



## **L'UNO CONTRO UNO DELLA STELLA AZZURRA SCATTO IBP Di COACH VALERIO BIANCHINI Dai GIGANTI Del BASKET 1973**

Quando **Arnaldo Taurisano**, scrivendo per questa rivista un articolo tecnico sull' "uno contro uno" ha preteso che nel titolo apparisse chiaramente che quello di cui si parlava nel testo era "L'uno contro uno della Forst", credo abbia dato una importante lezione di realismo a tutti gli allenatori che scrivono di basket. Niente è infatti più transitorio che la tecnica del basket e bene a fatto Taurisano ad enunciare i principi di una propria concezione dell'uno contro uno e non di una pretesa verità assoluta e incontestabile.

Incoraggiato da questo liberalismo, propongo a mia volta una interpretazione dell'uno contro uno che ho maturato sulla base delle recenti esperienze americane e alla luce della pratica che in questi ultimi due anni ho condotto con i miei giocatori. L'obiettivo principale di questo complesso di movimenti è di realizzare l'essenzialità, la praticità e la velocità che rendono veramente efficace quella che oramai è la più frequente conclusione dell'uno contro uno con partenza da fermi: **IL TIRO IN SOSPENSIONE**. Mentre infatti il tiro in entrata (lay-up) è tuttora bagaglio indispensabile del playmaker, che ingaggia duelli in palleggio quasi per tutta la lunghezza del campo, l'uno contro uno di un attacco schierato è ormai una rapidissima schermaglia di finte e brevi battute di palleggio che portano l'attaccante a trovare lo spazio necessario per un tiro in sospensione, libero dalla morsa del difensore e degli aiuti che questi può ricevere. L'applicazione pratica di questa teoria si basa su un semplice ma efficace movimento detto "STEP" illustrato nelle immagini che vi proponiamo da Fabio Fossati playmaker della Scatto IB, contro la difesa di Stefano Pirro, suo compagno di squadra.

**Nella figura 1** Fossati è in posizione di guardia ed è marcato d'anticipo. Il suo primo problema è quello di smarcarsi per ricevere un buon passaggio dall'ala destra. Lo risolve mediante un movimento chiamato dagli americani "**V STEP**" **passo a V**.



**Nella figura 2** Fossati si avvicina ulteriormente al suo difensore, ne sente il contatto con l'avambraccio sinistro e mette il suo piede sinistro tra i piedi dell'avversario (passo a V). Questo movimento spostando il peso del corpo sul piede sinistro, gli consente di ricevere da questo una spinta verso la direzione opposta, liberandosi per un breve intervallo di tempo dalla guardia del difensore, sufficiente però a ricevere il puntuale passaggio del compagno **figure 3 e 4**.



## UNO CONTRO UNO DELLA STELLA AZZURRA SCATTO IBP Di COACH VALERIO BIANCHINI Dai GIGANTI Del BASKET 1973



Appena ricevuta la palla, l'attaccante si rivolge al canestro pronto a lanciare la sfida (**figura 5**).

Il primo atto di ostilità è anche l'atto più importante: l'attaccante esegue lo "STEP" un breve passo con il piede destro verso l'esterno del difensore, per saggiarne le reazioni, badando a mantenere il peso del corpo sul piede arretrato, in modo da conservare intatte le



possibilità di partenza a destra o a sinistra e di arretramento per un tiro in sospensione (**figura 6**)



Esaminiamo singolarmente queste essenziali possibilità:

nella **figura 7** il difensore ha reagito allo step prontamente, ma con uno scivolamento troppo lungo rispetto alla posizione dell'attaccante, che ha in tal modo la possibilità di alzarsi e staccare con un tiro in sospensione (**figura 8**).



Nella **figura 9**, allo step di Fossati il difensore reagisce forzando l'attaccante verso la linea laterale. Questi fa una rapida partenza incrociata verso il centro del campo (**figura 10**), dove trova lo spazio per arrestarsi e tirare in sospensione (**figura 11**) con l'avversario nettamente in ritardo.



**UNO CONTRO UNO DELLA STELLA AZZURRA SCATTO IBP  
Di COACH VALERIO BIANCHINI  
Dai GIGANTI Del BASKET 1973**



Nella **figura 12** Pirro non reagisce allo step di Fossati e mantiene una posizione difensiva di copertura contro l'entrata verso il centro. L'attaccante fa seguire allora allo step un ulteriore passo di partenza con lo stesso piede (**figura 13**), che può eseguire con potenza ed efficacia solo se nel fare lo step iniziale ha avuto l'accortezza di mantenere il peso del corpo sul piede arretrato con la possibilità di ripartire nella direzione voluta. La conclusione può essere un arresto e tiro in sospensione oppure un lay-up, come nella **figura 14**, poiché sul fondo del campo l'aiuto è assai meno probabile.



**I tre momenti descritti sono rispettivamente chiamati dagli americani "STEP AND SHOT", "STEP AND CROSS OVER", "STEP AND GO".**