

## Squadra Under 20 maschile

Lunedì 21 novembre 2016 si è giocata la gara del campionato Under 20 maschile, Girone C

### ASD Virtus Venezia – Pol. S. Giorgio 53 - 46

Parziali: (15-8,14-7, 11-15, 13-16)

#### Virtus Venezia

Mattia Ballarin Giulio Montagner 2, Francesco Lo Duca 4, Nanni Visintin 2, Piero Antonello 4, Marco Garbeglio 4, Andrea Campagnol 13, Ciro Rizzo Zampieri 2, Giovanni De Vettor 4, Paolo Vavasori 7, Marzio Burigana 11

All.ri Andrea Corò e Jacopo Epis

#### Pol. S. Giorgio

Doro 12, Soligo 3, De Rossi 2, Bettiol 6, Vasiliu, Antoniazzi, Pattowsky 9, Filippetto 10, Contaldo, Danieli 2, Montello 2, De Vido, De Toffol.

All. Doro

#### ***Apprendimento, tempo, cardiopatia e cuore***

*Apprendere, in un'ottica psicopedagogica, altro non è che un processo che porta all'acquisizione di competenze necessarie per adattarsi all'ambiente e alle situazioni che esso ci propone. Le forme di apprendimento sono varie, come varie sono le metodologie per apprendere e insegnare ad apprendere. Tema vasto, quello dell'apprendimento, e oggetto di studio sistematico ed esperimenti da molto più di un secolo a questa parte (famoso l'esperimento dei cani di Pavlov). Ma che attinenza ha questo con il basket? Che ci azzecca? Consideriamo solo l'aspetto della pura tattica nel basket fondamentale a partire dagli ultimi anni del settore giovanile. L'esecuzione, e l'eventuale modificazione sul campo di gioco di situazione tattiche richiede, a monte, l'averle apprese. E per apprenderle, sarà forse una banalità, ci vuole non solo tempo, ma anche il tempo per poterle proporre, provare, elaborare e automatizzare. Questo, con pochi giri di lancette settimanali a disposizione è un un rebus di difficile, o senza, soluzione. Durante una partita si possono presentare una varietà di situazioni tattiche da affrontare, e solo se i giocatori hanno un buon bagaglio di conoscenze puoi chiamare time out, ragionare con la squadra e predisporre, anche insieme (co-costruire), una soluzione al problema che ti si pone di fronte. Ma quando il bagaglio contiene pochi attrezzi anche l'apprendimento intuitivo fa fatica a mettersi in moto e le cose si complicano. Allora cosa succede? Succede che quanto disegnato in una lavagna*

*spesso lo vedi per la prima volta, il minuto finisce ed entri in campo che stai ancora pensando ai movimenti che devi fare. Sei nella fase di elaborazione dell'idea quando la realtà ti dice che devi metterla in pratica perché la partita è ricominciata, succede che nelle prime azioni sperimenti – e spesso – commetti dei banali errori con la tensione emotiva che aumenta. Poi le cose si aggiustano – non sempre - e una parvenza di quello che andrebbe fatto comincia a vedersi.*

*Nel mentre il tempo scorre e una partita reputata già chiusa può riaprirsi all'improvviso in pochi secondi. Questo avviene, ci si dirà, anche quando tatticamente sei pronto. Indubbiamente è così. E' il bello del basket. Ma chiudete gli occhi e pensatevi su una parete di roccia verticale sospesi nel vuoto a gareggiare con un altro arrampicatore a chi arriva prima alla fine della via. Sei in vantaggio nettamente, poi, all'improvviso, l'altro tira fuori dal suo bagaglio imbrago, corda, moschettoni, chiodi, martello, rinvii ecc. Per voi è il momento più difficile della scalata. Una placca liscia, bagnata per la pioggia della notte, con pochi appigli. Puoi contare sul tuo fisico e sulla tua tecnica anche se un po' arrugginita per le poche ore di allenamento. Ti fermi per pensare cosa fare, per trovare una soluzione al problema che ti si pone davanti. La trovi e ricominci la salita. Quello sotto a te, nel frattempo, grazie all'attrezzatura è a un tiro di corda dalla tua posizione. Verso la fine della placca ti affianca sorridendo oramai sicuro del sorpasso. Tu vai in affanno, il cuore pulsa, i battiti aumentano, la tensione va alle stelle e il panico inizia a dilagare nella mente. Ma con un ultimo sforzo in quell'ultimo metro riesci a resistere, e la tua mano è quella a toccar cima per prima.*

*Se avessi avuto anche tu quel bagaglio le possibilità di essere raggiunto si sarebbero ridotte al minimo. E comunque, avresti affrontato il momento di criticità con una “dimensione” emotiva diversa. Saresti stato più tranquillo.*

*L'essere superato sarebbe stata un'eccezione.*

*In parete come in un rettangolo di legno tutto può succedere, ma le tue chances di vittoria aumentano all'aumentare della tua attrezzatura se le differenze tecniche e di fisicità sono ricondotte entro certi limiti. Questo ricordando che anche aspetti emotivi quali la voglia di raggiungere un traguardo con maggior determinazione (il c.d. cuore), l'essere e il sentirsi squadra, l'aver compagni che sono sempre al tuo fianco etc. hanno la loro influenza.*

*La cardiopatia è qualsiasi malattia che interessa il cuore. La scorsa sera vi è stata la conferma che il basket per i cardiopatici non è un toccasana.*

*Insomma non è certo come pane e cacio. E anche se sei in salute sotto il profilo cardiovascolare, un'anomalia dei battiti sicuramente si registra. Sei seduto, ma il cardiografometro è oltre la soglia come quando correndo produci uno sforzo molto elevato. E anche questa non è cosa buona.*

*Ecco allora che tempo, apprendimento tattico, cuore e cardiopatia sono un po' legati tra loro. Per diminuire i rischi, e creare, per quanto possibile, un circolo virtuoso trascorrere qualche giro di lancette in più su un rettangolo di legno sarebbe salutare.*

*Dimenticavo che svolgiamo attività cestistica a Venezia. Cosa vuol dire? Ci vorrebbe uno scritto enciclopedico per spiegarlo, dunque, passo la mano.*  
*Jacopo*

Forza Virtus!

**SETTORE BASKET MASCHILE  
VIRTUS VENEZIA**