

Coach Scariolo è partito da una esperienza concreta; la scelta di difendere a zona nell'ultima partita di play-off, contro una squadra con buoni lunghi, con più talento e con almeno tre giocatori in grado di giocare 1 C. 1. Si trattava di una scelta di difendere per quasi tutta la partita, non per 5 o 10 minuti. Fatta la scelta, riunione con i giocatori per averne la disponibilità; si trattava di giocare contro una squadra che giocava in casa e molto aggressiva.. "Ci siamo chiesti su quante siano le squadre capaci di giocare contro la zona per 38'? in genere nessuna squadra ha molti giochi contro la zona."

Per sapere attaccare una zona, bisogna prima costruirla, altrimenti non è allenante. Per costruirla ci sono molti esercizi, ma il metodo migliore è il 5 c. 5, con l'attacco che cura un aspetto alla volta; poi si passa al 5 c. 6, ed infine contro l'attacco che gioca con schemi organizzati. C'è da perdere molto tempo.

Inoltre coach Scariolo disponeva di una squadra con 2 perimetrali non ottimi difensori; aveva difficoltà a difendere sul 4 e sul 5; conseguentemente anche sul Pick and Roll e sui blocchi.

La scelta è stata per la 2-3, in quanto si può difendere meglio sul post alto, si può tenere il 5 vicino a canestro.

**PRINCIPI:**

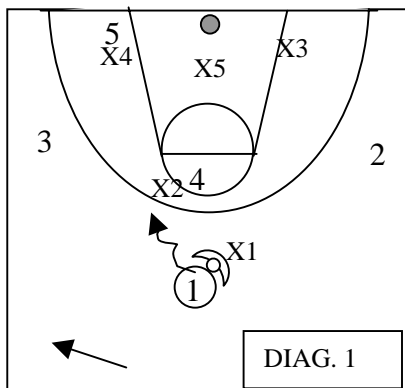
1. capacità di lettura dell'attacco;
2. capacità della squadra a reagire da sola alle variazioni dell'attacco;
3. difendere sugli attaccanti tenendo conto delle loro caratteristiche;
4. conoscere i giochi offensivi degli avversari.

**REGOLE:**

1. difendere sulle penetrazioni;
2. difendere sul post alto, a seconda di quello che si decide di consentirgli di fare;
3. difesa sul pick and roll;
4. difesa sui tagli.

La considerazione iniziale di Scariolo è che la match – up non è sempre affidabile ed è difficile.

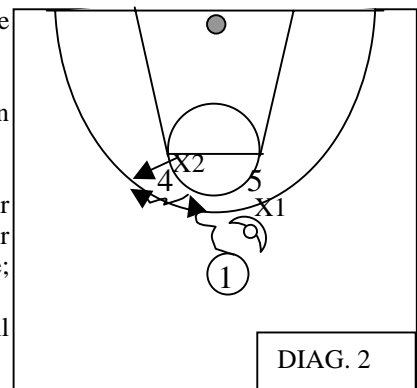
Inoltre il problema grosso della zona è quello di non subire rimbalzi offensivi.



Coach Scariolo preferisce avere il 2 ed il 3 sui lati opposti; più precisamente avere 1 e 3, 2 e 4.

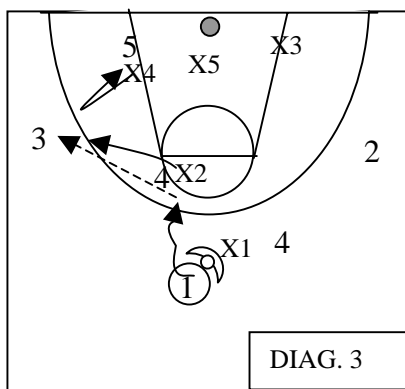
Primo problema; chi prende l'uomo con la palla e cosa deve fare?

1. impedire penetrazione;
2. mandarlo vs. compagno non per provocare un aiuto ma per scoraggiarlo a penetrare; (DIAG: 1)
3. cosa fare contro pick and roll alto. (DIAG.2).

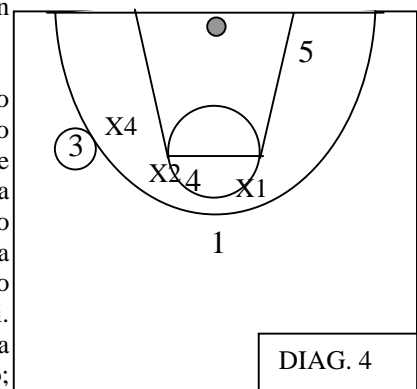


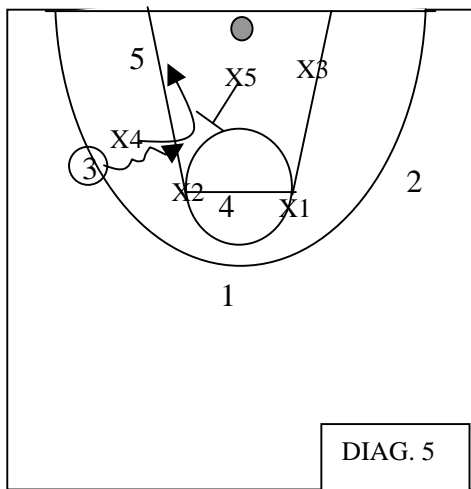
Immaginiamo un doppio blocco alto.

X1 manda 1 vs. X2 che aspetta sotto il blocco, e quindi passa dietro 4 (così non si squilibra la difesa).



Sul primo passaggio non si marca il tiro da tre. X4 fa aiuto e recupero, arrivando in equilibrio (movendosi con finte e lavorando con le braccia), dentro la linea dei 3pt. Riprende poi la posizione contro 5, mentre X2 recupera su 3. Questa scelta è dovuta al fatto di non subire passaggio dentro a 5, e di non subire penetrazioni. Si rischia il tiro da tre. Se 5 non è dalla sua parte può anche uscire più alto;



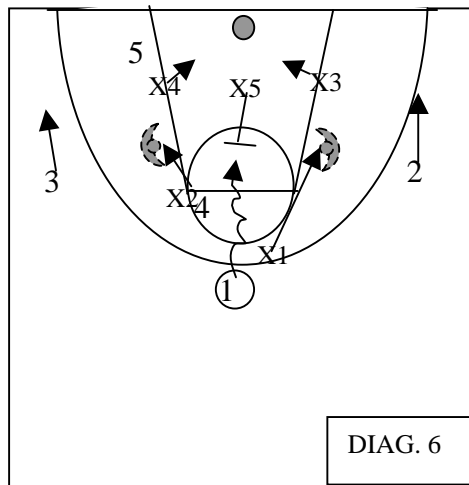


DIAG. 5

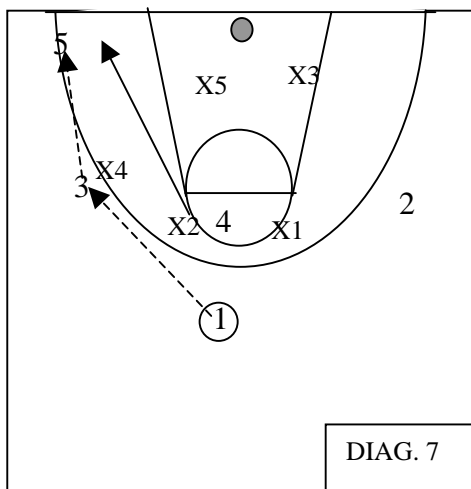
Se X4 subisce una penetrazione, mentre è impegnato nell'aiuto e recupero, deve:

- Mandare l'avversario vs. X5;
- recuperare su 5.

X5 deve bloccare la penetrazione muovendosi sul primo palleggio. Sulla penetrazione centrale, X5 (che si muove sempre sul primo palleggio) è responsabile della chiusura; X3 ed X4 chiudono il fondo; X1 e X2 debbono lavorare contro gli scarichi ai perimetrali. (DIAG. 6).

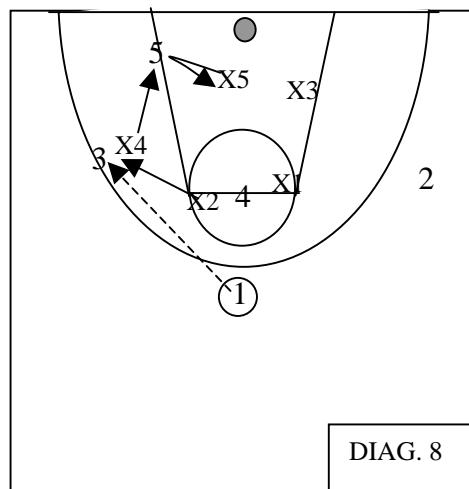


DIAG. 6

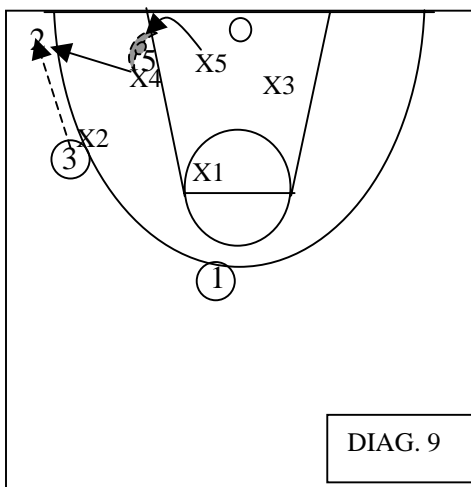


DIAG. 7

Se 3 ribalta immediatamente all'uomo in angolo, è impensabile il doppio recupero di X2 su 3 e X3 su 5; allora X2 deve andare a coprire 5. (DIAG. 7). Altrimenti c'è aiuto e recupero normale. Da notare che gli altri sono ben dentro la linea dei tre punti. (DIAG. 8).

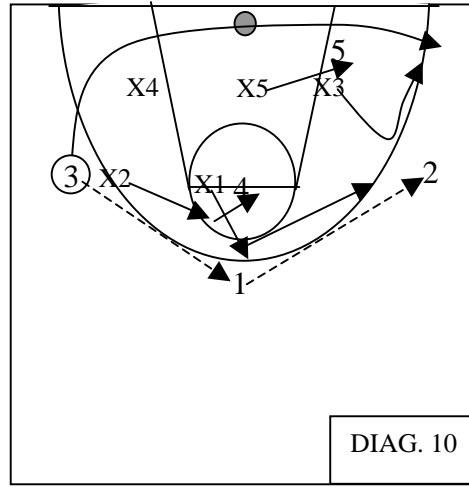


DIAG. 8

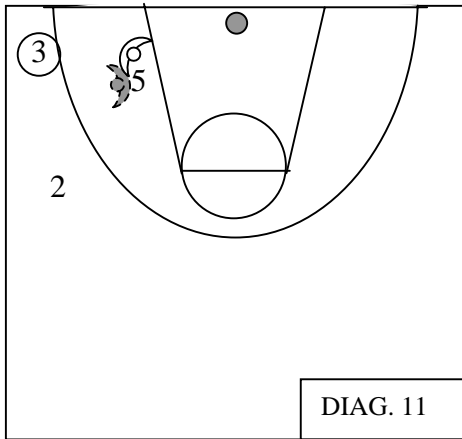


DIAG. 9

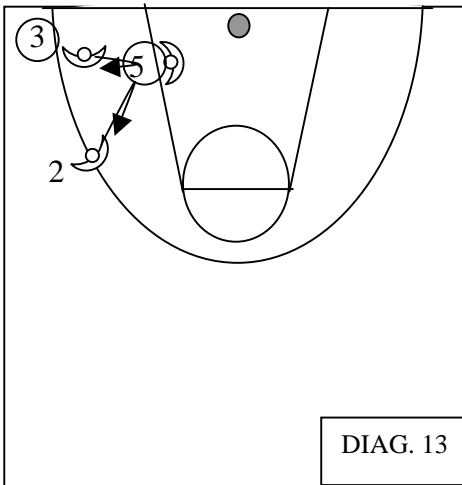
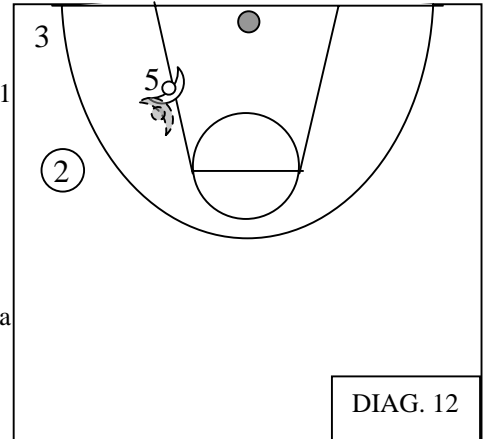
Con palla da 3 a 2, X4 si muove mentre la palla è in volo, non prima. X5 va a marcare il post basso in anticipo di 3/4 o anche di 4/4. (se la palla è in guardia di 3/4 sopra) Usare le braccia per ostacolare. A meno che, come da diag. 10, il perimetrale non sia un "sorvegliato speciale".



DIAG. 10

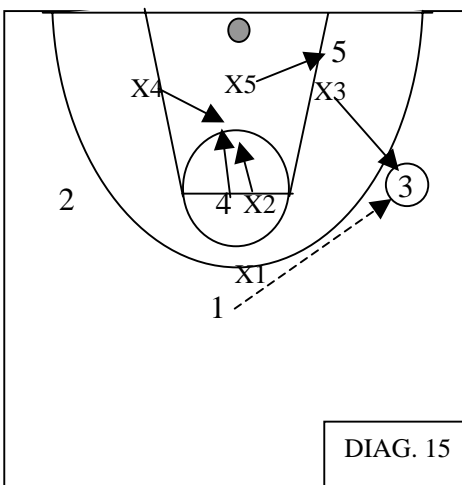
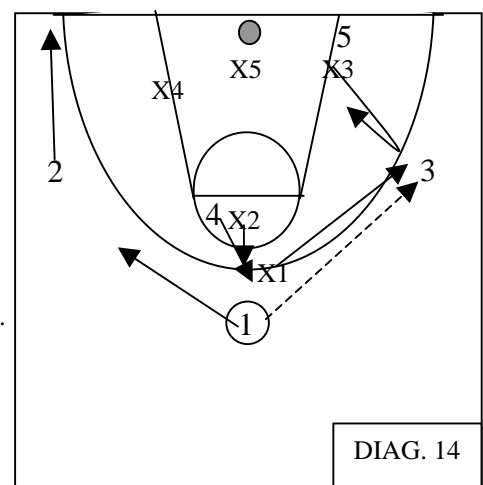


4 modi per marcare il post basso.  
 Con palla in angolo, diag. 11  
 - Di  $\frac{3}{4}$  (figura chiara);  
 - Davanti di 4/4 (figura grigia).  
 Con palla in guardia: (diag. 12)  
 - Di  $\frac{3}{4}$  (figura chiara);  
 - In guardia aperta (figura grigia)



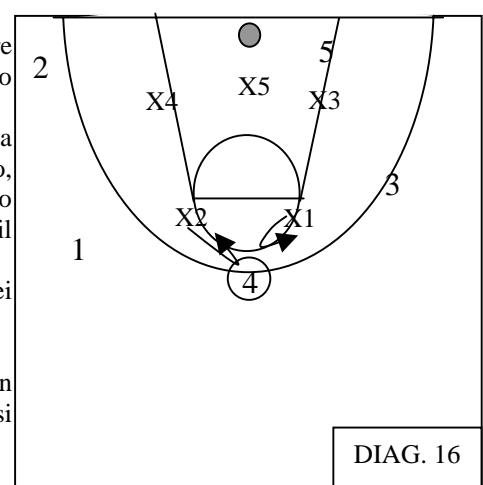
Con palla al post basso, X3 e X2 devono lavorare sulle linee di passaggio, facendo gli spadaccini; "tocca e recupera". (DIAG. 13)

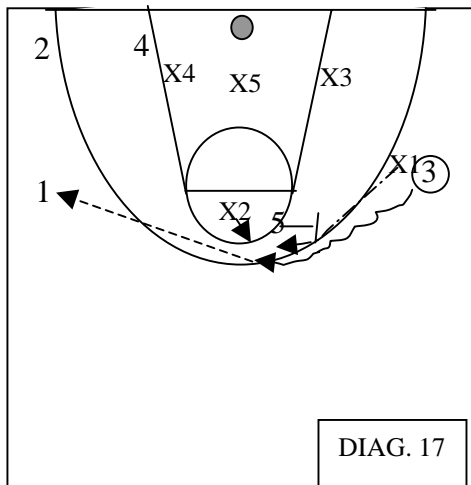
Il post alto deve essere sempre marcato. Se la palla va da 1 a 3. X2 ha la responsabilità di anticiparlo. Se ritorna a 4 che è uscito, X2 deve marcarlo se è un tiratore. (DIAG. 14).



Se taglia dentro, deve essere accompagnato, X2 lo consegna a X4. (DIAG. 15)  
 Ovviamente la stessa cosa succede con il taglio vs. alto, in cui il difensore sotto accompagna e consegna il post al difensore sopra. (non riportato nei diagrammi)

Se è un giocatore che non tira è più facile. X1 e X2 si limitano a "sfidarlo"



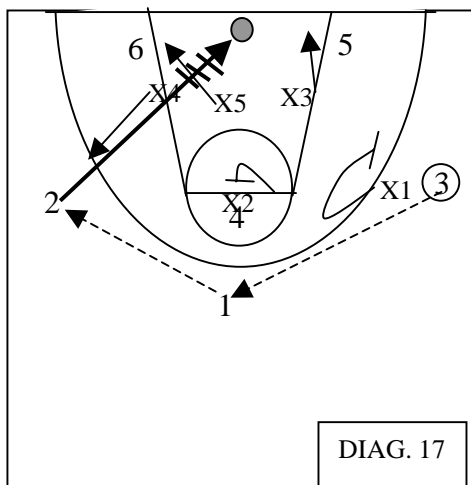
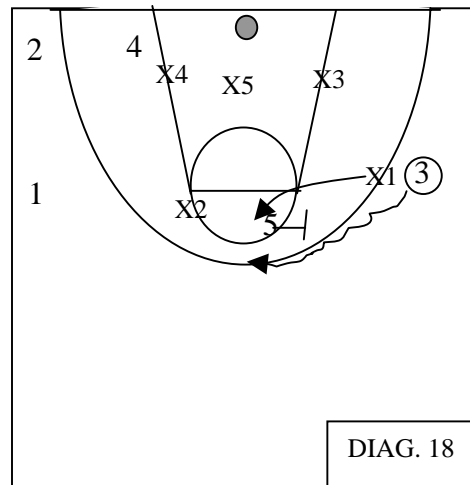


Sul pick and roll di 3 con 5, X1 ha 2 possibilità:

- Forzare il blocco indirizzando l'avversario nella zona occupata da X2 (in questo caso è facilitato il passaggio a 1);
- Passare sotto (in questo caso il rischio è il tiro da tre).

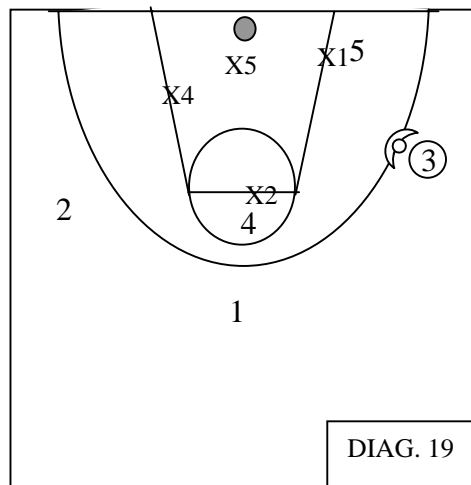
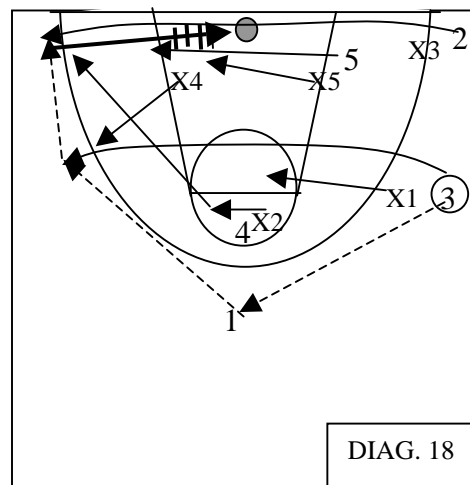
Se è un "sorvegliato speciale", preferibile la prima soluzione.

Per quanto riguarda il tagliafuori:



1. il post alto deve essere sempre tagliato fuori;
2. gli altri devono cercare di accoppiarsi (allenare la reattività dei piedi);
3. sul lato debole, ove in genere c'è un difensore contro 2 attaccanti, tagliare fuori il più vicino a canestro.

Buona cosa allenare la difesa in sottonumero. (5 c. 6 o soprannumerando su un lato). (DIAG. 17 E 18)



**IDEE TATTICHE:**

Negli ultimi 10" il sorvegliato speciale può essere marcato ad uomo e gli altri si mettono a zona 1-3.

Sempre nei 10" finali sul pick and roll del "sorvegliato speciale", cambio molto aggressivo.

Sul pick and roll con errore del difensore che cade sul blocco, in questo caso X1, lo stesso si butta dentro l'area e va a difendere

