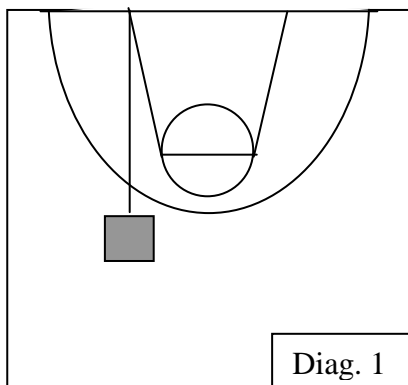


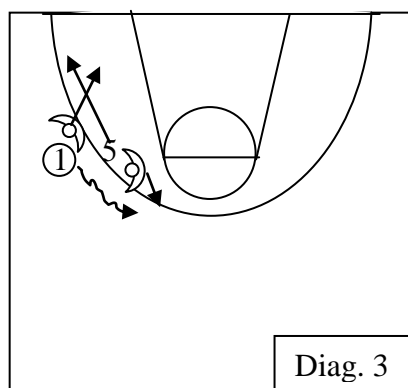
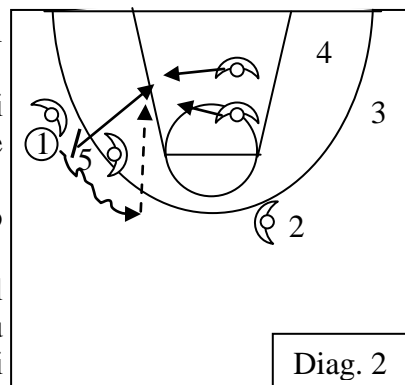
COLLABORAZIONI OFFENSIVE ORIGINATE DAL PICK AND ROLL

“La cosa fondamentale è quella di trovare una situazione di vantaggio originata o dal talento individuale, dalla circolazione della palla o dall’uso dei blocchi; il pick and roll crea una situazione di vantaggio che si traduce in un tiro ad alta percentuale e, tra parentesi in un buon rimbalzo di attacco.. E’ anche vero che una buona difesa può limitare l’efficacia del pick and roll; la chiave di tutto è nel primo passaggio che facciamo dopo l’azione di blocco e giro che permette di concretizzare il vantaggio o di farlo diventare più netto. La cosa fondamentale è la ricerca di spazi corretti, cioè di una distanza tale da non permettere al difensore di marcare il proprio uomo ed allo stesso momento di disturbare un altro attaccante. Altra cosa è il timing dell’azione, assicurarsi cioè che le cose avvengano col giusto ritmo ed una dopo l’altra in modo fluido; ad esempio che la palla mi arrivi quando mi sono smarcato e non dopo il recupero del difensore. Torniamo allo spazio. Il punto migliore per l’azione del pick and roll è quello illustrato nel diag. 1. Sul prolungamento dello spigolo della lunetta sul fondo.

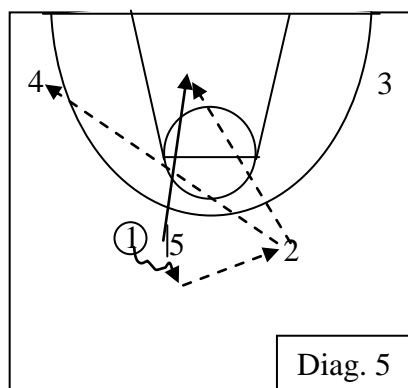
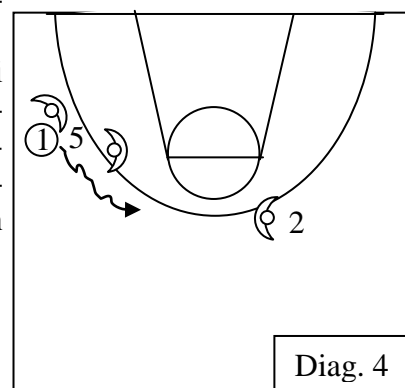


Se viene eseguito sul lato si hanno i seguenti inconvenienti:

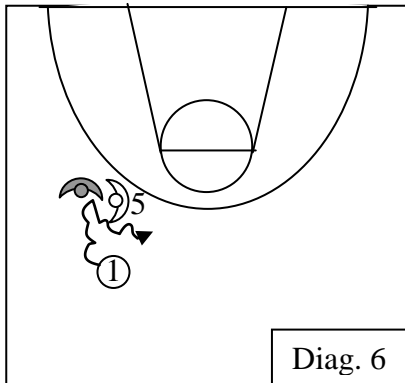
1. il rollante subisce l’aiuto di 2 difensori sul lato debole (diag. 2);
2. in caso di cambio c’è poco spazio per l’1 c. 1 (diag. 3);
3. tutte le difese marcano il passaggio all’attaccante più vicino all’azione e quindi non si hanno linee di passaggio alternative (diag. 4).



Conseguentemente tutti oggi preferiscono giocarlo in postazione più centrale, anche proprio nel mezzo, al fine di evitare di creare un lato forte ed un lato debole.



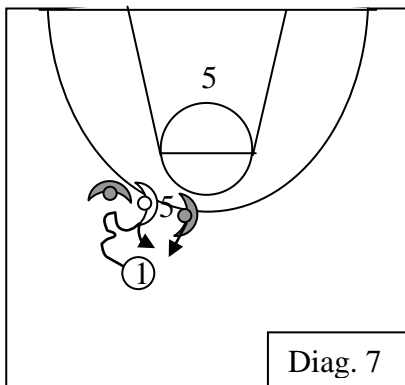
Una buona spaziatura è quella indicata nel diag. 5. In cui 1 è in posizione tale da non poter essere facilmente indirizzato verso il fondo; 2 è un buon passatore (anche lui ha come riferimento lo spigolo della lunetta) e 3 e 4 in posizione di ½ angolo e buoni tiratori. In questo modo possiamo sfruttare tutta la metà campo disponibile utilizzando sia passaggi diretti che passaggi che tagliano il campo. Costringiamo la difesa a correre ed abbiamo possibilità di penetrazioni dal centro e dal fondo. Inoltre è importante creare una situazione di pick and roll in una porzione di campo in cui 1 possa tirare e non più lontano altrimenti il difensore passa sotto.



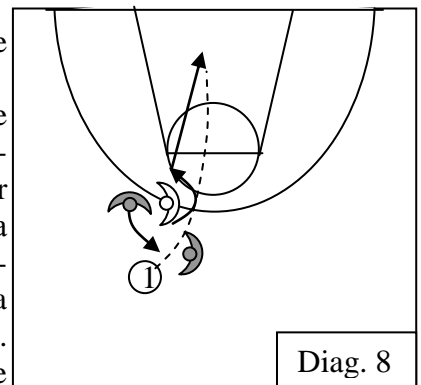
Cominciamo a dire che il palleggiatore dovrà portare il proprio difensore sul bloccante compiendo, quindi, prima un palleggio in allontanamento e poi con un cambio di direzione passare spalla a spalla; in questo modo il difensore andrà con la spalla interna sul petto del bloccante. Questi porterà il blocco in equilibrio ed in posizione tale da portare il blocco con tutto il corpo possibile (naso sulla spalla) irrigidendosi per evitare che il difensore possa facilmente forzare il blocco. Diag. 6

A questo punto vediamo il comportamento della difesa; se 1 è un buon tiratore, x5 uscirà in aiuto al fine di :

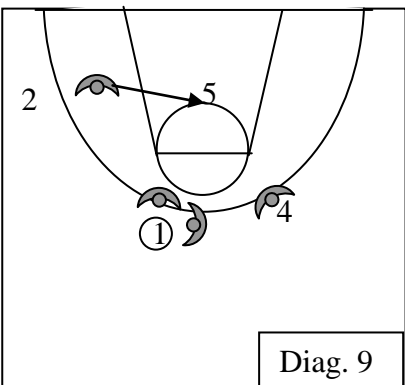
1. Fare allargare il più possibile 1;
2. consentire al suo difensore di recuperare. Diag. 7 e 8.



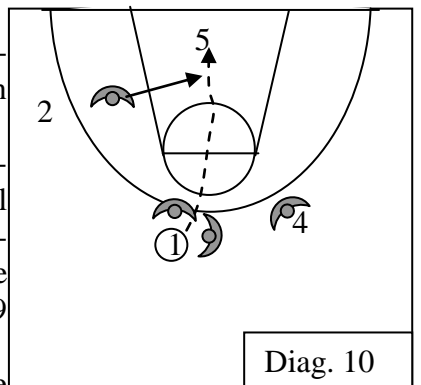
A questo punto 5 dovrà ruotare come da diag. 8 e tagliare diagonalmente verso canestro. Per due motivi; il primo che c'è la possibilità immediata di passaggio. Secondo motivo; se la disposizione è come da diag. 9, la difesa porterà il difensore di 4 ad impedire il passaggio a 4 e quello di 2 ad aiutare su 5.



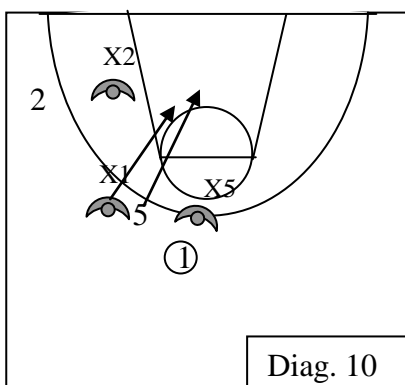
Allora tagliando diagonalmente, si costringe x2 a fare un percorso più lungo. 5 dovrà inoltre fermarsi al centro dell'area per accorciare il passaggio. Se scende sotto canestro il percorso del pallone diviene troppo lungo. (diag. 9 e 10)



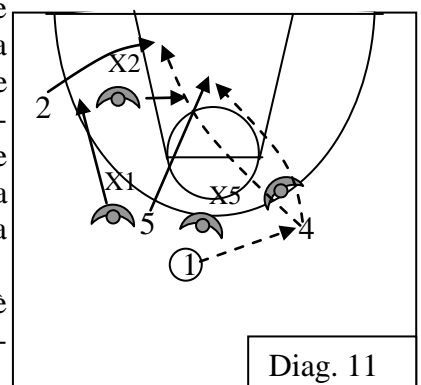
La regola del taglio diagonale vale anche se la difesa opta per il cambio difensivo; a due (come diag. 10) o tre (come da diag. 11). Il taglio diagonale rende difficile sempre il recupero. Coach Messina fa notare come, nel cambio a tre. Possa liberarsi anche 2 che taglia dietro la schiena dei difensori.



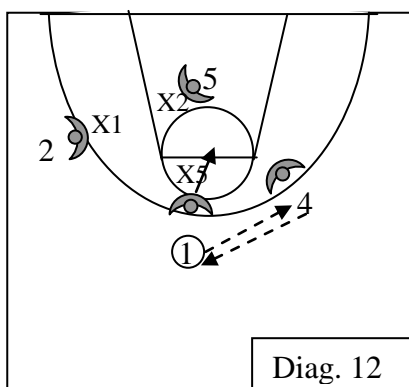
<altra raccomandazione è quella di passare la palla avanti; cioè a 4. (diag. 11)



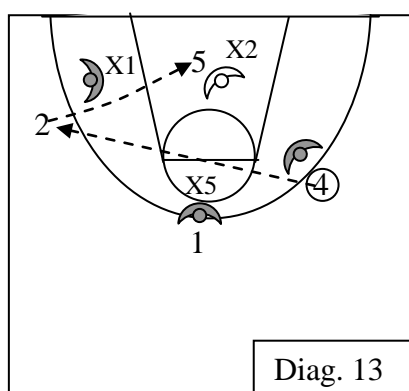
Il taglio diagonale rende difficile sempre il recupero. Coach Messina fa notare come, nel cambio a tre. Possa liberarsi anche 2 che taglia dietro la schiena dei difensori.



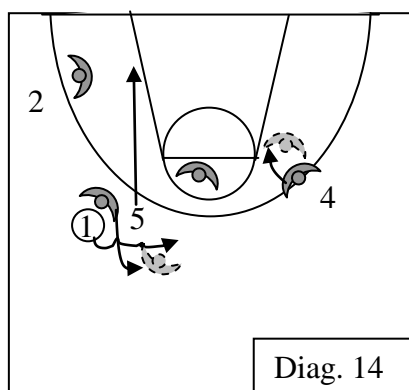
<altra raccomandazione è quella di passare la palla avanti; cioè a 4. (diag. 11)



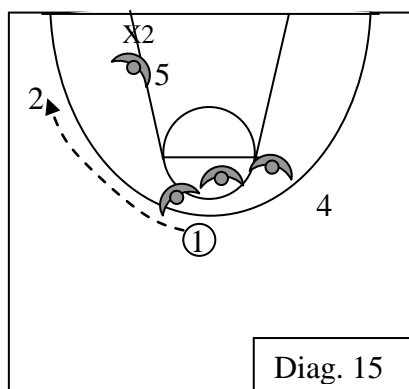
Diag. 12



Diag. 13



Diag. 14



Diag. 15

Passare la palla a 4 per il triangolo è anche utile per sfruttare al meglio il cambio da parte di 1. Infatti sul passaggio a 4, X5 istintivamente va a proteggere l'area; sul passaggio di ritorno, 1 può giocare meglio l'uno c. uno. Infatti se 5 recupera per impedire il tiro, può penetrare. (diag. 12) Coach Messina fa notare l'importanza di coinvolgere il 4 nel pick and roll. Diventa infatti un gioco a tre con la difesa in affanno; può diventare anche a 4 come abbiamo visto prima. L'importante è **NON LASCIARE CHE LA DIFESA GIOCHI** 5 c. 2.

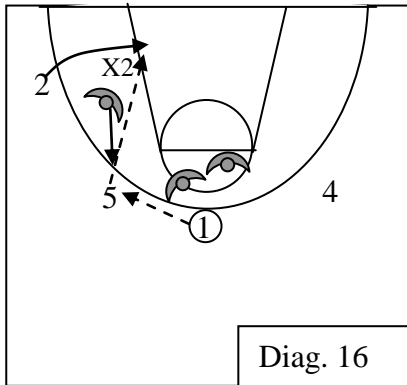
Nel diag. 13 si può vedere come, se X2 è bravo a coprire 5 ed impedire il passaggio da 4, questi passa a 2 che può servire 5 sotto canestro. Due cose vanno rimarcate. 2 deve ricevere in posizione di tiro, per costringere il suo avversario a venirlo a marcare; se fa vedere di voler effettuare un passaggio lo agevola nel tentativo di impedirlo. Se è 1 a ricevere il passaggio di ritorno deve essere pronto a giocare l'1 c. 1. Dobbiamo pretendere che diventi EGOISTA. Ci sono casi in cui il giocatore deve capire che deve assumere delle responsabilità. Equilibrio quindi tra altruismo e responsabilità. A questo punto coach Messina fa giocare un po' di azioni chiedendo ai ragazzi di occupare tutti e quattro gli angoli di attacco e di far muovere la palla PIU' VELOCEMENTE DEI GIOCATORI. Chiede inoltre di giocare la palla su chi ha *l'uomo cambiato* per punire il cambio difensivo.

Un'altra possibilità per la difesa è quella di contenere l'azione dell'attaccante cioè di tenere una posizione più protetta del difensore del lungo, specie se è uno che non sa allontanarsi per tirare da fuori. Creare, quindi una gabbia per il giocatore con la palla, con il suo difensore che gli si mette quasi sul sedere per spingerlo verso X5. Il difensore di 4 si apre per contenere anch'esso ed occupare più spazio possibile, pronto a recuperare sul proprio uomo. (diag. 14).

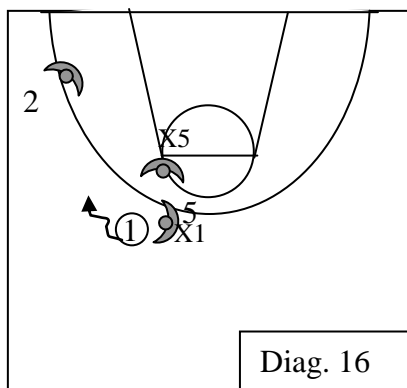
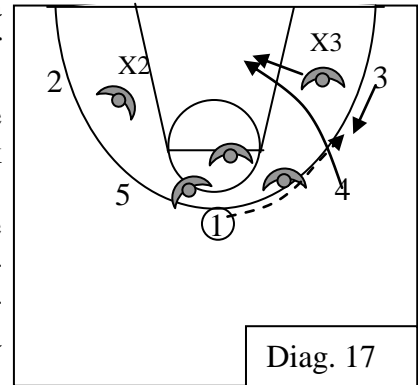
Che deve fare allora l'attacco?

In questo caso 5 ruoterà o in allargamento oppure, meglio, verso canestro ma non più diagonalmente, come nel caso della difesa aggressiva, ma verticalmente. Deve cioè andare sotto canestro in posizione tale da non stare dietro al muro e pronto a prendere posizione contro X2. 1, a questo punto, anziché cercare il passaggio avanti a 4, cercherà il passaggio a 2, quindi dietro, perché il giocatore in difficoltà è X2. (diag. 15)

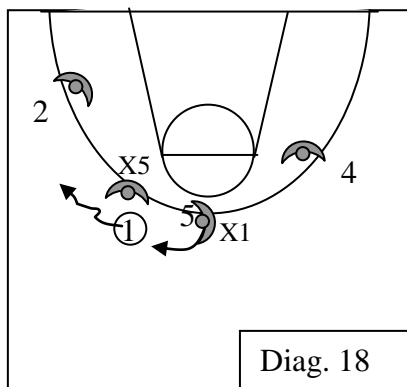
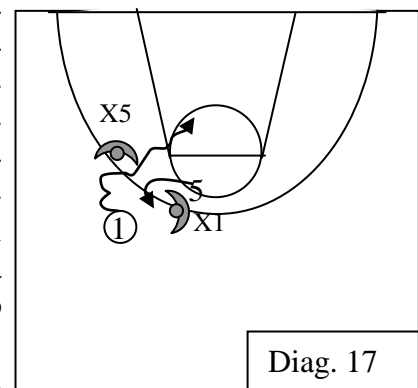
Il problema contro una difesa di contenimento sorge quando 5 è capace di allargarsi per tirare da fuori.



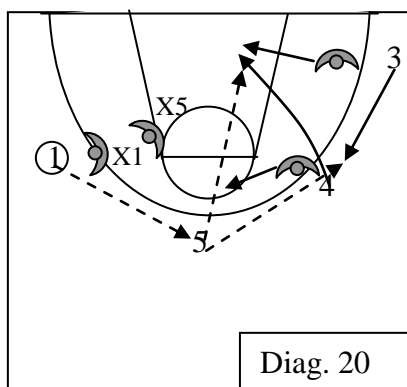
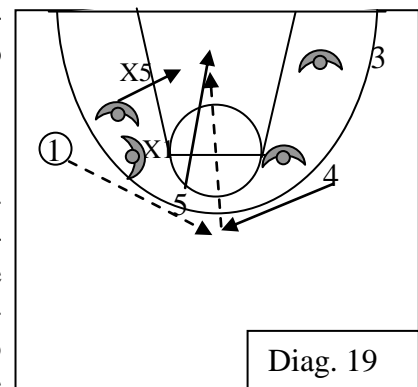
In questo caso, con 5 che si allarga, se X2 cerca di andarlo a marcare, 2 gioca in back door per segnare da sotto. Diag. 16. Altra possibilità per l'attacco è quella di far tagliare 4 in back door per punire l'aiuto di X4. X3 andrà in aiuto e 3 potrà assumere una posizione di vantaggio salendo. (diag. 17). Molto importante è la capacità di fintare la penetrazione da parte di 1.



Vediamo cosa succede se la difesa vuole indirizzare 1 sul fondo. X1 lo indirizza e X5 contiene la penetrazione. In questo caso, 5 cambierà l'angolo di blocco per liberare 1 dal suo avversario e permettere, in caso di movimento a chiudere di X5 la penetrazione centrale rompendo la difesa. (diag. 17).

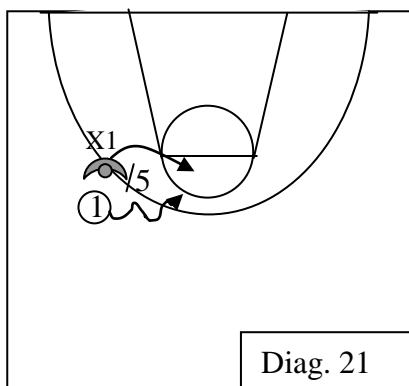


Se invece X5 non lascia spazio, 1 si allargherà in palleggio e cercherà immediatamente il ribaltamento a 4 che sarà salito per giocare in triangolo con 5. diag. 18 e 19.

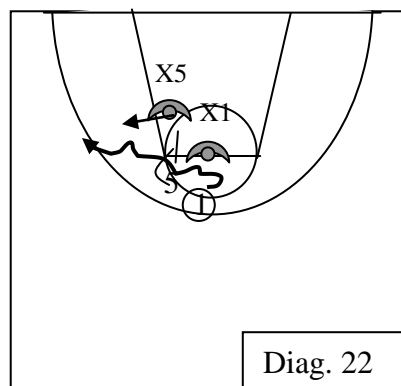


Altra possibilità è quella che vede 5 alzarsi per ricevere il ribaltamento da 1. Sapendo che 5 è un buon tiratore 4 cercherà il taglio back door per ricevere o provocare una rotazione di X3 e liberare 3. (diag. 20)

Allora la chiave è 4. Se sa che 5 taglierà a canestro, deve essere pronto ad andargli dietro le spalle; se sa che è un buon tiratore, sarà lui a tagliare. Dopo alcune azioni Coach Messina fa notare come i ragazzi stiano trovando spazi e soluzioni semplici.



Ultima situazione da analizzare è quando la difesa passa sotto al blocco. Il palleggiatore non viene considerato un grande tiratore e, quindi, viene sfidato a tirare. In questo caso è necessario portare subito il blocco dall'altro lato per ricreare la situazione di prima; difesa che spinge sul fondo. Diag. 21 e 22

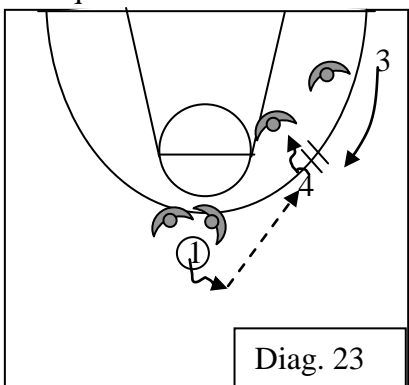


Dopo un po' di ripetizioni Coach Messina fa notare come i problemi non nascono dalla "situazione tattica" ma siano di tecnica individuale: questo accade anche a livello di Eurolega. Allora la capacità dell'allenatore, di qualsiasi livello, è allenare la tecnica individuale. La tattica può aiutarti a nascondere i tuoi difetti, ma poi una buona squadra avversaria li scopre: L'allenatore deve insegnare la tecnica e poi utilizzarla nelle fasi tattiche, chi insegna solo la tattica non ha capito nulla. Le tattiche si copiano, poi occorre mettere in pratica ed è tutta un'altra cosa. Fa riprendere le esecuzioni dicendo:

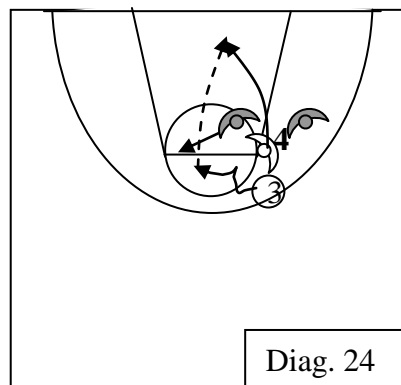
1. andare incontro ai passaggi;
2. passare la palla con due mani;
3. passare dove sono le mani sono libere.

"Potete usare il pick and roll come vi pare o da fermi o arrivandoci da una situazione di movimento. L'importante è dove mettere i giocatori a seconda delle loro caratteristiche."

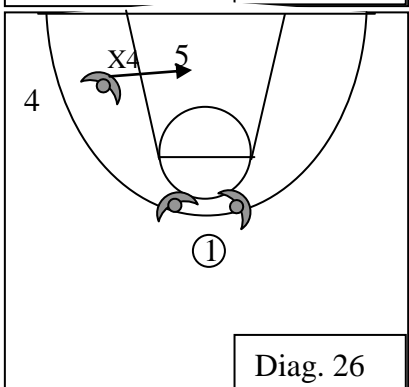
Ad esempio se in caso di aiuto e recupero, 4 non è un giocatore pericoloso deve essere bravo a fare qualche altra cosa.



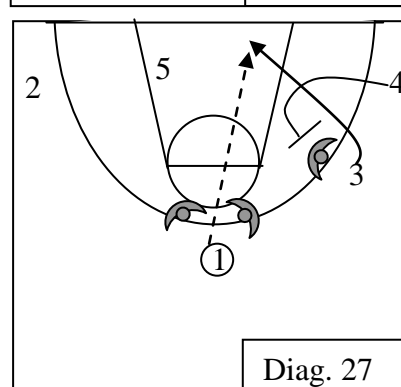
O passa ai compagni o palleggia verso l'avversario creando un posto di blocco per 3 che sale per ricevere consegnato; 4 deve essere pronto a ruotare a canestro per ricevere a sua volta. Diag. 23 e 24.



Se 4 non è neanche un buon passatore. Occorre fare un'altra cosa. O lo si mette sul lato debole ma favoriamo l'aiuto da parte di un altro lungo su 5 che ruota a canestro. Oppure meglio sull'angolo del lato forte per liberare lo scarico a 3. se neanche questi è un tiratore, da lì 4 può fare un blocco cieco per liberarlo sotto canestro.

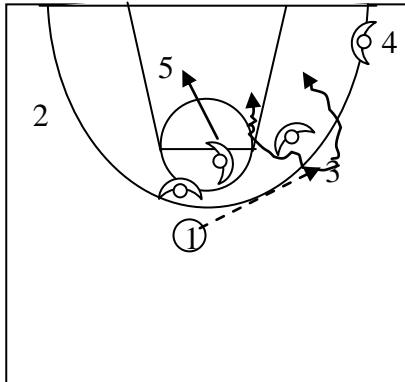


Diag. 26 e 27)





Quartu Villaggio Italia
27 luglio 2009
COACH Ettore Messina



Anche perché se 3 è un buon giocatore, ricevere in quella posizione è l'ideale per giocare 1 c. 1. Lo faceva Siena con Kaukenas. In uscita dal pick and roll tra palleggiatore e lungo, con palla a 3, i difensori impegnati nel pick and roll sono in ritardo e non possono portare aiuti.

Quindi giocando il pick and roll la cosa importante è sfruttare appieno le caratteristiche di tutti e 5; **perché si gioca sempre 5 c. 5.**

A domanda Coach Messina ha chiarito che, quando il bloccante si apre, chiede sempre all'uomo vicino di tagliare back door in quanto istintivamente il suo difensore si muove in aiuto.

C'è chi chiede di fare un blocco sul lato debole; ma *“io preferisco creare più movimento e non congestionare gli spazi”*. Sempre a domanda Coach Messina chiarisce di non usare il pick and roll alla fine dell'azione perché i difensori cambiano e si arriva ad un 1 c. 1 comunque. Allora è meglio giocarlo subito.