



EQUILIBRIO NEL SETTORE GIOVANILE

RELATORE: STEFANO BIZZOZI

Responsabile Tecnico Settore Giovanile SCAVOLINI SPAR PESARO

AUTORE: Gigi Toselli – Sabato 3 Marzo 2007 – Palazzetto, Via Laura Vicuna 8, Rivalta (TO).

IDEE DI GIOCO PER UNA SQUADRA UNDER 16

Il settore Giovanile Scavolini usa ormai da tempo sistemi di gioco non guidati. Difficile la definizione di questo modo di giocare, forse la più calzante potrebbe essere: si utilizza un tipo di gioco di fondamentali. La definizione di “gioco libero” in certi casi è fuorviante.

L’idea di base è semplificare le cose. Ridurre i “concetti”, concetti che riguardano gli istruttori, che li utilizzano per trasmettere le idee.

I ragazzi utilizzano le idee e i fondamentali per crescere nella propria creatività ed autonomia. Si sviluppano le individualità attraverso un lavoro sui singoli, che poi avrà un suo naturale sviluppo nella consapevolezza che la pallacanestro è un gioco di squadra.

IDEE DI BASE PER COSTRUIRE IL GIOCO

Avere chiaro che ogni movimento si utilizza per andare a canestro.

Ricerca dello spazio utile e vantaggioso.

Valutare la presenza ed il movimento dei compagni sul campo.

Solo in un secondo momento “leggere la difesa”: per ampliare soprattutto il bagaglio offensivo.

Mantenere un movimento continuo di uomini e palla sul campo.

Nell’idea di attaccare il canestro si dovranno rispettare delle precedenze. In linea generale, chi ha la palla o la passa avrà una precedenza sul movimento dei compagni. E’ importante che ogni giocatore abbia presente dove sono i compagni, per poter interrompere un movimento iniziato che può danneggiare quello di altri. Il movimento della palla o di un giocatore provoca sempre il movimento di tutti, seppure in spazi e momenti diversi dell’azione.

Un problema, che si risolve con il tempo e gli allenamenti, è stabilire il corretto tempismo tra i giocatori (precedenze): questo avverrà in modo naturale e come conseguenza del continuo lavoro sui fondamentali e nelle collaborazioni.

Altro problema è la capacità di scegliere corrette soluzioni individuali nel contesto del gioco. E’ importante in allenamento proporre situazioni che perfezionino i gesti tecnici e che immediatamente li “immergano” in situazioni di gioco e vicino al gioco.

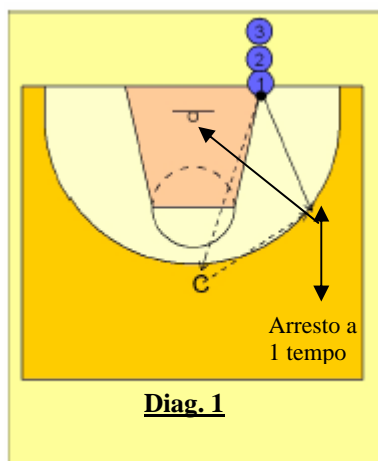
Bizzozzi propone una serie di esercizi:

Esercizio n° 1: fila sulla linea di fondo a cavallo della linea dell’area, coach da appoggio in punta. Passaggio all’appoggio e sprint in ala, ricezione a 1 tempo, strappare la palla, incrociare, 1 palleggio e concludere con un canestro in terzo tempo (**Diag. 1**).

Esercizio n° 2: come n°1, ma con arresto a 2 tempi ed eseguire reverse, concludere in terzo tempo.

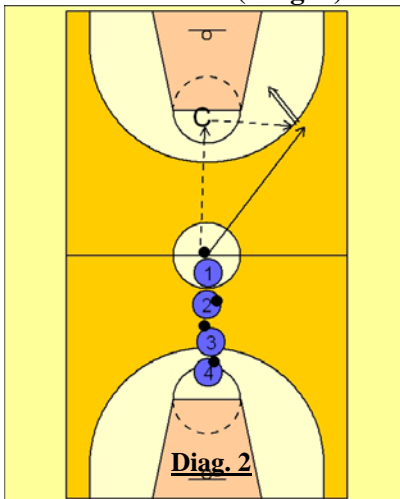
Esercizio n° 3: come n°2, ma dopo il reverse, fronteggiare, strappare la palla, un palleggio, arresto e tiro.

Esercizio n° 4: come n°1, arresto a 1 tempo, strappare la palla, due palleggi e si deve eseguire o arresto finta e tiro o arresto “kiki move” e tiro.



Diag. 1

Esercizio n° 5: fila a metà campo, coach da appoggio sulla linea del tiro libero. Passaggio all'appoggio, ricezione in ala, arresto a un tempo, eseguire palleggio a dx o sx (partenza incrociata) a seconda della chiamata del coach (**Diag. 2**).

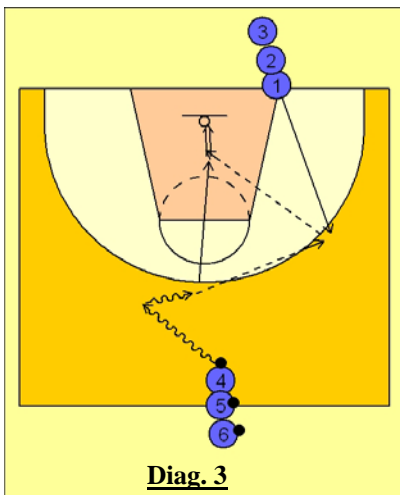


Esercizio n° 6: fila a metà campo con palla e fila sulla linea di fondo senza. Palleggiare verso sx eseguire cambio mano e direzione, il primo della fila senza palla esce in sprint in ala, passaggio da 4 a 1, eseguire dai e vai (a ogni passaggio chiamare il nome del compagno) (**Diag. 3**).

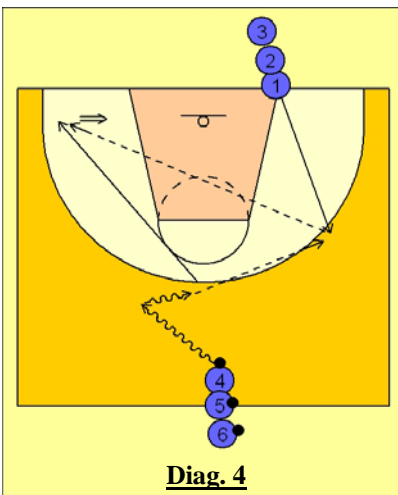
Esercizio n° 7: come n°6, dopo il passaggio taglio e uscire in angolo per dare una linea di passaggio all'ala che va in penetrazione, passaggio, arresto e tiro (**Diag. 4**).

Esercizio n° 8: il coach simula la difesa anticipando forte, l'ala taglia in back door; passaggio sempre battuto a terra a una mano (a sx mano sx e a dx mano dx) (**Diag. 5**).

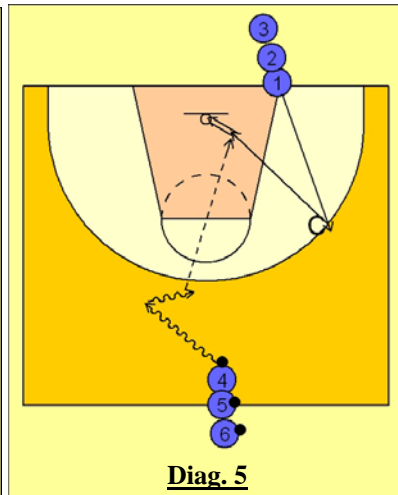
Esercizio n° 9: se il giocatore che esce in ala fa vedere le mani passaggio e penetrazione, se fa vedere i pugni back door.



Diag. 3



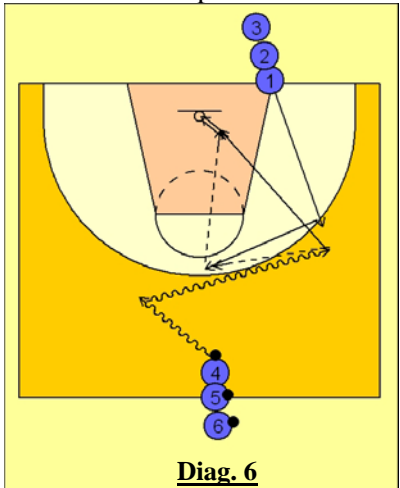
Diag. 4



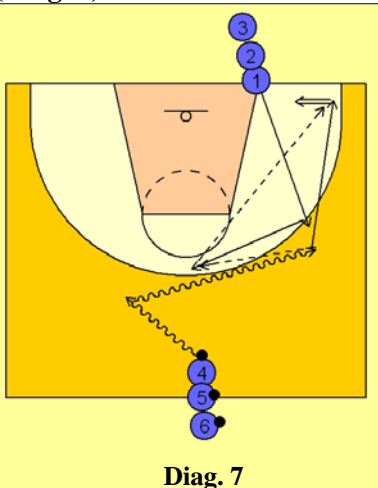
Diag. 5

Esercizio n° 10: come n° 6, ma il palleggiatore dopo il cambio di mano prosegue e si scambia di posizione con l'ala che va in punta, dai e vai (**Diag. 6**).

Esercizio n° 11: come n° 10, dopo lo scambio di posizione 4 passa a 1 e taglia in angolo per ricevere e tirare sullo scarico in penetrazione di 1 (**Diag. 7**).



Diag. 6



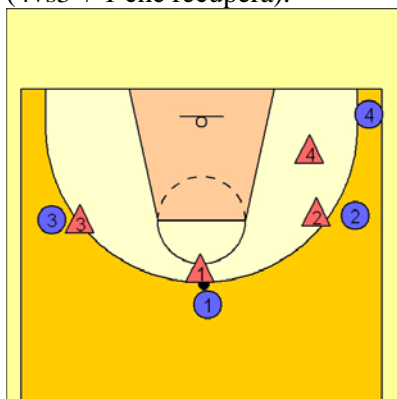
Diag. 7

Esercizio n° 12: si gioca 2 vs 0 mettendo in pratica tutti gli esercizi dal n° 6, l'iniziativa è del giocatore con palla.

Esercizio n° 13: si gioca 4 vs 4 mettendo in pratica tutti i movimenti con e senza palla visti negli esercizi precedenti; lo schieramento di partenza è quello come da **Diag. 8**.

Esercizio n° 14: come es. n° 12, si gioca 4 vs 4, quando il coach dice “CAMBIO” si cambia attacco e difesa e si cambia la “marcatura” del proprio uomo. Se si subisce canestro si ha il tempo di pressare subito, altrimenti un difensore che pressa forte la palla e gli altri che recuperano.

Esercizio n° 15: come es. n° 12, si gioca 4 vs 4, quando il coach dice “CAMBIO” chi ha la palla la mette a terra e va a toccare la linea di fondo e recupera, chi era in difesa recupera la palla e attacca all’altro canestro (4vs3 + 1 che recupera).



Diag. 8