

NAZIONALE FEMMINILE



Lucchesi: "Stiamo lavorando con entusiasmo e tranquillità"

All'Acqua Acetosa, dal 16 al 18 gennaio, il raduno congiunto con l'Under20

SI È SVOLTO A ROMA, presso il centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti" dell'Acqua Acetosa, dal 16 al 18 gennaio, il raduno congiunto della Nazionale Senior Femminile con l'Under 20. È stato l'ultimo impegno prima dell'All Star Game di Parma, in programma il 14 febbraio (ore 21.00), appuntamento nel quale Roberto Ricchini ha intenzione di stringere ulteriormente la selezione delle Azzurre che poi giocheranno le qualificazioni per il Campionato Europeo. "In questa occasione siamo tornati ad un "convenzionale" raduno a 16 - ha dichiarato **Giovanni**

Lucchesi, assistente allenatore della Nazionale - è stata l'occasione di vedere all'opera otto Under 20 e otto Senior. Stiamo cercando di recuperare, anche con la collaborazione degli staff tecnici e fisici delle nazionali Under 20 e 18 degli scorsi anni, più dati possibili da incrociare con quelli ottenuti attraverso il lavoro certosino del professor Benis. L'obiettivo è chiaro: costruire gruppi competitivi sia attualmente sia, soprattutto, in prospettiva che coniughino qualità tecniche, qualità fisiche ed etica del lavoro. Senza mai dimenticare l'impor-



IN QUESTO NUMERO

NAZIONALE FEMMINILE

Primo raduno 2012 **1**

DIVISIONE NAZIONALE A

Il punto della stagione **3**

RADUNO PREPARATORI FISICI

Integrazione tecnica e Progetto PFT **4**

NAZIONALE UNDER 18 MASCHILE

Torneo di Barakaldo **6**

NAZIONALE UNDER 16 MASCHILE

Torneo di Ginevra **7**

MINIBASKET

Insegnare a capire le situazioni di gioco **8**

ITALIA BASKET HALL OF FAME

Assegnati i premi del 2011 **11**

RADUNO ARBITRI

Paradigma dell'arbitraggio **12**

PROGETTO AZZURRI

Lezione tecnica di Andrea Capobianco **14**

tanza del talento. Questa integrazione tra giovani e "veterane" è causa-effetto del tipo di progetto che stiamo portando avanti.

Causa, perché significa essere coerenti con quello proposto all'inizio del ciclo, ovvero porre l'attenzione sulle nostre giovani; conseguenza, perché ci aiuterà a capire quanto sono pronte le ragazze, soprattutto a livello mentale, per competere a livello europeo.

Nonostante il particolare momento della stagione, con le giocatrici non ancora al massimo della brillantezza dopo la sosta natalizia, abbiamo lavorato intensamente.

Ciò che colpisce di questo gruppo è il grande affiatamento: questo ci aiuta a lavorare in serenità e tranquillità. Cercheremo di sfruttare il grande entusiasmo delle ragazze per crescere." ■



Molino: "Possiamo costruire una squadra competitiva"

"Il raduno congiunto è un esperimento interessante che può dare frutti in futuro - ha dichiarato **Nino Molino**, coach della Nazionale Under 20 - un modo per far crescere e far respirare l'aria della Nazionale A alle nostre giocatrici più giovani: a loro servirà per verificare contro giocatrici più esperte i progressi fatti in questi mesi. Credo che un raduno di questo tipo possa motivare ancora di più le nostre giovani, che vedono la Nazionale maggiore non come un punto inarrivabile ma come un traguardo vicino alle loro potenzialità. Con la voglia, l'entusiasmo e l'intensità in allenamento potranno migliorare e arrivare ai traguardi che noi ci auguriamo. Parlando strettamente della Nazionale Under 20, ci sono una trentina di giocatrici interessanti da seguire durante la stagione. Tra queste verranno scelte le sedici che a luglio faranno il raduno pre-Europeo. Questo è un gruppo affiatato che si conosce da molto tempo, già dai tempi dell'Under 16. Credo che ci sia il materiale per poter fare una squadra competitiva. Speriamo di avere anche il tempo di costruire una buona organizzazione di gioco. Con lo stesso entusiasmo dimostrato in passato, queste ragazze possono raggiungere traguardi importanti e andare oltre il sesto posto all'Europeo, fino ad ora il miglior piazzamento dell'Italia nella categoria Under 20".

Le convocate

Benedetta Bagnara ('87, Guardia, 1.78)
Valeria Battisodo ('88, Playmaker, 1.74)
Federica Brunetti ('88, Ala, 1.84)
Debora Carangelo ('92, Playmaker, 1.69)
Sabrina Cinili ('89, Ala, 1.90)
Nene Diene ('92, Ala, 1.80)
Valeria De Pretto ('91, Ala, 1.86)
Francesca Dotto ('93, Playmaker, 1.69)
Martina Fassina ('88, Ala, 1.80)
Alessandra Formica ('93, Ala, 1.89)
Virginia Galbiati ('92, Guardia, 1.76)
Gaia Gorini ('92, Playmaker, 1.82)
Stella Panella ('93, Guardia, 1.77)
Giovanna Pertile ('92, Ala, 1.82)
Federica Tognalini ('91, Ala, 1.82)
Nnena Abiola Wabara ('81, Ala, 1.84)



Debora Carangelo: "Spero che la Nazionale sia il mio futuro"

"Nonostante sia il mio secondo raduno - ha dichiarato **Debora Carangelo** - è sempre emozionante ritrovarsi in Nazionale maggiore. Spero che la Nazionale faccia parte del mio futuro. Per riuscirci voglio continuare a far bene e migliorarmi nel mio club. Per ora a Faenza sta andando bene. Sinceramente non mi aspettavo di giocare così tanto. Fino a questo momento mi hanno dato spazio e ho saputo sfruttare al meglio le occasioni avute. Sono contenta per questo, ma spero sempre di poter far meglio".

Lo staff

Allenatore: Roberto Ricchini
Assistente Allenatore: Giovanni Lucchesi
Allenatore Under 20: Nino Molino
Ass. Allenatore Under 20: Massimo Riga
Preparatore Fisico: Roberto Benis
Medico: Roberto Barbieri
Massofisioterapista: Remo Bifulchi
Responsabile Ssnf: Sandra Palombarini
Funzionari FIP: Marco Gatta e Rossana Toscanelli

Non solo Diene tra le debuttanti

Nene Diene: "Essere qui è una grande soddisfazione"

"Partecipare al raduno con la Nazionale maggiore è una bellissima esperienza - ha affermato **Nene Diene**, ala della Futura Basket Brindisi - dopo tanti anni nelle rappresentative giovanili arrivare in Nazionale A è una grande soddisfazione. Il fatto che in questo nuovo ciclo venga dato spazio anche alle ragazze che giocano in serie minori è un ulteriore stimolo per me, e per tutte noi, a continuare a fare bene e fare sempre meglio".



Nene Diene



Francesca Dotto



Virginia Galbiati



Stella Panella



Giovanna Pertile

Dopo ventuno gare comandano Omegna e Napoli

Ottimi i dati d'ascolto delle gare trasmesse in diretta su Sportitalia a gennaio

È GIUNTA ALLA VENTUNESIMA giornata la Divisione Nazionale A, il terzo campionato in ordine di importanza e "laboratorio" dove i giovani giocatori italiani possono farsi valere esprimendo la propria personalità e il proprio talento. Per quanto riguarda le classifiche, nelle Conference Centro Nord comandano Omegna e Trento, rispet-



tivamente della Divisione Nord Ovest e in quella Nord Est; nella Conference Centro Sud, Napoli e Chieti, rispettivamente nella Divisione Sud Ovest e nella Divisione Sud Est. Per quanto riguarda le classifiche individuali, il realizzatore più prolifico è Bernardo Adolfo Musso (BPMed Napoli), con

una media di 19.52 punti a gara. Tra i rimbalzisti, primeggia Emanuele Rossi (BLS Chieti), con 12.43 rimbalzi di media. L'uomo assist è Matteo Bertolazzi della Paffoni Omegna (4.86), il primo per palle recuperate Alessio Iardella della Spes Fabriano (3.52). La migliore valutazione è quella di Bernardo Adolfo Musso: 26.14.

Ottimi i dati di ascolto per le quattro gare (BPMed Napoli-Spes Fabriano, Liomatic Perugia-Bitumcalor Trento, Group Bari-Co.Mark Treviglio, Zerouno Torino-Upea Capo d'Orlando) trasmesse in diretta in prime time su Sportitalia2. Una media di ascolto pari a 13 A.M.R. (Average Minute Rating, il numero medio di individui in ascolto in ogni minuto del programma), con uno share medio dello 0,05%. Dati in continua crescita, con un passaggio dai 2.000 spettatori per le partite trasmesse in differita ai 13.000 per le dirette, con un picco di 16.000 in occasione della sfida tra Perugia e Trento. La nuova collocazione della DNA nel palinsesto di Sportitalia è stata fortemente voluta dalla Federazione Italiana Pallacanestro, dalla stessa emitten-

Le classifiche

Divisione Nord Ovest

Paffoni Omegna	38
Zerouno Torino	28
Co.Mark Treviglio	26
Assigeco Casalpusterlengo	24
Paul Mitchell Pavia	20
SBS Castelletto	16

Divisione Nord Est

Bitumcalor Trento	30
AcegasAps Trieste	28
Liomatic Perugia	20
Brandini Firenze	14
Consum.it Siena	14
Angels Santarcangelo	10

Divisione Sud Ovest

BPMed Napoli	34
Upea Capo d'Orlando	26
FMC Ferentino	26
Bawer Matera	20
Benacquista Assicurazioni Latina	18
Romana Chimici Anagni	14

Divisione Sud Est

BLS Chieti	22
La Fortezza Recanati	22
Liomatic Group Bari	18
Enoagrimm San Severo	16
Spes Fabriano	14
Adriatica Industriale Ruvo	6

te e dalla Lega Nazionale Pallacanestro a seguito degli ottimi dati registrati in questo inizio di stagione. I dati Auditel confermano il gradimento del pubblico nei confronti di quella che sta diventando una piacevole consuetudine per gli appassionati della pallacanestro italiana. ■

IL 16-17 GENNAIO si sono radunati al Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti" dell'Acqua Acetosa" i 19 Preparatori Fisici Territoriali (PFT), coordinati dal prof. Francesco Cuzzolin, responsabile della Preparazione Fisica per il SSN e il CNA. In rappresentanza del settore femminile, hanno partecipato ai lavori sia il prof. Roberto Be-



nis, preparatore della Nazionale, sia il prof. Tiziano Vidoni, responsabile del Progetto Azzurrina.

Nelle due, intense, giornate di lavoro, si sono effettuati dei gruppi di studio, sugli argomenti che le "Giornate Azzurre" stanno presentando in tutta Italia. Questo ha permesso di uniformare le proposte metodologiche, che vedono il Preparatore Fisico far parte, per la prima volta, del progetto tecnico integrato che viene presentato in questi clinic, insieme con l'istruttore di Minibasket e l'allenatore del settore giovanile.

La sempre più evidente mancanza di motricità spontanea, che la nostra società ha ormai sottratto alla vita quotidiana dei nostri giovani praticanti, sta mettendo a dura prova le competenze degli operatori, che hanno visto nell'integrazione delle professionalità, il miglior modo per programmare degli interventi mirati alla progettazione del

L'integrazione tecnica ed il progetto PFT

L'obiettivo è aumentare l'importanza dei Preparatori Fisici nel basket moderno

futuro atleta-giocatore. I vari gruppi di lavoro hanno cercato di elaborare proposte, che possono essere facilmente utilizzate da tutti gli operatori in palestra, senza l'utilizzo di particolare attrezzatura.

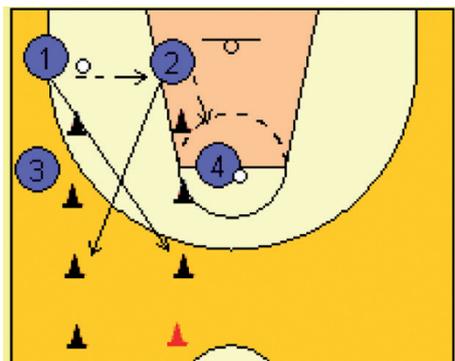
Gli argomenti che in questi mesi sono presentati, come esempio di integrazione, sono il "penetro e scarico" e "la difesa". Su questi argomenti anche il Preparatore ha elaborato dei contenuti, alcuni esempi possono essere visionati di seguito:

Proposte per il Minibasket, argomento "penetro e scarico", dal gioco al gesto, categoria esordienti

Obiettivi: occupazione dello spazio, controllo del corpo, rapidità, visione periferica.

GIOCO DELLE "STRINGHE"

Descrizione: File di coni, 4 atleti disposti dietro ai coni, un atleta con palla. Passo palla e occupo il cono libero e così di seguito. Vince chi arriva primo a superare la linea di metà campo, oppure chi totalizza il maggior numero di punti. (1 punto a che riceve palla



senza farla cadere). Totale da decidere.

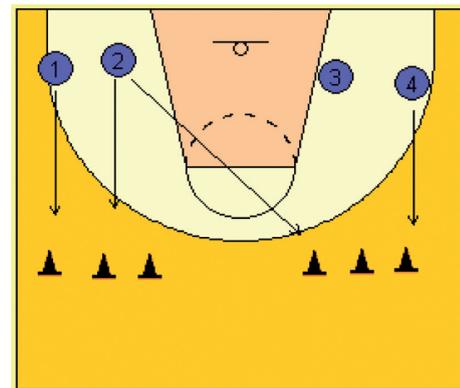
Proposte per il Minibasket, argomento "difesa", dal gioco al gesto, categoria esordienti

Obiettivi: agilità, rapidità, controllo corporeo, utilizzo di posizione tecniche per avere la massima efficacia nell'esecuzione.

GIOCO DEL "PUNTO E VIRGOLA"

Descrizione: Atleti disposti a fondo campo, cinesini disposti parallelamente alla linea di fondo, fuori dalla linea dei tre punti.

Al segnale, accoppiamento col cinesino posto frontalmente, poi lateral-



mente. Variante con e senza palla. Eventualmente, al posto dei cinesini, gli altri compagni, si ricerca il compagno dell'esercizio precedente, che cambia continuamente di posizione, consegnando la palla o passando la palla.

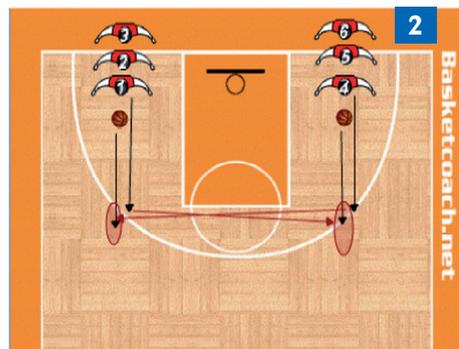
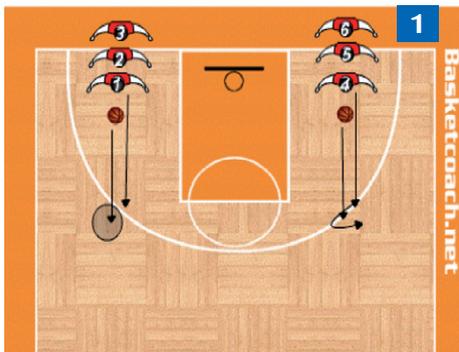
Proposte per il Settore Giovanile, argomento "difesa", dal al gesto, categoria esordienti

Obiettivi: agilità, rapidità, controllo

corporeo, utilizzo di posizione tecniche per avere la massima efficacia nell'esecuzione.

GIOCO DEL "BOWLING"

Descrizione: Divisi per file; il giocatore fa rotolare la palla - la segue e si sposta attorno alla palla facendo lo scivolamento (corsa laterale) - fronte sempre rivolta a canestro.(fig.1)



Variante: anche con due palloni - il giocatore gira attorno al primo pallone e poi si sposta verso l'altro.(fig.2)

Per quanto riguarda le proposte per il settore giovanile, si e' cercato di lavorare sia sull'aspetto motorio fun-



zionale, che su quello tecnico, sempre con l'intento di essere estremamente pratici.

Proposte per il Settore Giovanile, argomento "difesa"

Obiettivi: Rapidità (primo passo e spostamenti in spazi brevi), equilibrio dinamico (controllo posturale nel movimento), stabilizzatori statici e dinamici (contatti, occupare spazio).

ESERCIZIO: PERCEZIONE DELLA POSIZIONE DIFENSIVA FONDAMENTALE

- Spinte dalla posizione fondamentale
- In forma statica: coppie, con un elastico a coppie, spinte sul bacino, e poi a diverse altezze - per sensibilizzare la tenuta dei vari segmenti corporei.

- Lo stesso con disturbo del compagno

- In forma dinamica: dalla posizione fondamentale, primo passo rapido con spinta o disturbo.

ESERCIZIO: RAPIDITA' E SPOSTAMENTI

Descrizione: Scivolamento con uso delle linee di tape segnate a terra o striscette, recuperando sul compagno che, in palleggio cerca di entrare in area. Varianti: questo tipo di esercitazione permette di usare tutte le parti del campo fornendo così uno strumento di lavoro ai tecnici di assoluta duttilità.

Durante le due giornate di lavoro dei PFT, si sono anche rivalutati gli obiettivi e gli argomenti che il Preparatore Fisico presenta nei corsi di formazione regionale agli Allenatori, in maniera da rispettare un programma didattico, che sia valido e di riferimento in tutto il panorama nazionale. La prossima riunione e' stata fissata per l'autunno 2012, che sarà consultiva del lavoro svolto e di riprogrammazione della nuova stagione sportiva. ■

ATTIVA LA TUA BASKET CARD ITALIA SU WWW.FIP.IT E SCOPRI TUTTE LE OFFERTE PROMOZIONALI A TE DEDICATE

Richiedi la Basket Card Italia

- alla tua società d'appartenenza o al tuo centro minibasket, se sei un atleta o un dirigente;
- al tuo Comitato Provinciale se sei un arbitro

ACCEDI AD UN MONDO DI SERVIZI E PRODOTTI SCONTATI



I convocati

Nicola Akele (1.96, Guardia)
Giovanni Allodi (2.02, Ala/Centro)
Andrea Amato (1.90, Guardia)
Camillo Bianchi (1.96, Ala)
Simone Fontecchio (1.98, Ala)
Alessandro Maccaferri (1.76, Playmaker)
Umberto Meschini (1.92, Guardia)
Vincenzo Pipitone (2.05, Ala/Centro)
Alessandro Procacci (1.92, Guardia)
David Rath John (1.92, Guardia)
Giovanni Vildera (2.02, Ala/Centro)
Davide Zattra (2.05, Ala/Centro)



Lo staff

Allenatore: Andrea Capobianco
Assistenti: Marco Ramondino,
 Massimo Galli
Capo Delegazione: Roberto Premier
Medico: Matteo Acquati
Massofisioterapista: Davide Pacor
Funzionario FIP: Pietro Pietrazzini

I tabellini delle gare

ITALIA-EUSKADI 56-53
(20-19, 31-32, 46-41)

Italia: Akele 5, Allodi 1, Amato, Bianchi 4, Fontecchio 15, Maccaferri 6, Meschini, Pipitone 4, Procacci 11, Rath 8, Vildera, Zattra 2. **Coach:** Capobianco

Euskadi: Betolaza 3, Aranburu 13, Tudela, Salazar 2, Rodríguez 10, Colome 5, Arenaza 5, Sierra, Zubizarreta 10, Azaldegi, Bilbao 2, Esnaola 3.

Spagna-Italia 71-54

Italia: Amato 15, Rath 2, Vildera, Akele, Allodi, Maccaferri, Meschini 5, Pipitone 10, Bianchi 3, Fontecchio 9, Procacci, Zattra 2.

Coach: Bocchino

Spagna: Chapelá 8, Hernangomez 15, Saiz 6, Abalde 10, Marín 8, Pérez 2, Vicedo 7, Toledo, Pauli 8, De la Blanca 2, Sans, Diop 5, Ramos.

Per gli Azzurri secondo posto al Torneo di Barakaldo

Andrea Capobianco: "I ragazzi hanno mostrato grande maturità"

LA NAZIONALE UNDER 18 di Andrea Capobianco ha giocato il 30 e il 31 dicembre il Torneo Internazionale di Barakaldo (Spagna). Dopo aver vinto all'esordio in semifinale contro l'Uskadi, Selezione dei Paesi Baschi, gli Azzurri sono stati sconfitti in finale dalla Spagna 71-54, chiudendo al secondo posto il Torneo. "Nel complesso sono contento per l'esperienza fatta - ha analizzato Andrea Capobianco - i ragazzi hanno dimostrato di avere un atteggiamento corretto e hanno provato a dare sempre tutto in campo e fuori. Sono fiducioso perché questa è una buona base da cui ripartire; ciò che più conta è che tutti i ragazzi hanno mostrato grande maturità nella fase d'ascolto al momento di capire e correggere gli errori fatti. È stata un'esperienza molto utile poiché il torneo è stato di ottimo livello. Sono contento per tutto il lavoro fatto dalla squadra ma anche dallo staff tecnico e da quello dirigenziale. Quanto fatto ci servirà per il proseguimento del nostro cammino. Per quanto concerne

la nostre partite contro la Selezione Basca è stata una partita molto dura e fisica. I baschi hanno messo in campo fin da subito una grande voglia di vincere, galvanizzati dal foltissimo pubblico presente. Sono felice per l'approccio che hanno avuto i ragazzi, soprattutto caratterialmente. Abbiamo provato a trasferire nel match tutto quello che abbiamo provato e nonostante i pochi allenamenti insieme e una squadra giovane abbiamo dimostrato di esserci contro un avversario che ha proposto una pallacanestro esperta e di buon livello. Anche nei momenti di maggiore difficoltà i ragazzi si sono compattati e sono rimasti uniti continuando a fare quello che ho chiesto loro ad inizio partita. Contro la Spagna va detto che dopo l'inizio in cui siamo andati sotto il divario nel match è rimasto sempre tra gli 8 e gli 11 punti. Solo nel finale gli iberici, che comunque hanno una squadra di altissimo livello, sono riusciti a chiudere a loro favore non mollando praticamente nulla". ■



Successo dell'Italia al Torneo di Ginevra

Antonio Bocchino: "E' stata una buona opportunità per conoscerci"

LA NAZIONALE UNDER 16 Maschile allenata da Antonio Bocchino ha partecipato dal 27 al 29 dicembre al 6° Torneo Internazionale di Ginevra che si è concluso con la vittoria dell'Italia. Gli Azzurri, dopo aver sconfitto la Serbia (80-56), la Selezione Berna (83-57) e la Costa d'Avorio nel proprio girone e aver battuto in semifinale la Spagna (71-62), si sono imposti in Finale sulla Germania 68-49. "E' stata una buonissima esperienza per i ragazzi - ha commentato Antonio Bocchino - e una buona opportunità per me di conoscerne loro e farmi conoscere. Da Ginevra torniamo con la consapevolezza di aver



accumulato un bagaglio che ci servirà per il futuro e di aver cominciato a comportarsi da squadra nei momenti di difficoltà. Un plauso va anche all'arbitro che era con noi, Lorenzo Baldini, per l'impegno e la dedizione nello stare con la squadra in ogni momento. Ora continueremo a seguire i ragazzi andandoli a vedere giocare nei loro club e in occasione dei raduni per il "Progetto Azzurri". La prima uscita si è chiusa in maniera soddisfacente, ma c'è ancora molto da fare". Molto positiva, dunque, la prima uscita stagionale della Nazionale Under 16, primo passo verso il Campionato Europeo di categoria che si svolgerà dal 19 al 29 luglio a Siauliai, Ogre e Riga, tra Lituania e Lettonia. Gli Azzurrini sono inseriti nel girone A con Turchia, Inghilterra e Croazia. ■

I convocati

Carlos Javier Alamo Gorostiza (1.96, Ala)
Eugenio Beretta (2.05, Ala/Centro)
Federico Bergese (2.00, Ala)
Jacopo Bristot (1.93, Ala)
Daniel Donzelli (1.95, Guardia)
Giovanni Lenti (1.96, Ala)
Federico Mussini (1.75, Playmaker)
Pierfrancesco Oliva (2.00, Ala)
Andrea Gennaro Picarelli (1.90, Guardia)
Riccardo Rossato (1.85, Playmaker)
Andrea Spera (2.02, Ala/Centro)
Matteo Trovato (2.00, Ala/Centro)

Lo staff

Allenatore: Antonio Bocchino
Assistenti: Stefano Bizzozero e Stefano Comazzi
Capo Delegazione: Fabrizio Della Fiori
Preparatore Fisico: Lorenzo Taliento
Medico: Guido Marcangeli
Massofisioterapista: Gianluca Bernardini
Funzionario FIP: Emanuele Cecconi
Arbitro al seguito: Lorenzo Baldini

I tabellini delle gare

ITALIA-SERBIA 80-56 (25-13, 49-24, 61-46)

Italia: Mussini 15, Oliva 22, Picarelli 8, Rossato 6, Alamo 1, Bergese, Trovato 13, Bristot, Beretta, Donzelli 8, Lenti 4, Spera 4. **Coach:** Bocchino

ITALIA-SELEZIONE BERNA 83-57 (32-14, 55-27, 72-38)

Italia: Mussini 7, Oliva 12, Picarelli 15, Rossato 10, Alamo 1, Bergese 8, Trovato 6, Bristot 8, Beretta, Donzelli 9, Lenti 5, Spera 2. **Coach:** Bocchino

ITALIA-COSTA D'AVORIO 90-34 (23-6, 48-16, 67-21)

Italia: Mussini 6, Oliva 17, Picarelli 6, Rossato 8, Alamo 5, Bergese 10, Trovato 9, Bristot 6, Beretta ne, Donzelli 11, Lenti 4, Spera 8. **Coach:** Bocchino

ITALIA-SPAGNA 71-62 (24-12, 41-33, 58-49)

Italia: Mussini 13, Oliva 15, Picarelli, Rossato 2, Alamo ne, Bergese 2, Trovato 3, Bristot, Beretta ne, Donzelli 12, Lenti 10, Spera 14. **Coach:** Bocchino

ITALIA-GERMANIA 68-49 (18-9, 30-23, 53-34)

Italia: Mussini 24, Oliva 11, Picarelli 7, Rossato ne, Alamo ne, Bergese 2, Trovato 6, Bristot 7, Beretta ne, Donzelli 5, Lenti 6, Spera. **Coach:** Bocchino



Insegnare a capire: leggere e interpretare le situazioni di gioco

Intervento realizzato dal Tecnico Federale **Maurizio Cremonini** e dal Coordinatore Tecnico Territoriale delle Marche e dell'Umbria **Roberta Regis**, in occasione del Corso di Aggiornamento Provinciale di Pesaro del 22 gennaio 2012 e di seguito sintetizzato e proposto nei suoi aspetti essenziali.

NELLE RIFLESSIONI proposte si intende evidenziare l'importanza dell'integrazione tra i vari livelli di crescita dei bambini, provocare facili letture in situazione di gioco per i bambini di 7/8 anni non può non provocare per l'Istruttore, una riflessione su ciò che prima deve essere fatto per consentire ai bambini di affrontare tali situazioni. Se le parole chiave della lezione proposta per i più grandicelli sono :

VEDERE - riconoscere e memorizzare SPAZIO/TEMPO - riferimenti per tutta l'attività

ATTENZIONE - elemento importante per creare i presupposti per l'apprendimento

CARICO MOTORIO - aspetto fondamentale nelle nostre attività con i bambini

i più piccoli, come di seguito proposto, dovranno svolgere adeguata attività sui pre-requisiti, vale a dire sulle capacità senso percettive, con particolare attenzione agli stimoli visivi, che come tutte le capacità senso-percettive, rappresentano i presupposti base per la realizzazione di qualsiasi attività in modo consapevole.

Proposta pratica con un gruppo Scoiattoli/Libellule (1° anno)

a cura di M.Cremonini

■ Liberi per il campo in palleggio tenendo 5 passi di distanza da:

- l'Istruttore che si muove per il campo
- 2 istruttori che si muovono per il campo

- bambini con colori diversi di maglia

■ **A spasso con il socio**



i bambini scelgono un compagno (il socio) con il quale vanno in giro chiacchierando e palleggiando, al segnale : amico – si arrestano di fronte al socio e si scambiano la palla più volte fino al via nemico – si arrestano di fronte al socio e si rubano la palla a vicenda fino al via fischio – in palleggio cercano un nuovo socio

■ Scambio numerato

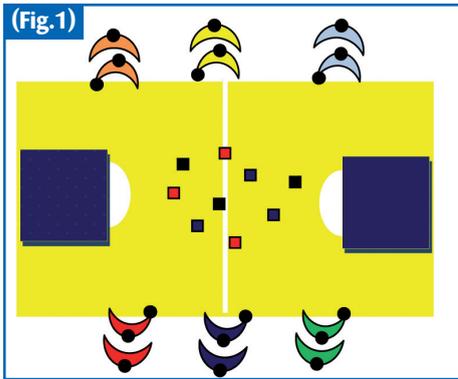
le coppie di soci si dispongono sulla linea di metà campo, di fronte l'uno all'altro; ogni coppia di soci numerata, quando la coppia viene chiamata ogni bambino va a tirare nel canestro dietro alle proprie spalle (max tre tentativi o canestro realizzato) e torna al posto iniziale (sfida tra i due soci a chi torna per primo a posto)

■ Socio antipatico

le coppie di soci, si allontanano dalla linea di metà campo, di fronte l'uno all'altro; uno dei due resta fermo comandando l'altro e facendolo avanzare o indietreggiare utilizzando le mani e la voce per dare le indicazioni

■ Faccio come te

bambini a coppie disposte come nella figura 1, con il pallone a disposizione solo del primo della coppia; l'Istruttore da il via comunicando il numero di con da toccare, il primo bambino parte, tocca un numero di con pari al numero indicato, ma sempre di colore diverso, e va a tirare a canestro (1 tiro) per poi portare la palla al compagno che dovrà eseguire la stessa serie di con toccati prima di poter tirare canestro; tenere il

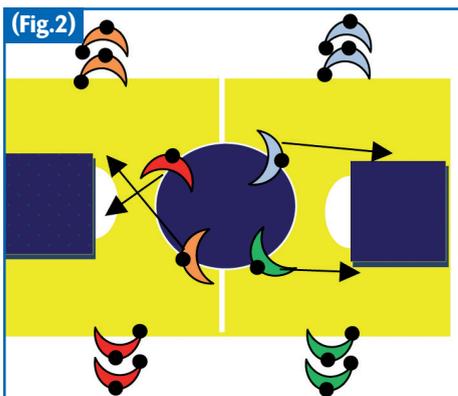


conto dei canestri realizzati. (Fig.1)

Variante:

- dare lo stop e indicare un diverso numero di coni da toccare
- dare lo stop e indicare un numero di coni uguali da toccare

■ **4 squadre e 4 compagni al centro** squadre disposte come nella figura 2, i 4 giocatori a centro campo girano di corsa attorno al cerchio e al segnale dell'Istruttore corrono verso il canestro, ricevendo la palla dal primo della fila della propria squadra; 1p. per chi realizza per primo. (Fig.2)



Variante:

- potere per un giocatore di decidere quando partire

■ **Girati e corri**

squadre disposte come nella figura 3, i 2 giocatori a fondo campo si girano e di corsa ricevono la palla e tirano a canestro. (Fig.3)

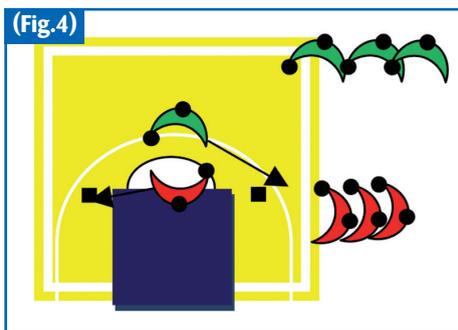
Varianti:

- potere per un giocatore di decidere quando partire
- posizioni di partenza incrociate
- posizioni di passaggio o di partenza diverse

■ **“Guarda dove andare !”**



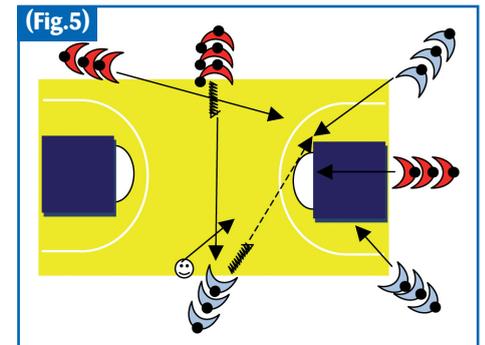
bambini divisi in 2 squadre, tutti con la palla, disposte come nella figura 4; una squadra di riserve a centro campo, e una squadra di capitani posizionate all'altezza della linea di tiro libero, con 2 coni ai lati dell'area; al segnale di pronti dell'Istruttore il primo capitano si posiziona sulla linea di tiro libero con le spalle rivolte al canestro e quando decide di partire corre in palleggio a toccare uno dei 2 coni, in quel momento, la riserva che si era posizionata sulla linea dei 3 punti di fronte al capitano, dovrà correre verso il canestro girando all'esterno dell'altro cono (spazio vuoto); chi realizza per primo diventa capitano. (Fig.4)



■ **3 c 1 + 1 + 1 “dammi 5!”**

bambini divisi in 2 squadre ciascuna delle quali disposta su 3 file come da figura 5; il giocatore con palla attraversa il campo, consegna la palla al primo attaccante (segnale di partenza), ma nello stesso momento in cui consegna la palla deve dare un “5” all'Istruttore posizionato alle spalle dell'attaccante (partenza ad handicap); il gioco si sviluppa in 3 c 1 + 1 difensore che parte da più lontano e il difensore che ha consegnato la palla (gioco continuo

di 3 c 3 fino allo stop dell'Istruttore) (Fig.5)



Proposta pratica con un gruppo Pulcini/Paperine (2° anno)

a cura di R.Regis

Le avventure di SUPERMAN. Nb usare diversi segnali di partenza per l'attenzione

- bambini con un pallone a testa che si muovono per il campo con la palla in mano
- cercando di controllare i loro “superpoteri”
- corrono velocissimi
- fanno salti lunghissimi
- saltano molto in alto
- ruotano su se stessi rapidamente

■ **Supervista**

Controlliamo la supervista

- far rotolare la palla quando supera la linea inserire diversi poteri di corsa es correre veloci, correre all'indietro, correre lateralmente,
- stessa cosa lanciando la palla verso l'alto quando cade inserire diversi poteri di salto per recuperare il pallone es saltare in alto, saltare in lungo, saltare con due piedi, saltare su un piede,

■ **Supervista NB VEDERE**

riconoscere memorizzare

i bambini palleggiano liberamente per il campo e l'Istruttore, mentre cammina tra loro, fa cadere a terra oggetti e attrezzi diversi; ad ogni oggetto che cade corrisponde un'azione che i bambini dovranno eseguire:

- pallina da tennis che cade = fermarsi
- fazzoletto che cade = correre più veloci palleggiano
- cono che cade = palleggiare basso
- palla da Minibasket che cade = saltare ▶



▶ palleggiando

Variante:

- oltre all'istruttore anche un altro bambino ha in mano un oggetto (stimoli visivi in due zone diverse del campo)

■ Attenti alla kriptonite!

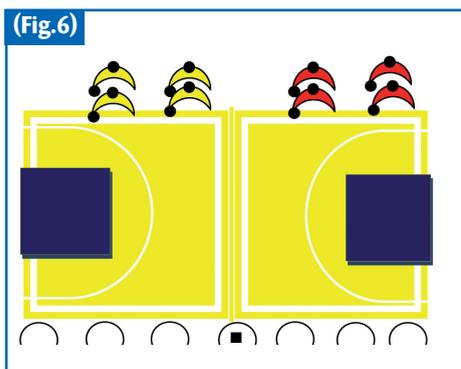
i bambini palleggiano liberamente per il campo ma all'improvviso l'istruttore può cambiare il pallone ad uno dei bambini (palla di colore diverso), tutti i bambini dovranno stare lontani dalla palla/kriptonite

Varianti:

- utilizzo di più bambini con palloni/kriptonite (2/3 bambini)
- modifica degli spazi di gioco
- bambini con la kriptonite nella metà campo opposta che tirano a canestro, quando fanno 3 punti si trasferiscono nella metà campo dove ci sono tutti i bambini

■ Facciamo perdere i superpoteri!

bambini divisi in 2 squadre, ciascuna delle quali disposta su 2 file a metà campo come **nella figura 6**, un cono posizionato all'interno del cerchio centrale della fila dei cerchi posti lun-



go la linea laterale del campo. Partono i primi delle 4 file al segnale visivo dell'istruttore (mano alzata, battito di mani, piedi alzati ecc) vanno a tirare nel loro canestro se insieme fanno tre punti possono spostare la kriptonite di una posizione verso i cerchi degli avversari. Scopo del gioco far arrivare la Kriptonite nel cerchio finale degli avversari

■ Riconquistiamo i superpoteri

la squadra di bambini che ha perso i superpoteri vuole riconquistarlo

- Potere della velocità: due squadre tutti con palla chi ha il potere della velocità parte dalla linea di metà campo chi è senza potere dalla linea della pallavolo girato verso canestro. Cerchio della Kriptonite come sopra.

Il bambino a metà campo parte nel momento in cui l'avversario entra nel suo cono visivo.

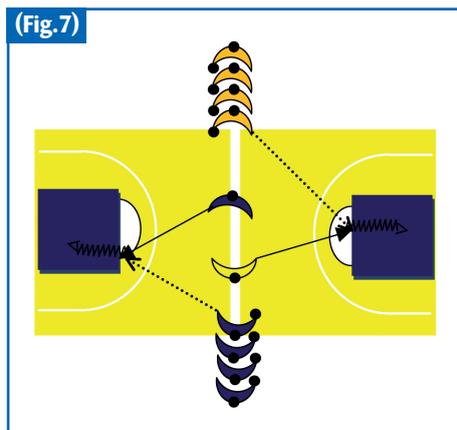
Chi per primo fa tre punti sposta la Kriptonite.

Prende il potere della velocità chi riesce a mandare la Kriptonite a casa dell'avversario

- Variante stesso gioco con partenza entrambe le squadre da metà campo con il rotolamento di palla chi ha il potere decide quando raccogliere il pallone

- Variante stesso gioco facendo passare la palla sopra la testa dell'avversario

■ Lex Lutor sfida Superman!

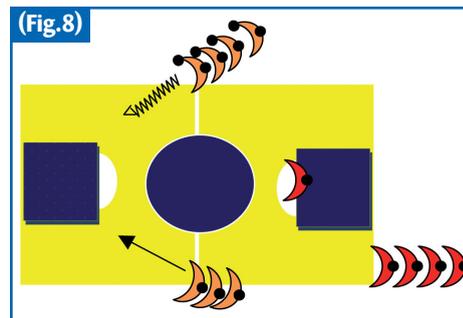


bambini divisi in 2 squadre disposte come nella figura 7, tutti con palla, tranne il primo di ciascuna squadra che si posiziona sul cerchio di metà campo, di fronte alla propria squadra. (Fig. 7)

Al via dell'istruttore i 2 bambini a centro campo partono verso un canestro, rispettando la regola che non possono andare in due verso lo stesso canestro, ricevono la palla e tirano; un punto per la propria per chi totalizza per primo 3 punti.

Varianti:

- con il potere per uno dei due bam-



bini di decidere quando partire e verso quale canestro andare

- con il bambino senza potere che dà le spalle alla propria squadra

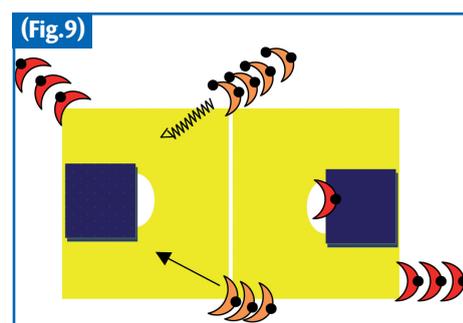
■ Lex Lutor fa un passo avanti!

bambini divisi in 2 squadre disposte come nella figura 8, una squadra di superman attaccanti su due file a centro campo e una squadra di lex lutor difensori a fondo campo;

il primo lex lutor si prepara sulla linea di tiro libero e quando lo decide parte, solo in quel momento i 2 superman a centro campo possono partire per andare a canestro, se realizzano 1p. per la propria squadra, ma se jolly joker riesce a rubare il pallone 1p. per la loro squadra; ad ogni azione successiva il lex lutor di turno si posizionerà 1 passo avanti rispetto al precedente. Dopo un certo numero di azioni, inversione dei ruoli; vince la squadra che totalizza più punti (Fig. 8)

■ Partita di 2 c 2 !

bambini divisi in 2 squadre disposte come nella figura 9, situazione di gioco iniziale identica alla precedente; quando il lex lutor in difesa recupera la palla, insieme al primo compagno dell'altra fila dei lex lutor gioca 2 c 2 tuttocampo contro i due superman che avevano attaccato (Fig. 9). ■



Italia Basket Hall of Fame, assegnati i premi del 2011

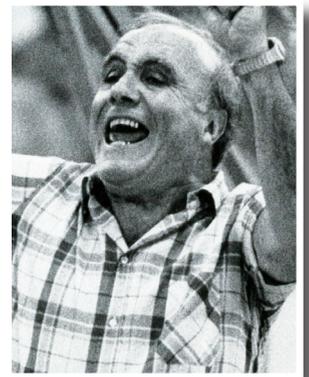


GABRIELE VIANELLO, Rosetta Bozzolo, Giuseppe "Dido" Guerrieri, Bruno Duranti, Valter Scavolini, Aldo Allievi, Giovanni Maggiò, Emilio Tricerri, e la Nazionale Maschile medaglia d'Argento ai Giochi Olimpici di Mosca 1980. Sono questi i premiati dell'edizione 2011 dell'Italia Basket Hall of Fame, il più alto riconoscimento che la Federazione Italiana Pallacanestro assegna a personaggi che si sono particolarmente adoperati per la diffusione e il miglioramento della pallacanestro italiana, attraverso le loro imprese sportive, i loro comportamenti e le azioni a favore del basket azzurro e dell'intero movimento. Le decisioni della Commissione degli Onori sono state ratificate in occasione del Consiglio Federale che si è tenuto il 16 dicembre 2011 a Roma, presso il Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti" dell'Acqua Acetosa.

Gabriele Vianello (categoria Atleti) ha vinto in carriera cinque scudetti e una Coppa dei Campioni. In Nazionale ha realizzato 1011 punti in 116 partite, partecipando anche a tre Europei e a tre edizioni dei Giochi Olimpici. Rosetta Bozzolo (categoria Atlete) ha vinto sette scudetti e una Coppa dei Campioni; 872 punti in Azzurro in 160 partite. Ha partecipato a cinque Europei, vincendo

il Bronzo nel 1974, e al Mondiale del 1975. Per Giuseppe "Dido" Guerrieri (categoria Allenatori) 323 le partite vinte sulle panchine di Serie A; è stato eletto "Allenatore dell'Anno" nel 1983 e nel 1986, dal 1990 è Allenatore Benemerito. L'arbitro d'Onore Bruno Duranti (categoria Arbitri) ha partecipato ai Giochi Olimpici del 1988, ai Mondiali Maschili del 1982, all'Europeo Maschile del 1979 e a 2 Europei Femminili (1978 e 1981). A Valter Scavolini il riconoscimento Una vita per il basket. Ad Aldo Allievi, Giovanni Maggiò ed Emilio Tricerri sono andati i premi Alla memoria.

Il Consiglio Federale ha inoltre ratificato le decisioni della Commissione degli Onori sui candidati, da sottoporre a votazione, per i premi Italia Basket Hall of Fame 2012. Nella categoria Atleti, Renzo Bariviera, Franco Bertini, Ivan Bisson, Sauro Bufalini e Massimo Cosmelli. Per le Atlete, Chiara Guzzonato, Bianca Rossi, Wanda Sandon e Luisa Zambon. Nella categoria Allenatori, Mario Blasone, Settimio Pagnini e Dan Peterson. Per la categoria Arbitri, Luciano Baldini, Stefano Cazzaro e Armando Pinto. ■





Paradigma dell'arbitraggio

Quello che segue è un estratto sintetico del lavoro svolto in occasione dei raduni di metà campionato con gli arbitri nazionali, dalla Serie A alla Divisione Nazionale C.

di **Silvio Corrias**

Ovviamente il messaggio è stato tarato su ogni gruppo in funzione della necessità di andare in profondità su aspetti specifici che riguardano ogni singola categoria. La presentazione del lavoro, su slides power point, è stata integrata con la visione di clips video estratte dalle gare dei vari campionati. Il messaggio tecnico è stato proposto su due livelli: di gruppo e individuale. Sono state analizzate, anche prendendo spunto da incontri con gli allenatori, le situazioni tecniche su cui si ritiene necessario trovare maggiore uniformità. All'interno delle situazioni sono stati analizzati: i movimenti, le giocate e le scelte; proposte le soluzioni e i suggerimenti, anche individuali per gli arbitri coinvolti. Il lavoro di impostazione e preparazione ha coinvolto tutto il Settore Tecnico del CIA: Francesco Barbieri, Silvio Corrias, Luigi Lamonica, Carmelo Morina, Gianmarco Riuscetti; I tecnici del territorio Marcello Perillo e Gianpaolo Sticco (video DNC). Il lavoro sul campo ha poi coinvolto sia gli Istruttori Tecnici sia i 9 Tecnici del territorio competenti sul gruppo della DNC.

Nel linguaggio comune un paradigma è un modello di riferimento, un termine di paragone. La parola deriva dal greco antico paràdeigma, che significa esemplare, esempio.

NEL PROCESSO DIDATTICO che stiamo portando avanti da qualche anno abbiamo cercato di individuare e trasferire i cardini necessari per la formazione di un Arbitro. Siamo partiti dai fondamentali individuali e di squadra (regolamento, movimento, meccanica). Sviluppando un percorso che passa: attraverso la conoscenza del gioco (a volte ancora limitata); la lettura della gara (dove puntiamo decisamente a migliorare con questo lavoro); la psicologia (emotività, empatia, relazione).

La difficoltà maggiore è quella di interconnettere **teoria e pratica**. Linee guida e direttive sono spesso confuse o girate a seconda delle necessità!

Troppo spesso diventano una giustificazione al cosa si è fatto e/o perché, o termine di paragone con altre situazioni (simili mai uguali) gestite da altri. Raramente sono momento di critica individuale o strumento di analisi costruttiva, fosse anche distruttiva come punto di azzeramento e ripartenza quando si veda la necessità di cambiare completamente l'approccio tecnico e relazionale.

Abbiamo un sistema arbitrale ancora troppo legato alla valutazione ... **"ho fatto bene? Ho fatto male?...hai fatto bene! Hai fatto male!?"** Questo è limitativo e spesso non aggiunge nulla al bagaglio dell'arbitro e crea attriti personali. Dobbiamo spostare l'attenzione sul modo di arbitrare, il bene e il male saranno solo una diretta conseguenza dell'aver fatto le cose nel modo giusto. Il momento di crescita e miglioramento sta nel trovare le ragioni di un errore, identificarlo, mettere



in moto i meccanismi necessari per evitarlo o quantomeno ridurlo. Insieme a questo devono essere, sempre, valorizzate le capacità acquisite, cioè tutte quelle cose che funzionano e sono conformi agli standards.

Filosofia e progetto: per raggiungere un obiettivo bisogna definire il percorso, conoscere gli strumenti, formare gli uomini. Fissare all'interno del percorso i vari steps da raggiungere, le verifiche periodiche per testare "sul campo" sia gli uomini che gli strumenti. Rimodellando e modificando le cose che non sono funzionali al raggiungimento dell'obiettivo.

L'insegnamento è importante, ma dobbiamo praticare un po' ogni giorno: senza l'azione non si arriva a nessun cambiamento!

La Teoria: come insieme delle nozioni di base, mattoni di certezze sulle regole, non solo l'enunciazione ma la filosofia e lo spirito delle norme inserite nel contesto del gioco. Norme condivise e accettate dai protagonisti. Il bagaglio fondamentale di un Arbitro, il suo patrimonio di partenza.

La realtà: il contesto in cui si muove

l'Arbitro, la sua conoscenza del gioco, la capacità di lettura delle giocate, l'applicazione del concetto di danno e vantaggio. Essere in sintonia con la realtà tecnica del campionato, il ritmo della gara, riconoscimento della tattica e strategia attuata dalle squadre. Elementi che devono aiutare ad interpretare tecnicamente la gara, per averne sempre il controllo ed essere preparati a qualunque ipotetico cambio di scenario.

In questo contesto andiamo a collocare la nostra analisi prestazionale ed i passaggi attraverso cui arrivare al nostro obiettivo un arbitraggio che sia **Accettato** da tutti i protagonisti ma soprattutto **Accettabile** tecnicamente. Ogni gara può avere al suo interno le 4 tipologie che presentiamo, discriminante per la qualificazione di una prestazione sarà l'incidenza dei vari momenti in relazione al flusso del gioco ed allo svolgimento complessivo della gara.

Sarà capacità della squadra arbitrale, quella di evitare i quadranti negativi, o al limite di ridurre i passaggi in ambito non corretto.

All'interno delle 4 aree abbiamo inserito la fotografia del percorso attraverso il quale vogliamo arrivare al nostro obiettivo. Il grafico raccoglie status che si possono incontrare sia in gare

diverse che all'interno della stessa gara nei suoi vari momenti. Raffinando i messaggi in relazione al potenziale degli arbitri abbiamo posto l'accento sulla necessità di riconoscere sempre, durante lo svolgimento di una gara, in quale quadrante si stia muovendo l'arbitraggio. Criticità e spunti hanno creato le premesse del lavoro video con cui riscontrare filosofia, teoria e pratica.

Non accettato non accettabile

In generale non riscontriamo questo status per tutto l'arco della gara. A volte può interessare alcuni momenti altre può essere un crescendo che arriva al culmine della gara nel finale. Più raramente, ma succede, lo troviamo in una fase iniziale della gara. Momenti di scollamento con la gara individuali e di squadra (coppia o terna). Fuori sintonia con il gioco e con l'ambiente (non accettazione). Interpretazioni tecniche errate (non accettabili) anche ravvicinate e non in equilibrio tra le due squadre. Ricorso frequente a sanzioni disciplinari. Incapacità di gestire un ambiente ostile.

Accettato non accettabile

La situazione più comoda, anche la più frequente. Lettura accettata della gara e delle giocate. Criticità tecniche episodiche, spesso assorbite dal gioco. Abitudine dell'ambiente ai vizi (lo fanno tutti!) tutti se lo aspettano. Scelte

“popolari” e più facili, condizionamento inconscio ed indiretto. Più gestione e meno tecnica, letture discontinue alla fine scontentano tutti.

Non accettato accettabile

Passaggio cruciale di qualità, il gioco cambia proponendo nuove situazioni tecnico tattiche. L'arbitraggio deve essere tecnicamente aderente al gioco. Le decisioni devono essere credibili e supportate con personalità. L'arbitro deve aiutare il gioco a scorrere ma anche controllare la gara (game management). Consistenza nelle chiamate (no call) per abituare a vedere sempre le stesse scelte. Un arbitraggio più tecnico è alla fine più accettato da tutti i protagonisti. Arbitrare tecnicamente alla fine è più facile di quello che si possa pensare.



Accettato accettabile

La situazione ottimale. Non elimina l'errore che comunque viene accettato (credibilità). Mette in pratica filosofia e teoria inserendosi nel flusso della gara. Sintonia con la tecnica di gioco, equilibrio negli interventi e nella relazione. Esalta i valori in campo, favorisce lo spettacolo. Permette al talento di fare la differenza, protezione di chi gioca bene a pallacanestro. Una volta definito e condiviso lo schema abbiamo preso per mano gli Arbitri e siamo entrati nel flusso della gara! Ma per i dettagli dovrete pazientare fino al prossimo numero. Work In Progress! ■

PARADIGMA DELL'ARBITRAGGIO

NON ACCETTATO ACCETTABILE	ACCETTABILE +
ACCETTATO ACCETTABILE	ACCETTATO +
NON ACCETTATO NON ACCETTABILE	ACCETTABILE -
ACCETTATO NON ACCETTABILE	ACCETTATO -

Insegnare il gioco senza palla: un'ipotesi di lavoro

La lezione tecnica di Andrea Capobianco, responsabile del Progetto Azzurri

NEL MONDO DELLA PALLACANESTRO si è soliti affermare che è bello vedere in campo squadre che si passano la palla e nelle quali tutti i giocatori sono coinvolti. Il passaggio, infatti, è un ottimo strumento che permette di evidenziare la capacità collaborativa di una squadra in attacco. Ma poiché l'obiettivo dell'attacco è di far canestro, è necessario che il passaggio si declini con il concetto di vantaggio. Noi sappiamo che il vantaggio consiste nell'ottenere un soprannumero. Per questo motivo il passaggio da solo non può assicura-

re alcun vantaggio. Il passaggio è l'atto finale di una complessa serie di azioni che costituiscono il gioco senza palla. Gli allenatori sono sempre a caccia dei giocatori che sappiano giocare senza palla qualora non siano oppressi dalla necessità di avere giocatori che sappiano fare canestro; a me piacerebbe dare sostegno agli allenatori attraverso alcune considerazioni ovvie ma forse proprio per questo raramente oggetto di riflessione. L'insegnamento è strettamente connesso alla capacità di utilizzare i fondamentali tecnici e tat-



tici di cui abbiamo parlato nell'articolo precedente e che in questo articolo si inquadrano nel gioco senza palla.

Nota: E' evidente che in questo serie di esercizi non sono stati trattati esercizi "a secco" di fondamentali tecnici ma è chiara l'importanza di imparare anche il gesto puramente tecnico. ■

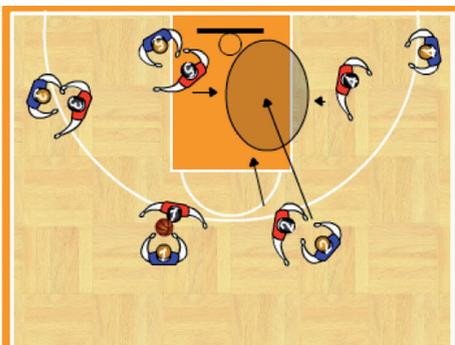
DEFINIZIONE DEL GIOCO SENZA PALLA

Vorrei iniziare cercando di chiarire e definire il gioco senza palla che, per me, si situa all'interno di un'idea di pallacanestro strutturale ed integrata. Il gioco senza palla è come lo sfondo di un quadro da cui emerge la figura in primo piano. Così come in un dipinto la figura può essere valorizzata o svilita dallo sfondo, così il gioco senza palla può facilitare o distruggere il gioco con la palla. In termini teatrali il gioco senza palla è ciò che avviene dietro le quinte e che sostiene i protagonisti in scena. In termini di valori è la rinuncia ad apparire e il sacrificio di chi è capace di mettersi in secondo piano per il bene della squadra, ben sapendo che per il pubblico sarà difficile apprezzarlo.

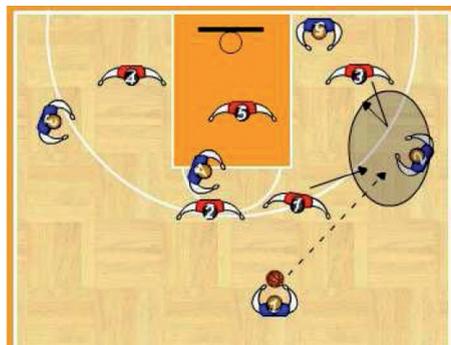
Il gioco senza palla richiede una conoscenza della pallacanestro che si situa ad un livello di complessità superiore perché integra due totalità diverse (gioco senza palla - gioco con la palla) che però appartengono alla stessa struttura gerarchica: il gioco della pallacanestro.

DEFINIZIONE: FORMULA

Definisco il gioco senza palla il movimento e/o il posizionamento dei giocatori che non sono in possesso della palla allo scopo di prendere e/o mantenere un vantaggio. Esempi di situazioni di gioco senza palla per prendere un vantaggio

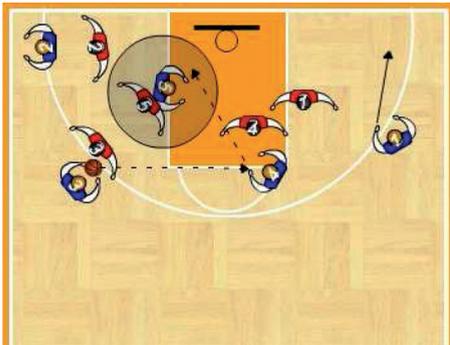


Il giocatore 2 effettua un taglio back door costringendo la difesa ad un aiuto. (un attaccante contro due difensori)

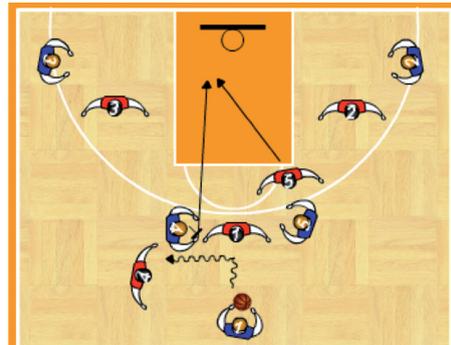


In situazioni di attacco contro la difesa a zona, il giocatore 2 posizionandosi nello spazio giusto crea una situazione vantaggiosa per la squadra. Infatti sul passaggio da 1 a 2 ci sarà una situazione di aiuto e recupero quindi anche se solo per pochissimo tempo due giocatori saranno impegnati su un attaccante. (un attaccante contro due difensori)

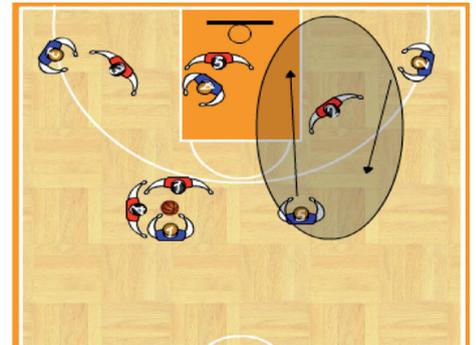
Esempi di situazioni di gioco senza palla per mantenere un vantaggio



Il giocatore 5 anticipato completamente avanti conservando la giusta posizione riesce a mantenere il vantaggio che ha sul lato destro del campo.



In questa situazione di doppio pick and roll alto, la difesa decide di cambiare tra lunghi quindi il difensore 5 andrà a marcare 4 e il difensore 4 recupererà su 5. L'attaccante 5 leggendo questa situazione vantaggiosa per motivi strategici taglia per mantenere il vantaggio e 2 rimpiazza sempre per mantenere il vantaggio.



IMPORTANZA DEL GIOCO SENZA PALLA

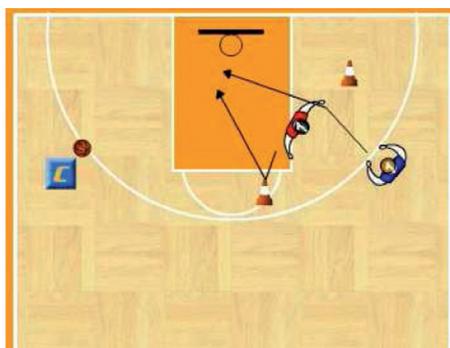
Il gioco senza palla insieme al gioco con la palla è organizzato negli schemi (situazioni) eseguiti dai giocatori che quando si scontrano con le difese subiscono adattamenti in base alla capacità di lettura dei giocatori e degli allenatori.

Rompere l'automatismo di un gioco senza palla è obiettivo prioritario della difesa ed è ciò che si vede quando la difesa riesce a chiudere ad esempio le linee di passaggio ciò accade perché il gioco senza palla "non ha prodotto alcun passaggio". Ciò che rende difficilmente prevedibile un giocatore e la squadra sono due fattori:

- 1) Capacità di lettura e scelta in base all'organizzazione difensiva della squadra avversaria
- 2) Capacità di collaborazione = capacità di leggere insieme = capacità dei compagni di leggere e scegliere in modo condiviso

INSEGNARE IL GIOCO SENZA PALLA

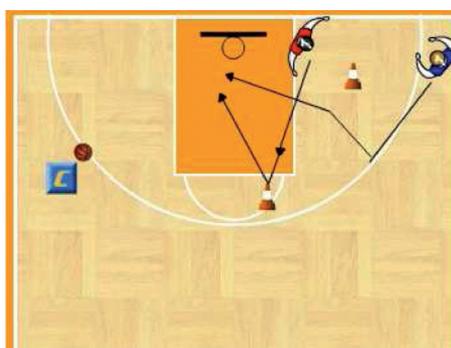
Data l'importanza del gioco senza palla vi presento il mio modo di insegnarla



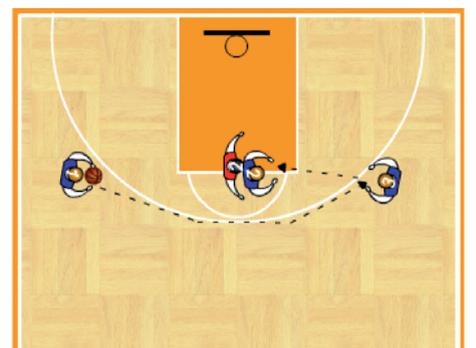
Giocatori disposti come da diagramma
Quando C batte la palla a terra il difensore 1 deve toccare un birillo e l'attaccante 1 deve effettuare un taglio per ricevere la palla in una posizione vantaggiosa. Se il giocatore perde il vantaggio o non riesce a prendere vantaggio esce in angolo e gioca l'1vs1 con palla.

Cosa insegniamo:

- 1) Il guardare
- 2) Le capacità di scelta
- 3) La tecnica



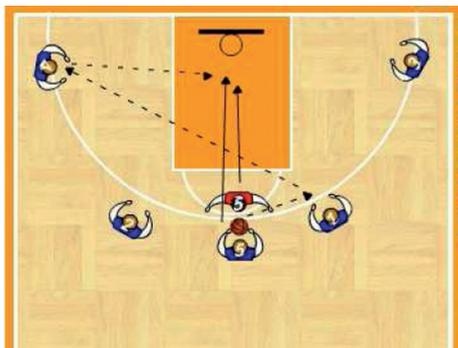
Variante:
La coppia parte dall'angolo sale e quando il coach batte la palla a terra inizia la situazione agonistica di 1vs1 senza palla.



Giocatori disposti come da diagramma:
2 deve trovare la posizione per ricevere tre volte la palla. 1 e 3 possono passarsi la palla per trovare la migliore linea di passaggio per 2. Dopo aver ricevuto tre volte 2 può allargarsi sul perimetro ricevere e giocare 1vs1

Cosa insegniamo:

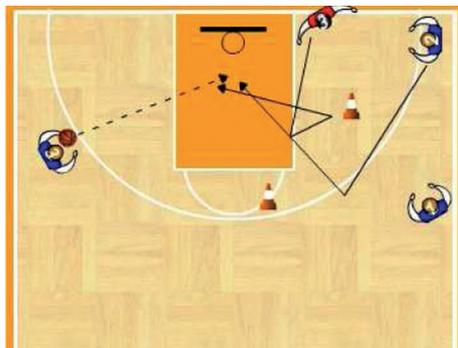
- 1) Il guardare, il toccare
- 2) Le capacità di scelta (da quale lato ho vantaggio? Da dove ricevere il pallone? Quale piede muovere per mantenere la posizione vantaggiosa?)
- 3) La tecnica (Posizione fondamentale)



Giocatori disposti come da diagramma 5 passa ad un compagno e taglia per prendere vantaggio. Se viene anticipato, usando un tagliafuori offensivo (posizione fondamentale) può mantenere il vantaggio sul lato opposta alla palla. I giocatori sul perimetro passandosi la palla devono cercare di trovare la migliore linea di passaggio.

Cosa insegniamo:

- 1) Il guardare, il toccare
- 2) Le capacità di scelta (dove ho vantaggio? Quale giro effettuare per mantenere la posizione?)
- 3) La tecnica (cambio di direzione, di velocità, posizione fondamentale)

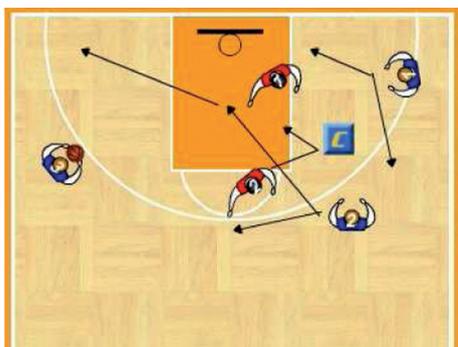
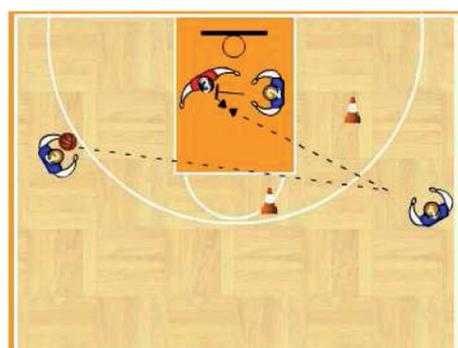


Giocatori disposti come da diagramma il giocatore 1 cerca di prendere il vantaggio con il taglio, se non può ricevere perché il difensore 2 riesce ad anticipare 3 può passare la palla ad 1 e 2 deve mantenere la posizione per ricevere da 1.

Cosa insegniamo:

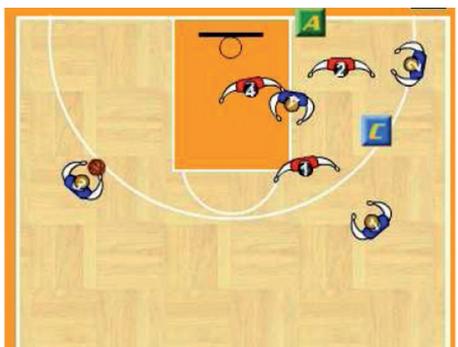
- 1) Il guardare, il toccare
- 2) Le capacità di scelta (dove ho vantaggio? Quale giro effettuare per mantenere la posizione?)
- 3) La tecnica (cambio di direzione, di velocità, posizione fondamentale)

NB rispetto all'esercizio n1 i birilli sono meno distanti tra di loro.



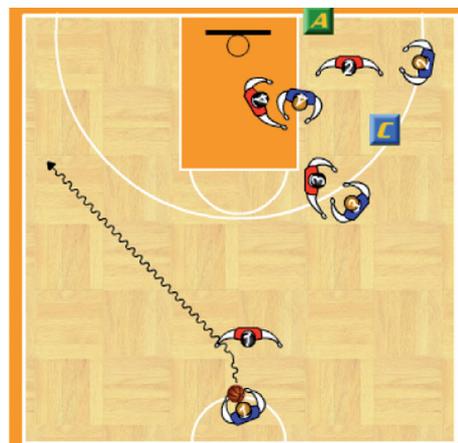
Giocatori disposti come da diagramma Quando C tira fuori una mano il difensore in corrispondenza della stessa prima di difendere deve toccare la mano. L'attaccante per prendere vantaggio deve tagliare. In base all'aiuto difensivo il secondo attaccante, leggendo, si muoverà di conseguenza per mantenere il vantaggio preso dal compagno. Cosa insegniamo:

- 1) Il guardare, il toccare
- 2) Le capacità di scelta (dove ho vantaggio? Quale giro effettuare per mantenere la posizione?)
- 3) La tecnica (cambio di velocità, posizione fondamentale)

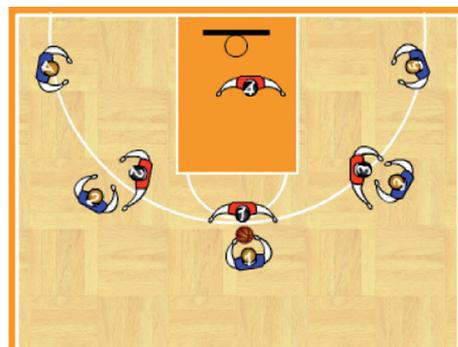


Giocatori disposti come da diagramma quando A o C allungano la mano aperta il difensore più vicino tocca la stessa per poi difendere. Da questa situazione vantaggiosa nascono i tagli o il posizionamento per prendere e mantenere il vantaggio senza palla. Cosa insegniamo:

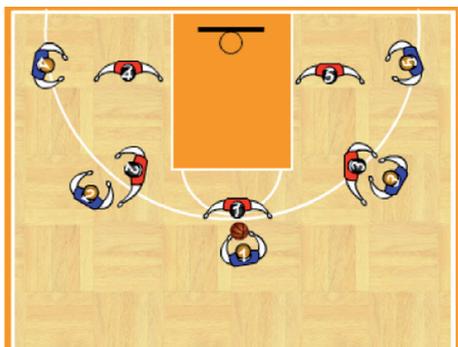
- 1) Il guardare,
- 2) Le capacità di scelta (dove e come prendo vantaggio? Dove e come mantengo il vantaggio? Quali fondamentali usare?)
- 3) La tecnica (cambio di velocità, cambio di direzione)



Giocatori disposti come da diag, 1 in palleggio si sposta in una posizione da cui può mantenere il vantaggio preso dai tagli e dal posizionamento senza palla, Quando A o C fa vedere la mano il difensore più vicino prima di difendere deve toccare la mano.



5 contro 4 senza palleggi



5 contro 5 senza palleggi

Re.Play

Newsletter ufficiale FIP

Anno 2 - numero 1

Federazione Italiana Pallacanestro
via Vitorchiano, 113 - 00189 Roma
www.fip.it

Progetto a cura
Area Marketing Eventi Comunicazione FIP
marketing@fip.it - ufficio.stampa@fip.it
Foto: Archivio FIP/Ciamillo-Castoria
Grafica: file23