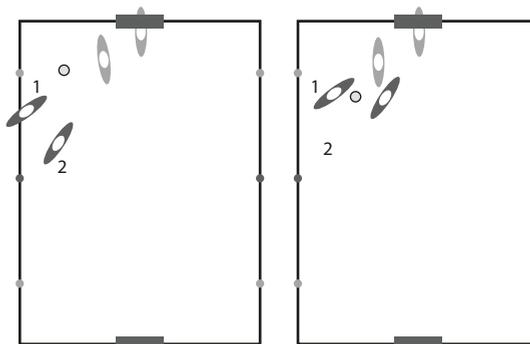


Figura 11



L'esercizio prevede l'utilizzo di 4 giocatori. Un portiere, due attaccanti 45° posizionati a una distanza di 10 metri dalla porta, e un difensore in posizione esterna.

L'esercizio ha inizio con uno dei due attaccanti che tenta di bloccare il difensore per consentire all'altro giocatore in possesso di palla di tirare in porta.

Lo scopo del difensore è quello di non farsi bloccare ed avere la possibilità di uscire sul movimento del giocatore con la palla che segue il blocco. Il difensore può evitare il blocco mettendo il proprio kayak sulla stessa traiettoria del giocatore preposto al blocco, non fornendogli così di fatto il lato del kayak. A seconda che il difensore riesce a evitare o meno il blocco si possono verificare le seguenti situazioni :

1° possibilità: il difensore evita il blocco

Il giocatore preposto al blocco si posiziona alla destra del difensore e dinanzi al portiere

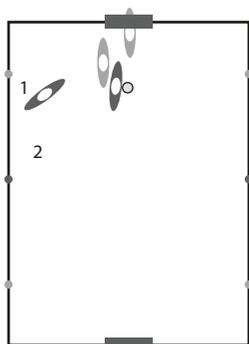


Figura 12

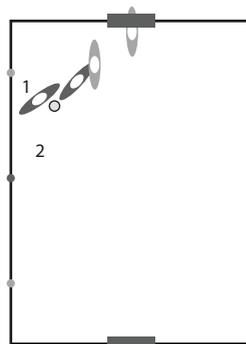


Figura 13

(assumendo la posizione che definiamo di pivot), il difensore deve:

1. se il giocatore in possesso di palla è distante, assumere una posizione tesa ad ostruirne l'avanzamento verso la porta, con la possibilità di intervenire sul pivot o se invece il movimento dell'attaccante è stato immediatamente successivo di impattarlo con la canoa;
2. essere pronto a stoppare il tiro o l'eventuale passaggio al pivot;
3. in caso di passaggio non intercettato al pivot si sposta verso di lui e copre la porta con la pagaia per stoppare l'eventuale tiro (Fig. 12).

2° possibilità: il difensore non evita il blocco. Il difensore deve:

1. contrastare il blocco, non perdendo la sua posizione di copertura della porta (fig13);
2. alzare la pagaia per intercettare l'eventuale tiro.

g) Didattica dei movimenti difensivi e offensivi: 2 attaccanti contro 1 difensore.

A differenza del precedente esercizio, il pivot è già nell'area dei 6 m della difesa, in posizione frontale rispetto al portiere (Fig.14). L'attaccante, portatore di palla, è un 45° sinistro: L'esercizio inizia con il 45° che passa il pallone al pivot e poi pagaia velocemente verso il primo palo. Il pivot può scegliere se tirare o se ripassare al portatore di palla.

Il difensore deve:

1. mantenere una posizione tra pivot e portiere, evitando di essere escluso dal lato destro da cui arriverà il portatore di palla;
2. marcare il pivot che successivamente alla ricezione del pallone potrebbe tirare in porta cercando di evitare che sia frontale alla porta e che ne abbia una buona visuale;

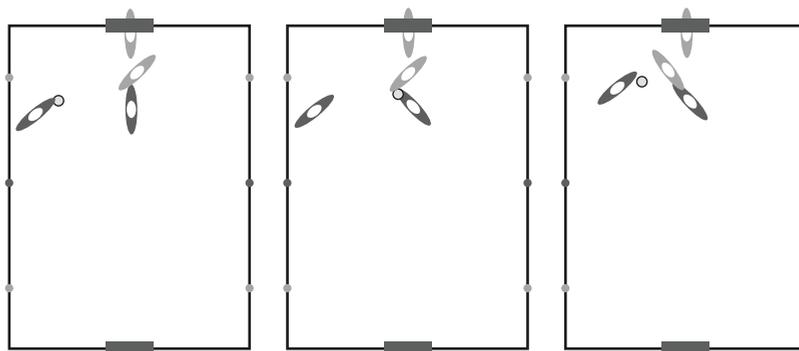


Figura 14

3. continuare la pressione una volta che il pivot ha ricevuto il pallone, pronto intercettare il tiro o il passaggio all'attaccante in entrata;
4. marcare il 45° in entrata, nel caso il pivot gli abbia restituito il pallone, spostandosi

verso di lui (possibilmente arretrando e mantenendo la punta del kayak in direzione del pivot) per impattarlo di canoa e poi alzare la pagaia per intercettare il tiro o il passaggio, e pronto ritornare sul pivot.

Errori ricorrenti

In questi esercizi base relativi alla difesa in inferiorità numerica, spesso si riscontrano errori tipici e ricorrenti nei principianti, su cui conviene soffermarsi sin dall'inizio:
Troppa attenzione alla posizione del pallone e al giocatore che ne ha il possesso, perdendo di vista la posizione dei giocatori coinvolti

nell'azione;
Prevalenza della marcatura di pagaia rispetto al pressing di canoa
Si eseguono pressioni di canoa sul pozzetto dell'avversario, anziché sullo scafo, commettendo fallo.



DIFESA A ZONA NELLA CANOA POLO

Per **difesa a zona** (Fig. 15) si intende quella tattica difensiva in cui ogni giocatore della squadra è responsabile di uno spazio, anche variabile, e all'interno del quale deve concentrare l'attenzione:

- sulla palla,
- sugli avversari e più specificamente sull'avversario che vi entra
- sulla collaborazione con i compagni
- sulla propria porta .

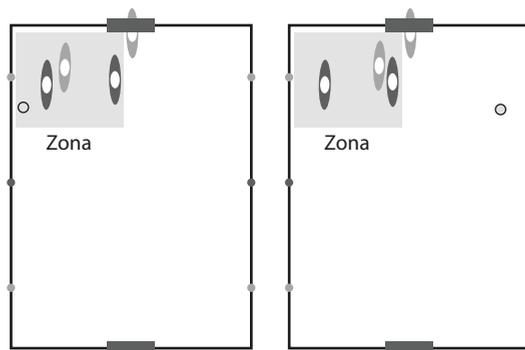


Figura 15

Le differenze tra il gioco a zona e quello a pressing sono:

- nel gioco a pressing il difensore ha come compito quello di seguire il proprio avversario in ogni parte del campo;
- nel gioco a zona il difensore è responsabile di una determinata parte del campo e la marcatura di un giocatore dipende dalla posizione della palla

La squadra si muove coralmemente in funzione della posizione del pallone.

Nella canoa polo l'inferiorità numerica è elemento ricorrente, dato che in una normale situazione di gioco si difende, come è stato detto in precedenza, con quattro difen-

sori contro cinque attaccanti. Il concetto di difesa a zona è portato a limite dato che in qualsiasi situazione di gioco ci sarà un giocatore della difesa che dovrà controllare almeno 2 giocatori della squadra avversaria. Le tattiche difensive devono consentire grazie a un "gioco" squadra ad ovviare a queste difficoltà. Nasce quindi l'esigenza di individuare delle situazioni base che facilitino il riconoscimento di situazioni simili in partita e consentano alla squadra di muoversi ad unisono. Tali situazioni base vanno ricreate durante le sessioni di preparazione, in modo da regolarle, ed allenare la squadra ad eseguirle.

Le tattiche difensive a zona nella canoa polo.

Nel proseguo del lavoro parleremo di due tattiche di difesa a zona, che rappresentano il fondamentale tattico di squadra e sulle quali si sviluppano strategie di gioco difensive più evolute.

Nella definizione del sistema di gioco utilizzeremo una particolare dizione che si riferisce alla posizione dei giocatori rispetto a zone longitudinali del campo parallele alla linea di fondo (Fig.16)

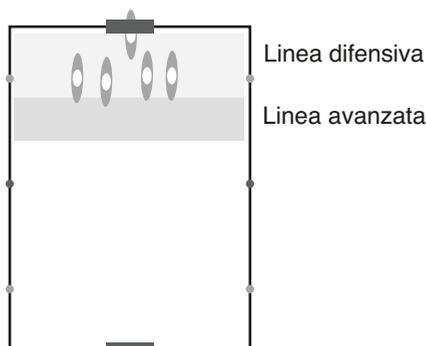


Figura 16

Definiamo:

- per linea del portiere lo spazio di gioco sotto la porta in cui il portiere si posiziona,
- per linea difensiva quella fascia di campo che è distante dalla porta dai 2m a 6m
- per linea avanzata la zona di campo che è distante più di 6m dalla porta

In base al numero di giocatori che difendono in ognuna di queste linee possiamo avere le seguenti difese:

1. 1-4
2. 1-3-1

Difesa a zona 1-4

Questo tipo di strategia difensiva la definiamo di posizione, in quanto lo scopo di ciascun difensore è quello di mantenere la propria posizione all'interno della linea difensiva.

La difesa 1-4 è molto semplice nella sua attuazione, e deve essere un passaggio obbligato nella didattica dei principianti, in quanto è una situazione strategica ricorrente anche se si utilizzano difese differenti.

Nella difesa a zona 1-4 abbiamo:

- 1 portiere
- 4 difensori sulla linea difensiva (esterno destro, centrale destro, centrale sinistro, esterno sinistro)
- Nessun giocatore nella linea avanzata

La difesa 1-4 consente di :

I giocatori a seconda della linea in cui operano assumono ruoli differenti.

Definiamo:

- Esterno, il difensore della linea difensiva che ha una posizione laterale (destro e sinistro).
- Centrale, il difensore o i difensori che ha o hanno una posizione mediale rispetto agli esterni.
- Avanzato il difensore che opera nella linea avanzata.

- Giocare con difensori principianti o con scarse abilità canoistiche.
- Compensare le abilità tecniche tramite altre qualità e capacità come il peso e la forza del singolo per evitare lo spostamento.
- Coprire facilmente lo spazio di porta.

Difficoltà

Il problema maggiore della difesa 1-4 è la mancanza di un "filtro" sulla linea avanzata (il difensore avanzato). Questa condizione determina, soprattutto contro squadre di alto livello, il problema di subire tiri dalla linea avanzata e di incursioni degli attaccanti negli spazi tra i giocatori della linea.

È importante perciò che le distanze tra i giocatori della difesa, cioè la distanza tra i



pozzetti dei giocatori (centrale – esterno, centrale – centrale), non mutino – aumentare o diminuire - considerevolmente durante lo sviluppo del gioco della squadra avversaria.

Mansioni dei giocatori esterni.

1. Devono mantenere costante la distanza con l'adiacente giocatore centrale,
2. Direzionare il proprio kayak a seconda della possibile strategia di attacco degli attaccanti³,
3. Evitare di farsi escludere con un blocco dalla propria zona di competenza

I centrali devono:

Difesa a zona 1-3-1

La difesa a zona 1-3-1 (Fig.17) è la maggiormente adoperata a livello nazionale ed internazionale. Il motivo di questo successo è dovuto al fatto che è una strategia difensi-

1. accorciare le distanze con gli esterni, quindi presidiare la zona del campo lasciata libera dall'esterno che si è mosso verso l'avversario. Lo stesso farà l'altro centrale verso il centrale che si è mosso e di conseguenza anche l'esterno opposto.
3. essere in una posizione che gli permette di coprire sempre gran parte dello specchio di porta.

L'1-4 è una difesa non molto utilizzata, come abbiamo detto in precedenza viene adottata di più da squadre composte da principianti.

va che si presta a differenti scopi, dalla possibilità di attuare una difesa di posizione a quella di passare a una difesa più aggressiva.

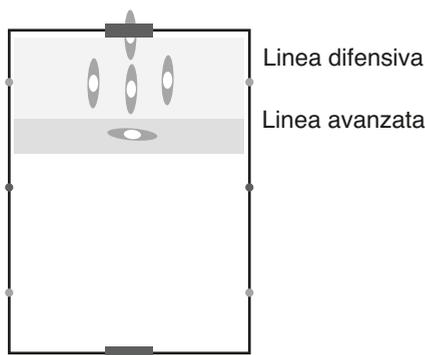


Figura 17

Nella difesa 1-3-1 abbiamo:

- 1 Portiere
- 3 difensori sulla linea difensiva (esterno destro, centrale, esterno sinistro)
- 1 giocatore avanzato sulla linea avanzata.

I pozzetti di Portiere, centrale e punta immaginiamo essere sulla stessa retta perpendicolare alla linea di fondo .

Come abbiamo già visto nella difesa 1-3-1 c'è

un difensore sulla linea avanzata, "avanzato". Il suo ruolo, insieme al centrale, è quello di pareggiare la superiorità numerica dell'attacco. A seconda del tipo di pressione che la squadra sceglie di adoperare, in dipendenza dell'avversario che si trova a fronteggiare, della situazione in cui le squadre che competono si trovano durante la partita (di svantaggio, vantaggio o pareggio) la difesa 1-3- può essere

³ E' il caso in cui l'esterno si trova a fronteggiare una prima entrata con il blocco dall'altro lato.

interpretata in maniera differente, abbiamo:

- 1-3-1 chiusa : se esterni e avanzato sono statici. Il contatto con gli attaccanti avviene a sei metri.

Regola fondamentale nella difesa 1-3-1 è che la distanza tra esterni e centrale, tra centrale e avanzato deve essere minima, circa 1 metro (Fig. 20)

- 1-3-1 di pressione: gli esterni sono più mobili, il centrale copre la zona di campo lasciata libera dall'esterno. L'avanzato in questo caso marca il giocatore più vicino all'attaccante pressato dall'esterno.

La pressione è un movimento che si esegue in caso di passaggio sbagliato o durante il tempo che la palla impiega ad arrivare da un attaccante a all'altro (palla in aria).

La differenza tra le due difese è data dal movimento degli esterni.

Se il giocatore in posizione 3 riceve un passaggio sbagliato, l'esterno a destra che deve avere anticipato e compreso il movimento della palla, lascia la sua posizione spostandosi su il giocatore in posizione 3 e lo pressa.

In una difesa chiusa difficilmente l'esterno realizza questo tipo di pressione (Fig.18). Nel caso in cui la dovesse effettuare l'avanzato si posiziona a coprire, rimanendo sulla linea avvan-

ta, le traiettorie di ingresso verso la zona di campo lasciata libera dall'esterno in pressione. Diversamente, nella difesa 1-3-1 di pressione, gli esterni aspettano il momento del passaggio sbagliato o palla in aria, per effettuare una pressione sul portatore di palla (Fig.19).

In questo caso l'avanzato va a marcare l'attaccante, probabilmente in posizione 2, più vicino al giocatore in possesso di palla pressato dall'esterno. L'obiettivo è di condurre all'errore di passaggio gli attaccanti, quindi l'avanzato in questa situazione si frapperà tra i due giocatori.

Le strategie di gioco offensivo, soprattutto quelle osservate durante le ultime manifestazioni internazionali, mirano a far aumentare le distanze tra i giocatori della difesa in modo avere traiettorie di ingresso libero verso la porta. Infatti le tattiche offensive basate unicamente sul blocco non sono più tanto risolutive, sia perché il regolamento pone un limite allo spostamento di un giocatore senza palla, sia perché le abilità tecniche in canoa sono sempre più elevate ed i giocatori sono difficilmente bloccabili. Più aumentano le distanze, più pericolosa diventa la situazione per la difesa perché si allargano gli spazi a vantaggio delle traiettorie di ingresso degli attaccanti. Anche la posizione dell'avanzato risulta fondamentale in quanto più è lontano dalla linea difensiva più saranno i metri necessari per l'eventuali entrate degli avversari.

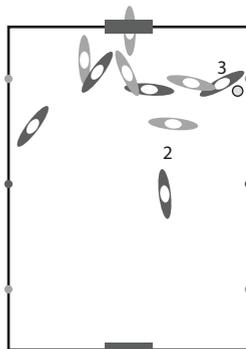


Figura 18

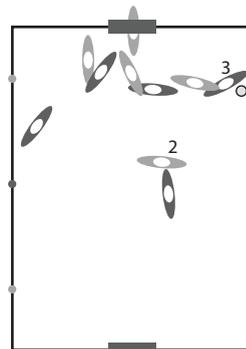


Figura 19



Movimenti comuni della difesa 1-4 e 1-3-1

Movimento della linea difensiva: rotazione o scalare.

Se un esterno difensivo si sposta verso un attaccante in possesso di palla, gli altri difensori della linea si devono spostare nella stessa direzione.

Per esempio supponiamo che la nostra squadra disposta secondo una tattica difensiva 1-3-1 si debba difendere da un attacco scalare o

“piatto” con tre portatori di palla e due giocatori che si impegnano nell’effettuare un blocco a destra. Il primo attaccante è intento a spostare l’esterno destro difensivo, l’altro bloccatore tra centrale e esterno con l’intenzione di escludere il centrale e cercando di assumere la posizione di pivot.

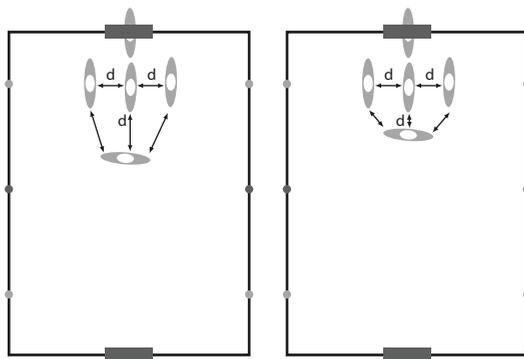


Figura 20

Abbiamo visto in precedenza nel caso (d) tra gli esercizi sulla didattica in inferiorità numerica come l’esterno, in questo caso sinistro, si deve comportare nel momento in cui un attaccante in possesso di palla lo affronta facendo una entrata a 45°.

L’atteggiamento del difensore è quello di controllare il movimento dell’attaccante

senza muoversi verso il giocatore avversario. Il centrale difensivo marca il pivot cercando di non farsi escludere dal lato destro. L’esterno destro si deve comportare come previsto nell’esercizio (f) sulla didattica dell’inferiorità numerica e farà in modo che l’attaccante finisca tra lui e il centrale.

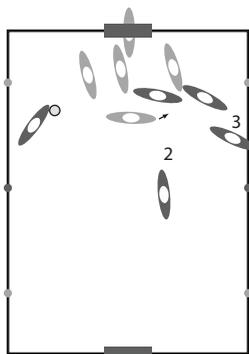


Figura 21

Mentre il pallone va da posizione 1 a 2 e poi da posizione 2 a 3, l'esterno sinistro scala/ruota sul pivot.

L'esterno destro si disinteressa del bloccatore spostandosi verso destra per impattare il portatore di palla partito da posizione 3 che sta avanzando e ha ricevuto il pallone per tirare (Fig. 22) (può accadere come previsto dall'esercizio (f)) che l'esterno riesca a mantenere la posizione. Il centrale a sua volta avrà lasciato la marcatura del pivot, considerando che l'esterno sinistro ha ruotato e ha preso la sua marcatura, per spostarsi sull'attaccante lasciato dall'esterno destro.

È importante ricordare che la palla può ritornare dal lato in cui è iniziata l'azione e che quindi i difensori devono essere pronti a scalare o ruotare verso il lato in cui c'è il pallone. In concreto, ogni difensore che si è spostato, deve immediatamente essere pronto a spostarsi di nuovo nella direzione opposta

nell' ipotesi il gioco si sia spostato dal lato opposto. Ovviamente il pallone ha una velocità maggiore rispetto agli spostamenti dei difensori che sono in uno spazio ristretto in cui ci sono 5 canoe di circa 3 metri. È necessario avere buoni fondamentali tecnici di canoa in modo da potersi muovere in spazi ristretti. È importante insistere con i principianti sui fondamentali di canoa in modo che essi raggiungano quel livello tale che gli permetta di spostare la canoa in modo efficace, in tempo ridotto, e senza un impiego eccessivo di forze e di energia.

I difensori, dunque devono marcare gli attaccanti nell'area difensiva preservandola loro libertà di movimento.

Nel caso in cui questo non accada, per esempio quando un difensore sta subendo blocco da cui non riesce a liberarsi, si può pensare ad effettuare un cambio di posizione con il difensore al suo fianco.

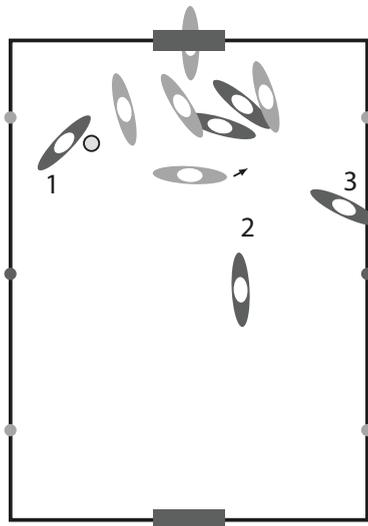


Figura 22



Cambi difensivi.

Riconsideriamo l'azione di gioco precedentemente descritta. Supponiamo che il giocatore preposto al blocco dell'esterno destro sia riuscito nel suo compito liberando il tiro dell'attaccante partito da posizione 3.

In questa situazione la difesa posso verificarsi i seguenti cambi di posizione tra giocatori:

- tra centrale ed esterno Il difensore esterno utilizza la spinta del bloccatore verso sinistra e si sposta all'interno dell'area sul

pivot; il centrale anteriormente a kayak dell'esterno prende la sua posizione laterale (Fig. 23)

- Tra esterno e avanzato. L'avanzato si sposta sul giocatore in possesso di palla in entrata dalla posizione 3 impattandolo si posiziona come esterno destro. L'esterno prende la posizione dell'avanzato. Nel caso non riesca l'esterno è il centrale a sostituire il giocatore avanzato.

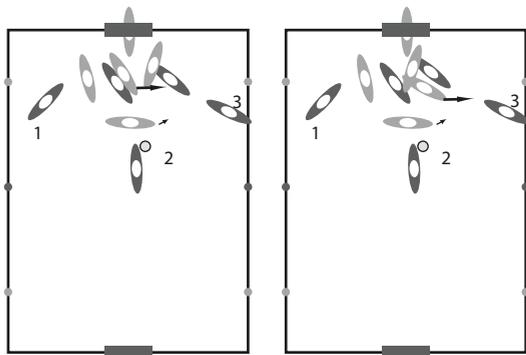


Figura 23

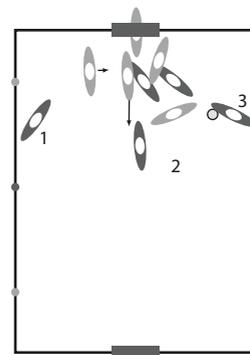


Figura 24



BIBLIOGRAFIA

- Fitts, P.M.(1964) Perceptual-motor skill learning, in A.W. Melton. Categories of Human Learning. New York. Accademic Press.
- Gentile A.M, Higgins, J.R., Miller E.A. e Rosen, B.M.(1975). The structure of motor tasks. Mouvement.7;pp.11-18
- Harre, D.(1972). Teoria dell'allenamento. SSS.
- Manno, R. (1989)Fondamenti dell'allenamento sportivo. Zanichelli Editore. 11;pp. 157-159
- Mateev, L.P(1983). Fundamentals of sport training.Fis.Mosca
- Platanov, V., M(2004). Fondamenti dell'allenamento e dell'attività di gara. Calzetti Mariucci Editore. 13; pp. 321-333.
- Schmidt, R. A. Wrisberg C. A(2000). Apprendimento Motorio e Prestazione. Società Stampa Sportiva. 7;pp.175-198
- Vastola R.(2006). Dalla tecnica alla tattica. Nuova canoa e ricerca. pp. 3-18

Rodolfo Vastola

Dottorando in metodologia della Ricerca Educativa presso l'Università di Salerno.

Allenatore della Squadra Nazionale Femminile di canoa polo.

Direttore Tecnico delle squadre del C.N.Posillipo di canoa polo

Francesca Ciancio

Allenatrice della squadra femminile di canoa polo del C.N.Posillipo.

