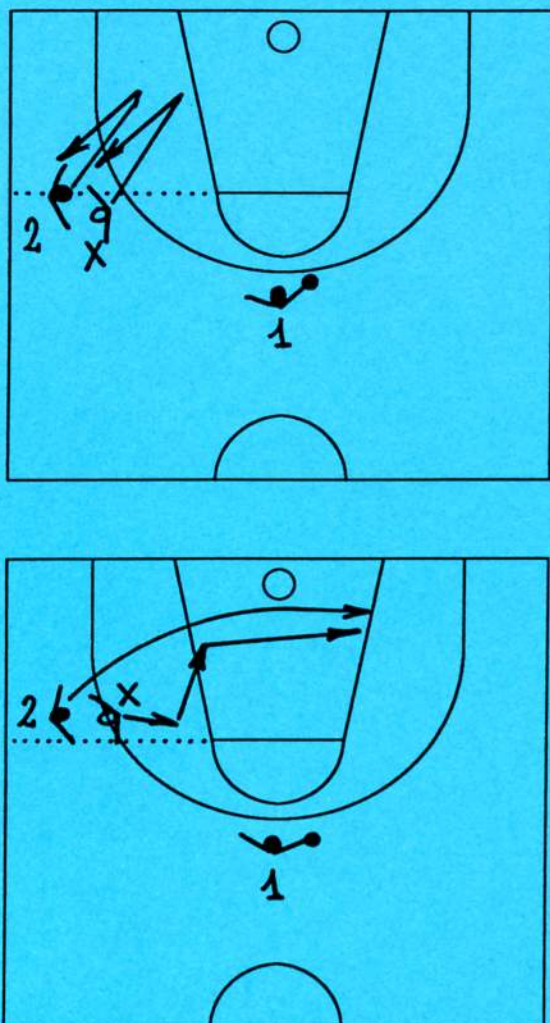


Due contro 1.

Esercizio 28.



Esecuzione.

1 è in possesso del pallone al margine esterno della lunetta, 2 è l'attaccante sull'estensione della linea di tiro libero, X è il difensore in posizione di totale negazione.

2 esegue continui tagli a V con lo scopo di far muovere il difensore e di liberarsi per poter ricevere il passaggio di 1 (diagramma 1).

Se 2 non può ricevere, ma vede che X si apre per vedere il pallone, taglia verso la linea di fondo cercando di guadagnare una posizione vantaggiosa rispetto al difensore (diagramma 2).

Obiettivo.

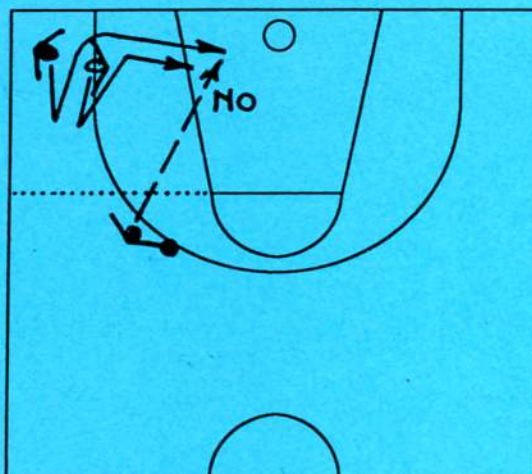
Rendere difficoltoso il passaggio guardia-ala, il classico passaggio che costituisce nella maggior parte dei casi l'avvio delle manovre

offensive, aprire correttamente al pallone, assumere la corretta posizione di negazione.

Enfasi.

Il difensore (X) non deve permettere all'attaccante (2) di generare o inserirsi nella migliore linea di passaggio.

Esercizio 29.



Esecuzione.

1 è in possesso del pallone appena oltre l'estensione della linea di tiro libero verso metà campo sul lato sinistro del campo. X difende su 2 che si schiera in angolo sullo stesso lato del pallone. 2 lavora per ricevere il passaggio di 1 e X cerca di negargli la ricezione con i corretti movimenti difensivi.

L'attaccante cerca di andare a canestro con un taglio back-door lavorando forte e ricorrendo alle finte del corpo e del capo. Se non può ricevere andando a canestro ha facoltà di salire incontro al pallone. Se 2 riceve, X deve frenare la sua penetrazione a canestro forzandolo a ripassare il pallone a 1. Quando il pallone torna a 1, 2 riprende i movimenti per smarcarsi e X deve assumere sempre la corretta posizione difensiva.

Quando 2 riesce a batterlo sul back-door, X deve eseguire la corretta rotazione sui piedi per vedere 1 e cercare di ostacolare o intercettare il passaggio penetrante.

Obiettivo.

Migliorare il comportamento difensivo sull'attaccante in angolo che cerca il taglio a

