

ATTACCARE IL PnR: tattica, tecnica e didattica contro la difesa SHOW

1. FENOMENOLOGIA DEL PnR

Se il PnR fosse un romanzo sicuramente sarebbe una di quelle epopee enciclopediche di cui letteratura, lavagnette, schemi, trattati e allenatori hanno detto tutto e il contrario di tutto. La pallacanestro di oggi non può pertanto prescindere da un'analisi, all'interno di qualsiasi sistema offensivo si scelga delle sue mille sfaccettature. E' l'elemento del gioco più usato e come tale va coniugato dentro la propria architettura tattica e secondo le caratteristiche dei propri interpreti. Sembra banale e scontato ma non lo è; il rischio di abusarne e farne la panacea di tutti i possibili mali è dietro l'angolo e allora il tuo migliore amico in un attimo può trasformarsi nel tuo peggior incubo.

A questo proposito mi piace, nelle scelte riguardanti la presenza (o l'assenza) del PnR nel mio sistema di gioco, marcare una distinzione metodologica fra quelli che per me sono i 4 tipi principali di PnR usati in ogni squadra e categoria.

a) **PnR in transizione** (drag) ovvero un PnR dinamico giocato a inizio azione per creare e mantenere un vantaggio nei primi secondi e sfruttare dal gioco a due e dalle susseguenti collaborazioni il disequilibrio avversario nel rientro difensivo.

b) **PnR di costruzione** ovvero un blocco sulla palla finalizzato a raggiungere un obiettivo successivo a quello del gioco a due in sé, che è uno strumento funzionale a un altro scopo. In questa categoria mi piace inserire ad esempio la situazione di Pick the Picker (Bamberg) (*fig.1*) o quei PnR dove il lungo, dopo aver bloccato la palla, va a bloccare a sua volta un esterno (Pin down) (*fig.2*) per creare una situazione dinamica di uscita blocchi in cui un tiratore sfrutta un 2c1 poiché il difensore del bloccante è spesso costretto a spendere energia e attenzione sul PnR iniziale.

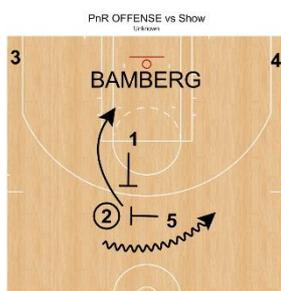


Figura 1



Figura 2

c) **PnR a gioco rotto**, spesso giocato in scadenza ovvero negli ultimi 8" dell'azione o da situazione di rimbalzo offensivo. Qui la difesa sempre più spesso sceglie di cambiare e quindi ogni squadra deve avere nel proprio sistema di gioco una sua spaziatura e codifica per attaccare i cambi con pochi secondi (ultimi possessi, ultimi secondi...ovvero i momenti dove spesso si decidono, nostro malgrado, campionati e carriere!).

d) **PnR come creatore di vantaggio** ovvero un PnR giocato a metà campo all'interno di un gioco come momento centrale dell'attacco e come portatore di un vantaggio, se

provi a scavalcare lo show attaccando la spalla esterna del difensore per avere un sovrannumero verso il canestro (*fig. 7*)



Figura 6



Figura 7

Chiediamo al bloccante di creare SEPARAZIONE, parola chiave per procurarsi un vantaggio parlando di PnR, SPRINTANDO per andare a portare il blocco. I fondamentali senza palla sono cruciali per i lunghi e qui mi riferisco a finte e cambi di velocità per acquisire quel seppur minimo vantaggio in termini di spazio e tempo spesso decisivo per abbassare la qualità della difesa di squadra contro cui andiamo a lavorare).

N.B: qualsiasi siano le scelte tattiche contro cui si andrà a giocare e le tipologie di PnR che si giocheranno, tutto parte da questi aspetti e dettagli concernenti l'uso dei fondamentali con e senza palla, che ogni settimana a ogni livello vanno allenati per creare quelle abitudini mentali consolidate che nei momenti "caldi" sono il serbatoio di sicurezze cui affidarsi per trovare quelle piccole cose che spesso non finiscono sulle statistiche ma marcano la differenza tra vittorie e sconfitte, molto più di massimi sistemi e "magate" da lavagnetta.

Non tralasciamo quindi anche con giocatori adulti e formati (mi chiedo se esista un giocatore "fatto e finito" o se invece abbia senso per allenatori e giocatori parlare di una formazione continua che assume nel tempo sfaccettature differenti) tutto il lavoro propedeutico a costruire la sicurezza tecnica basilare per poter poi in partita effettuare letture efficaci nel 5c5. Lavoro che parte da situazioni di 1c0, poi con l'aggiunta di appoggi che diano o meno una linea di passaggio per allenare anche quel fondamentale, fino a proseguire con 2c0 e poi mettere il difensore sulla palla per avere un riferimento fisico e di spazio e tempo per la lettura di conclusioni ostacolate e passaggi.

3. ATTACCARE LO SHOW SUL PnR SHAKE

L'indicazione primaria che diamo (al netto di non essere riusciti ad avere un vantaggio immediato nel gioco a due col palleggiatore) è quella di "far uscire la palla prima possibile dallo show". Cruciale ancora una volta è la tecnica di palleggio in

arretramento prima e di passaggio dal palleggio poi (lavorare contro le mani del difensore).

Il messaggio per gli altri 3 giocatori è quello di accorciare le linee di passaggio in diagonale verso la palla (*fig.8*)



Figura 8

Andiamo a vedere come ci comportiamo a seconda delle scelte difensive possibili.

Se la squadra avversaria sceglie di formare un triangolo di zona con gli altri 3 uomini (ovvero di mantenere un atteggiamento conservativo attento al posizionamento e a non concedere ricezioni al rollante) diventa cruciale il ruolo del primo ricevitore, che il più delle volte sarà la prima sponda in visione davanti al blocco. Questi è il playmaker aggiunto della squadra che deve concretizzare e/o mantenere il vantaggio generato dal gioco a due. Il messaggio per lui è: a) TIRO b) attacco il closeout c) lettura della situazione per punire il difensore di lato debole impegnato nell'aiuto e mantenere il vantaggio andando con un passaggio skip a trovare l'attaccante libero. Riecco prepotente l'accento sull'uso dei fondamentali e sulle letture dell'1c1 con e senza palla per attaccare efficacemente i closeout e trovare insieme il miglior tiro dentro il penetra e scarica o appoggiando la palla dentro al rollante dopo il suo "seal" contro il recupero difensivo (*fig. 9 / 10 / 11*).



Figura 9



Figura 10



Figura 11

Se la difesa sceglie di anticipare la prima sponda in visione con un atteggiamento chiuso per negare la ricezione, vogliamo attivare il lato debole con un taglio flash al gomito che apra una linea di passaggio in avvicinamento. L'uomo d'angolo diventa allora il playmaker aggiunto per leggere il sovrannumero creato dal suo taglio per un tiro dal gomito, servire il rollante o aprire il campo con gli skip ai compagni in angolo che si sono mossi sul volo della palla per ampliare gli spazi da coprire per i difensori in sottonumero (*fig. 12 / 13*).



Figura 12



Figura 13

Se la palla finisce alla sponda cieca dietro il blocco (contro gli show preferiamo trovare una ricezione DAVANTI al PnR ma non sempre succede) vogliamo ancora una volta attivare il lato debole con un taglio flash al tiro libero per punire l'aiuto che sicuramente il difensore porterà contro il rollante e avere un movimento che possa dare fluidità e ritmo alla nostra circolazione di palla (*fig. 14 / 15*).



Figura 14



Figura 15

Contro lo show un'opzione che sempre più squadre scelgono di attuare è quella dello short roll, ovvero un taglio del rollante non più profondo, ma appunto "corto" al gomito. Con questa scelta gli altri attaccanti rimangono posizionati nei rispettivi spot; alla ricezione del lungo sul gomito è ancora una volta l'uomo d'angolo di lato debole a fungere da play aggiunto in quanto deve "leggere" l'atteggiamento del proprio difensore e scegliere se punirlo o meno con un taglio verso canestro (*fig. 16*).



Figura 16

4. ATTACCARE LO SHOW SUL PnR CENTRALE

I principi su cui cerchiamo di lavorare sono gli stessi ma dobbiamo fare i conti con una disposizione degli uomini sul campo differente.

Come detto in precedenza riteniamo che contro lo show il vantaggio sia da ricercare DAVANTI al blocco e quindi è cruciale il comportamento della sponda in visione che in questo caso è l'uomo d'ala o angolo in fronte al PnR. Gli chiediamo di effettuare due passi decisi verso la palla per poi agire da playmaker aggiunto e leggere il comportamento dei difensori di lato debole andando a pescare con un passaggio skip l'uomo libero. Una volta attivato il mantenimento del vantaggio col passaggio sono l'1c1 e i fondamentali con e senza palla a concretizzare il vantaggio acquisito con l'attacco dei closeout e le spaziature del penetra e scarica conseguente (*fig. 17 / 18 / 19 / 20*).



Figura 17



Figura 18



Figura 19



Figura 20

La spaziatura da PnR centrale apre ancora più spazio all'uso dello short roll (anche se l'angolo di passaggio dal centro non è dei più semplici); come prima gli altri 3 rimangono fermi a occupare i propri spazi di competenza e solo sulla ricezione del rollante attivano eventuali tagli verso canestro atti a punire i difensori in aiuto e mantenere il vantaggio nella situazione di sovrannumero venutasi a creare.

5. ATTACCARE LO SHOW SUL PnR LATERALE

Fondamentale sarà la capacità di palleggiatore e rollante di attaccare in maniera aggressiva il gioco a due per attivare una ricezione profonda (anche nel mezzo angolo a seconda delle caratteristiche tecniche del nostro lungo) che costringa il lato debole a collassare sotto il ferro e quindi apra e dilati gli spazi potenzialmente congestionati dalla presenza di 3 giocatori su un quarto di campo.

Se la palla giunge al rollante e l'ultimo difensore di lato debole collassa forte su di lui vogliamo che l'uomo in ala esegua un taglio verso canestro che costringa il difensore in rotazione a stringere anch'egli in ala e apra spazio a un tiro aperto dell'uomo d'angolo sul passaggio skip d'uscita del lungo (*fig. 21 / 22*).



Figura 21



Figura 22

Se la difesa è brava a impedire la ricezione immediata del rollante sul gioco a due diventa ancora una volta cruciale la lettura del comportamento avversario sulla prima sponda in visione davanti al blocco. Se l'atteggiamento difensivo è aperto e concede la ricezione, preoccupato di togliere visione e spazio per il rollante, allora 4 diventa il playmaker aggiunto e proviamo a concretizzare il momentaneo 3c2 che abbiamo sul quarto di campo visto il coinvolgimento dell'ultimo difensore di lato debole in aiuto sul rollante (*fig. 23*). Se non vi è una scelta chiara aperta (una finta di dare palla dentro al rollante per un alto basso può essere la chiave per estremizzare il collasso difensivo in area e aprire spazio al sovrannumero offensivo sul lato debole) si entra nella continuità di motion con taglio dell'ala e dribble handoff laterale tra 4 e 1 sul ribaltamento di lato (*fig. 24*).



Figura 23



Figura 24

Se la scelta difensiva sulla sponda in visione in punta è aggressiva e volta a togliere la prima linea di passaggio ancora una volta è l'uomo d'angolo di lato debole la chiave del sistema e quello che nelle precedenti situazioni era un taglio flash al gomito questa volta diventa un taglio per effettuare un blocco di contenimento contro il difensore dell'ala che apra spazio per un passaggio skip del palleggiatore verso il compagno libero. Se la posizione del difensore d'ala è molto alta con entrambi i piedi sopra il gomito l'attaccante in angolo può anche scegliere di attaccare l'area con un taglio per ricevere e tirare dai 3m dalla tacca del post medio (*fig. 25*).

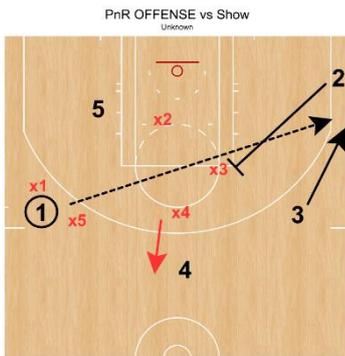


Figura 25

6. CONCLUSIONI

La pallacanestro è sempre di più una disciplina integrata e se questo vale nell'approccio alla preparazione del singolo giocatore dove le componenti tecnica, fisico-atletica e mentale sono nel loro compenetrarsi decisive per cucire il miglior percorso di crescita possibile, così vale lo stesso per l'elaborazione di un proprio sistema di gioco. Non basta essere efficaci nelle scelte e quindi "fare sempre la cosa giusta" se non possiedi i fondamentali che ti permettano di farla sfruttando i tempi e spazi vantaggiosi che l'atletismo e i ritmi del basket moderno riducono sempre più. Il "come" e quindi la preparazione tecnica (l'ambidestritismo nel passaggio più di tutto) hanno quindi pari importanza rispetto alla capacità di lettura delle situazioni e sono le due facce intrecciate e indispensabili per poter essere performanti singolarmente e di squadra in un contesto competitivo dove si hanno sempre meno tempo e spazio per compiere le scelte sul campo.

Ecco quindi che il "core", il nocciolo di ogni annata sportiva è il lavoro sui fondamentali, individuali e di squadra, con e senza palla per produrre qualità nell'eseguire la semplicità sotto pressione. Perché l'essenza del gioco che noi tutti amiamo sta nelle piccole cose e nel creare abitudini consolidate che rendano automatico ciò che per nulla lo è, ovvero cercarsi e agire insieme per costruire, mantenere e concretizzare un vantaggio.