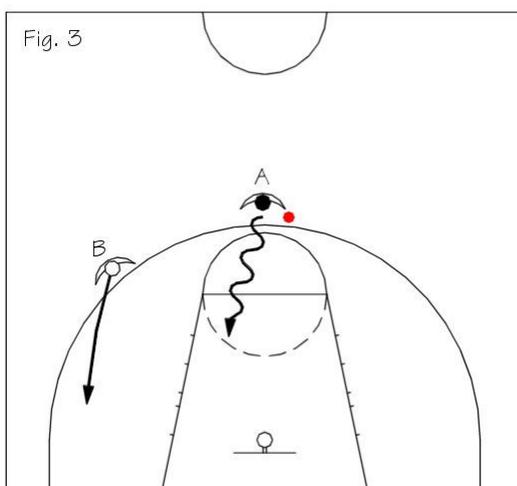
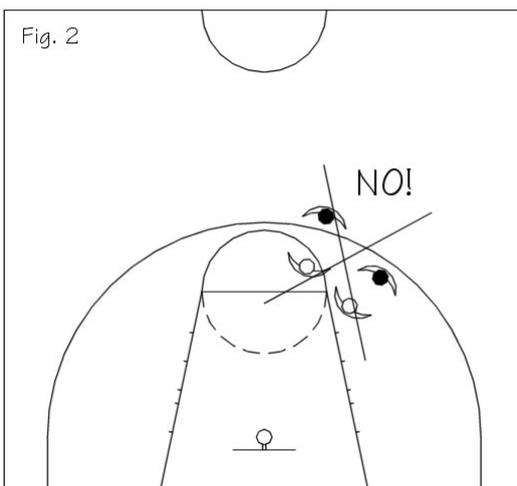
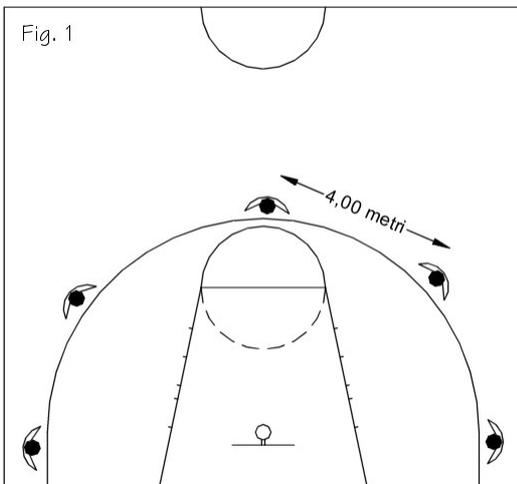


# Costruzione di un gioco d'attacco contro una difesa individuale

Fabrizio FRATES

Pordenone, 8 aprile 2002



I movimenti che vedremo in questa lezione sono indicati per squadre seniores o squadre giovanili a partire dalle categorie cadetti-juniores, perché prevedono la distinzione fra giocatori interni ed esterni.

Sono dei principi di base, che valgono per tutte le squadre perché non necessitano di un giocatore più forte degli altri, né di uno con caratteristiche particolari.

Il primo passo riguarda le collaborazioni a due, che saranno suddivise in:

- A. collaborazioni fra giocatori di perimetro (piccoli)
- B. collaborazioni fra giocatori interni (lunghi)
- C. collaborazioni fra giocatori di perimetro e interni.

Prima di incominciare, è importante porre l'accento su due concetti fondamentali, che rientrano in tutte le situazioni di gioco:

- 1) **SPAZIO**: i giocatori devono rispettare una giusta distanza fra di loro, non rimanendo mai troppo vicino l'uno all'altro, rispettando la regola dei 4 metri (Fig. 1). Due attaccanti che giocano troppo vicini, avvantaggiano la difesa (Fig. 2).
- 2) **LEGGERE**: i giocatori devono "leggere" le reazioni della difesa, ed agire di conseguenza, approfittando di eventuali errori.

## COLLABORAZIONI FRA GIOCATORI DI PERIMETRO

Sulla penetrazione di A, B deve spaziare, ovvero si muove in angolo per allontanare la difesa e rendere più difficile l'aiuto (Fig. 3).

Regola dell'angolo: posizionare sempre un uomo nell'angolo opposto alla penetrazione, per ricevere lo scarico.

E' importante correggere da subito i giocatori che giocano vicini fra di loro.

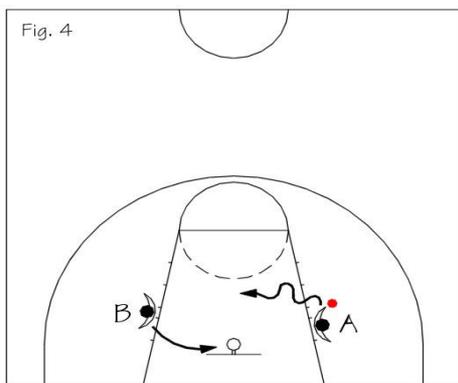


Fig. 4

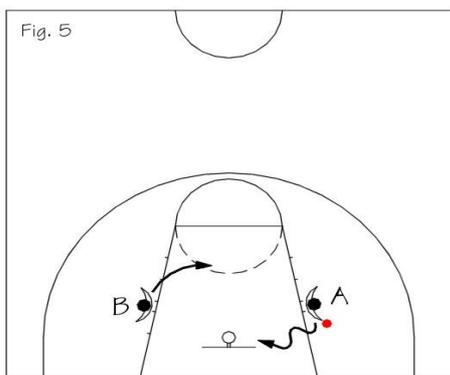


Fig. 5

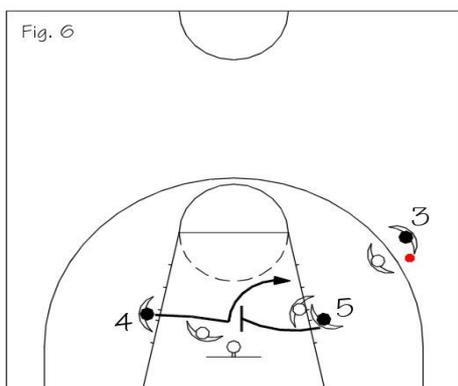


Fig. 6

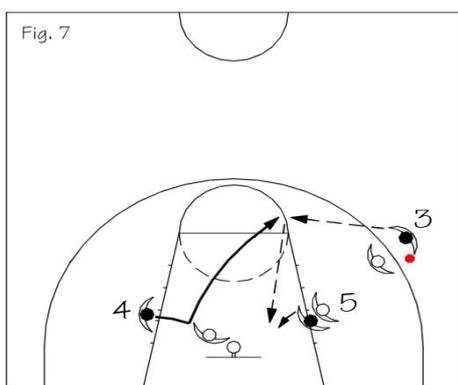


Fig. 7

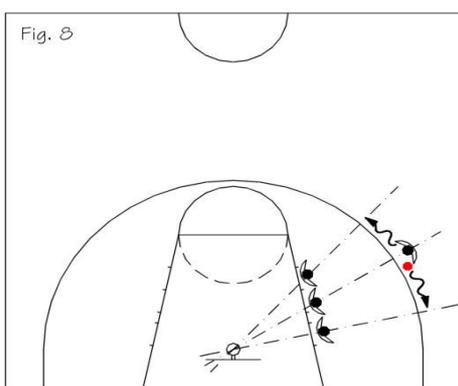


Fig. 8

## COLLABORAZIONI FRA GIOCATORI INTERNI

La posizione migliore per cominciare un attacco è quella con due pivot, che permette di iniziare i giochi in maniera simmetrica.

Se A si muove verso in centro, B gioca in opposizione, scivolando sul fondo, pronto a ricevere la palla se il suo difensore aiuta sulla penetrazione di A (Fig. 4).

Se A si muove verso in fondo, B conquista il centro dell'area, pronto a ricevere la palla se il suo difensore aiuta sul fondo (Fig. 5).

In entrambi i casi, ci deve essere un piccolo in angolo per lo scarico.

Regola della distanza; mai due lunghi sullo stesso lato, per non avvantaggiare gli aiuti difensivi.

I lunghi hanno anche compiti particolari nelle collaborazioni senza palla;

- con palla a 3 e difesa dietro, se il 5 non riceve conta fino a tre e blocca per il 4, poi si gira in mezzo all'area (Fig. 6)
- con palla a 3 e difesa davanti, il 4 sale in post per togliere l'aiuto sul lob e gioca anche di sponda con il 5 (Fig. 7).

## COLLABORAZIONI FRA GIOCATORI DI PERIMETRO E INTERNI

Il primo principio da rispettare è quello della "spaziatura", con il piccolo che si posiziona dietro l'arco dei tre punti.

Se necessario, qualche palleggio in arretramento ci permette di trovare la giusta posizione per iniziare a giocare con il lungo.

Una distanza minore permette al difensore esterno di andare a raddoppiare il Pivot.

La seconda cosa da fare è quella di cercare l'allineamento fra palla-Pivot-canestro (Fig. 8), per mettere in difficoltà la difesa che deve prendere una decisione.

Le soluzioni che si possono verificare sono:

- se la difesa sta dietro, palla al lungo e uno contro uno.

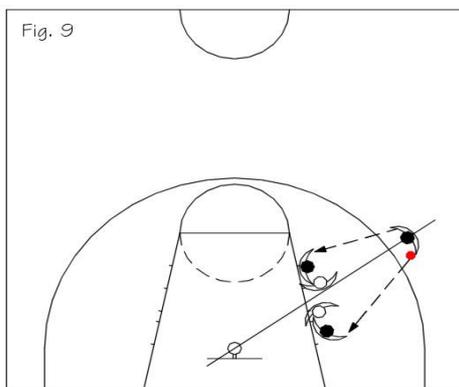


Fig. 9

- se il difensore si dispone a  $\frac{3}{4}$ , di nuovo palla al lungo sul lato libero (Fig. 9).
- se la difesa è davanti, collaborazione con l'altro lungo che sale in Post per togliere l'aiuto sul lob e lavora da sponda.

L'obiettivo della difesa diventa dunque quello di rompere l'allineamento.

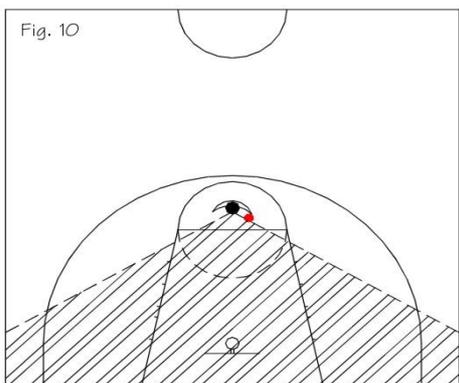


Fig. 10

## COSTRUZIONE DEL GIOCO IN ATTACCO

Una delle posizioni chiave in un movimento in attacco è quella del Post alto (Fig. 10).

Da questa posizione il giocatore vede tutto il campo d'attacco e tutti i compagni; vogliamo perciò che questa posizione sia occupata dal secondo lungo.

Le soluzioni di gioco dal Post alto sono:

- tiro frontale o gioco uno contro uno
- ribaltamento del pallone sul lato debole
- collaborazione con l'altro lungo usando la sponda
- movimento di taglio a canestro

La palla in Post alto deve passarci sempre e starci poco.

In situazioni di un esterno che penetra sul centro dell'area, i compagni devono creargli quattro possibilità di scarico (Fig. 11).

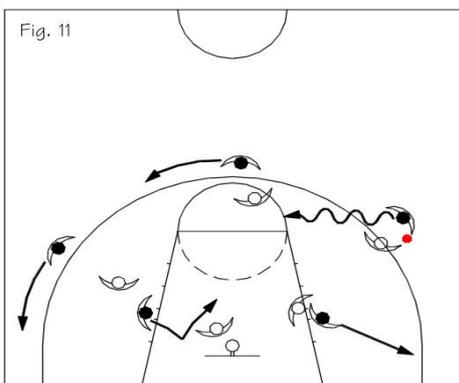


Fig. 11

Con l'esterno che penetra sul fondo, muoversi per togliere tutti i possibili aiuti (Fig. 12).

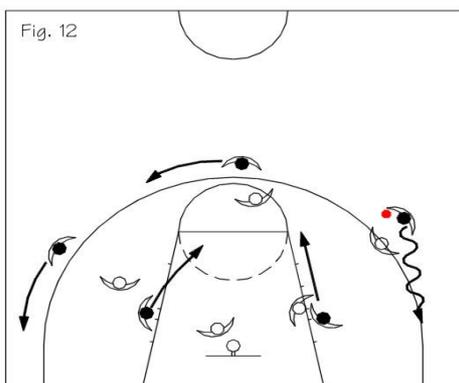


Fig. 12

L'attacco verrà costruito tenendo presente che con la regola dei 24 secondi si è obbligati a fare un solo ribaltamento.

Il gioco comincia immediatamente, dalla rimessa dal fondo, cercando subito la soluzione del contropiede.

Il primo lungo deve "spaccare" l'area e prendere posizione sul lato del pallone (Fig. 13).

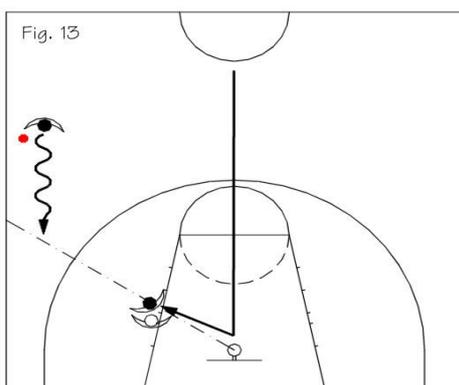


Fig. 13

Il secondo lungo "spacca" l'area e si posiziona sull'altro lato del campo, pronto a giocare in opposizione con il compagno.

Primo obiettivo è di cercare l'allineamento per dare subito la palla sotto canestro.



Fig. 14

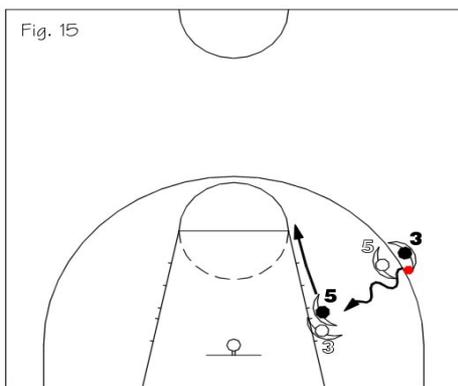


Fig. 15

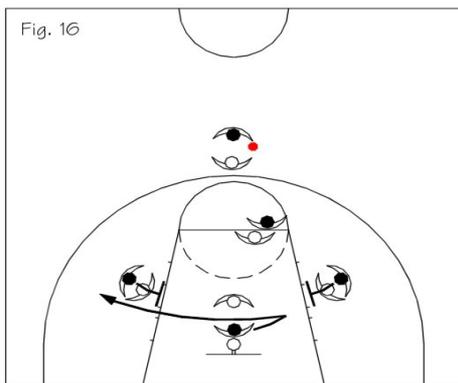


Fig. 16

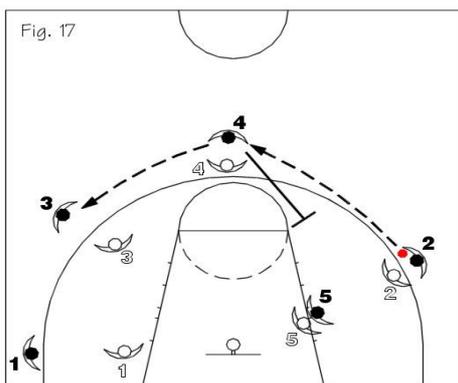


Fig. 17

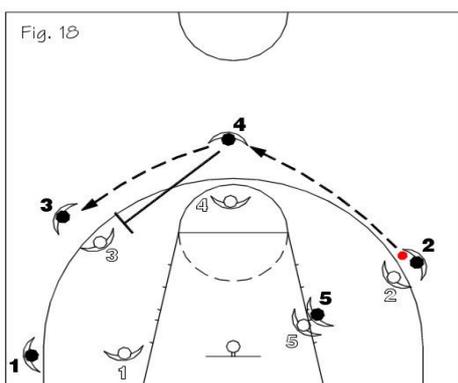


Fig. 18

Se non riusciamo a passare la palla dentro, ci sono le penetrazioni con gli adeguamenti e le collaborazioni viste poco fa.

Se non si sono create facili soluzioni di tiro, inseriamo i blocchi.

Esaminiamo le possibilità difensive con il lungo che blocca per l'esterno (Fig. 14):

- se la difesa decide di inseguire per mantenere l'anticipo sull'uscita in angolo e sull'arco dei tre punti, l'attaccante "ricciola" e c'è bisogno dell'aiuto da parte del lungo (soluzione a)
- se la difesa passa sopra, anticipa il ricciolo e l'uscita sui tre punti, ma arriva in ritardo nell'angolo (soluzione b)
- se la difesa fa cambio difensivo, siamo in situazione di miss match (soluzione c)

Nel caso di miss match, dobbiamo considerare le caratteristiche dei giocatori interessati nel cambio difensivo.

Nella pallacanestro moderna non è raro trovare dei giocatori esterni di oltre due metri, oppure dei lunghi di poco più di due metri, perciò spesso i vantaggi ottenuti con il cambio sono minimi.

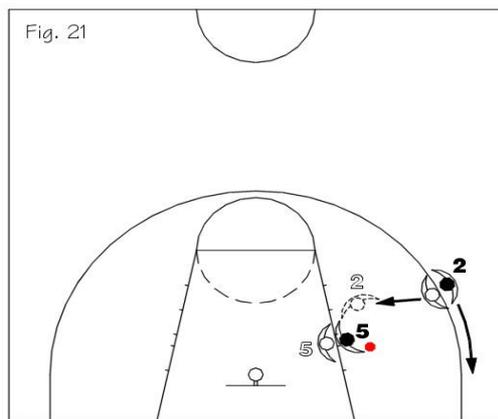
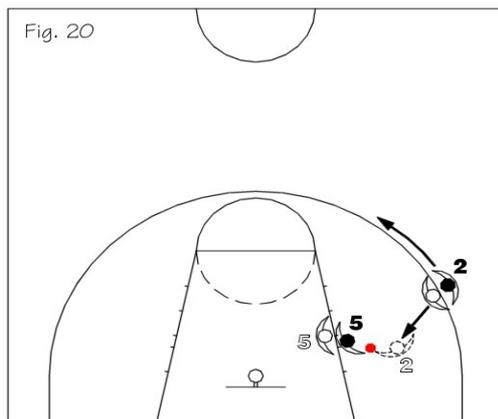
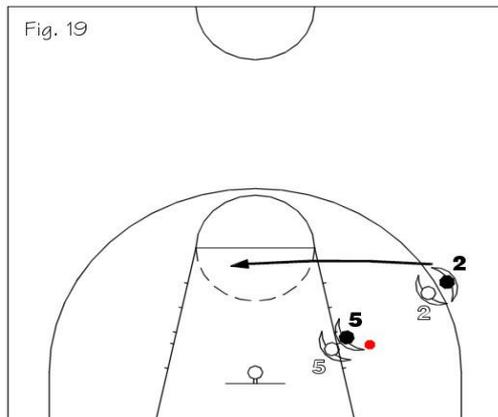
La soluzione che molti allenatori preferiscono è in ogni modo quella di allontanare il lungo marcato dall'esterno, per permettere al piccolo marcato dal lungo la soluzione dell'uno contro uno, sfruttandone la maggior velocità (Fig. 15).

Un esempio di come cominciare un gioco in attacco è quello di sistemare due *posti di blocco* con i due interni ed un piccolo sotto canestro che sfrutta uno dei due blocchi per smarcarsi e ricevere in posizione di guardia (Fig. 16).

Preso la posizione, si gioca con le solite regole viste fino adesso (allineamento, collaborazioni, ...).

Altro passaggio dello schema: il ribaltamento con il Post alto.

Se il difensore del Post segue fino alla linea di tre punti per evitare di subire un tiro pesante, 4 ribalta e blocca lontano dalla palla, liberando spazio per l'uno contro uno del compagno (Fig. 17).



Se invece il suo difensore rimane in area, 4 ribalta, blocca sul pallone e gioca pick & roll (Fig. 18).

Un'altra situazione da considerare è quella con palla che arriva al Pivot basso.

- Per prima cosa vanno predisposti punti di scarico.
- Se il difensore dell'esterno rimane in anticipo, ci si sposta per lasciare spazio al lungo (Fig. 19).
- Se il difensore dell'esterno scende a raddoppiare sul Post, ci si allontana dal lato opposto al suo, per liberarci per un tiro (Fig. 20) (Fig. 21).
- Dopo che il Post si è mosso, giocare la collaborazione con l'altro lungo.

### SITUAZIONI SPECIALI

Secondo le caratteristiche dei propri giocatori, si possono analizzare infinite soluzioni speciali.

Esempio: movimento eseguito dalla Snaidero.

Si sfruttano le caratteristiche di Sartori, che può difendere su un lungo e tirare da tre punti, Woolridge che gioca uno contro uno, e Mian al tiro da tre.

Stern fa pick and roll con Woolridge che prova la penetrazione, se il difensore di Sartori aiuta, Mauro si fa trovare libero sull'arco per un facile tiro (Fig. 22).

Se la difesa riesce a chiudere bene gli spazi e non c'è il tiro di Sartori, Woolridge torna sul perimetro e riceve palla, Stern e Sartori preparano un doppio blocco per Mian, con Li Vecchi che bilancia (Fig. 23).

