

# U.S.A.P.

## Unione Sindacale Allenatori di Pallacanestro

Riconosciuta dalla Federazione Italiana Pallacanestro con Delibera 30.04.1994

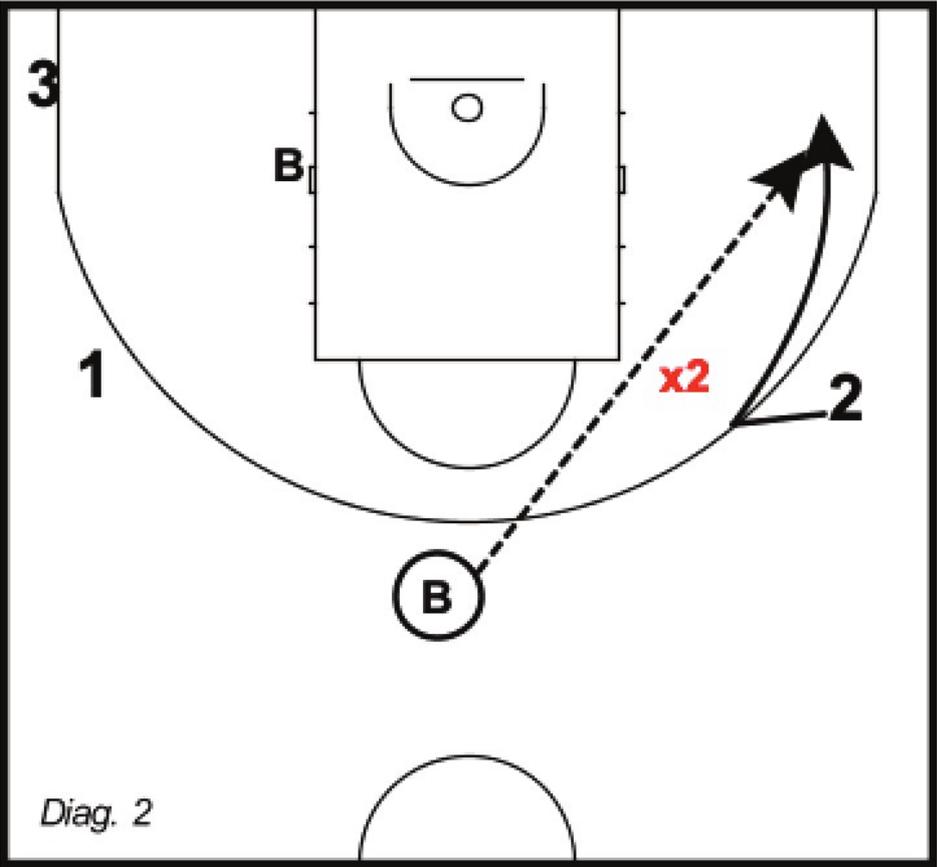
Via Dell'Abbadia, 8 - 40122 Bologna

Tel 051/26.11.85 - Fax 051/26.74.55 - E.mail: [usap@usap.it](mailto:usap@usap.it)

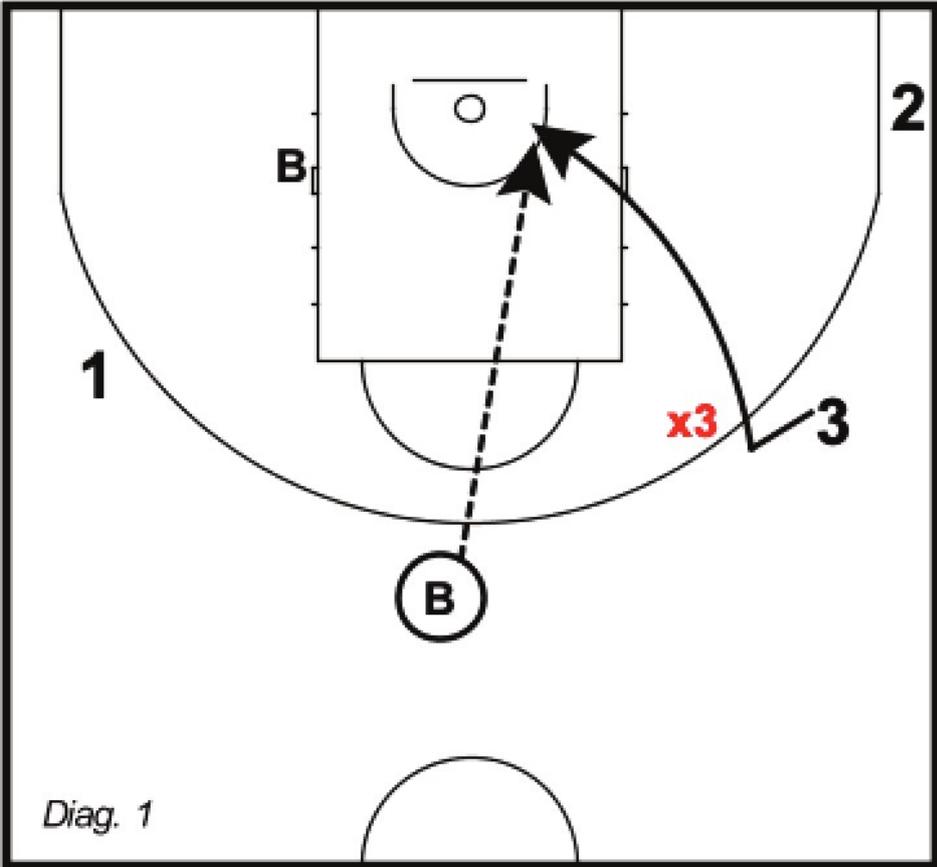
Sito internet: [www.usap.it](http://www.usap.it)



COACH FEDERICO PEREGO



Diag. 2



Diag. 1

# **GIOCARE SENZA PALLA**

Uno degli aspetti del gioco sui quali abbiamo insistito molto quest'anno è stato l'idea di giocare senza palla per creare vantaggi per se stessi ma anche per il giocatore in possesso della palla.

## ***Perché giocare senza palla è importante?***

Il primo motivo è senza dubbio quello di permettere una buona circolazione, smarcandosi con il giusto timing e spacing.

In seconda battuta è però molto utile anche per punire delle scelte tattiche difensive (raddoppi, cambi, stunt sul PnR).

## ***Principi***

In linea di massima quello che chiediamo ai giocatori non in possesso è di fare in modo che "la palla possa vederli" e quindi di adattare la propria posizione in base a quella del giocatore con la palla e al proprio difensore.

Seguendo questa filosofia abbiamo insistito su alcune situazioni di gioco.

## ***Backdoor***

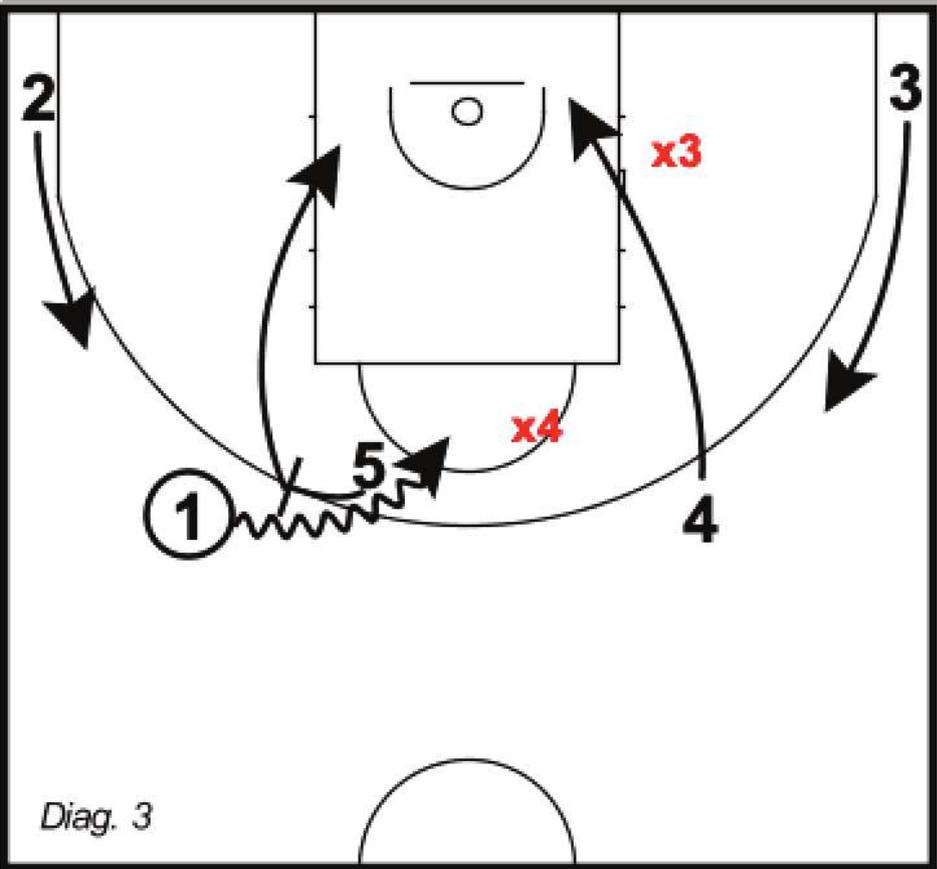
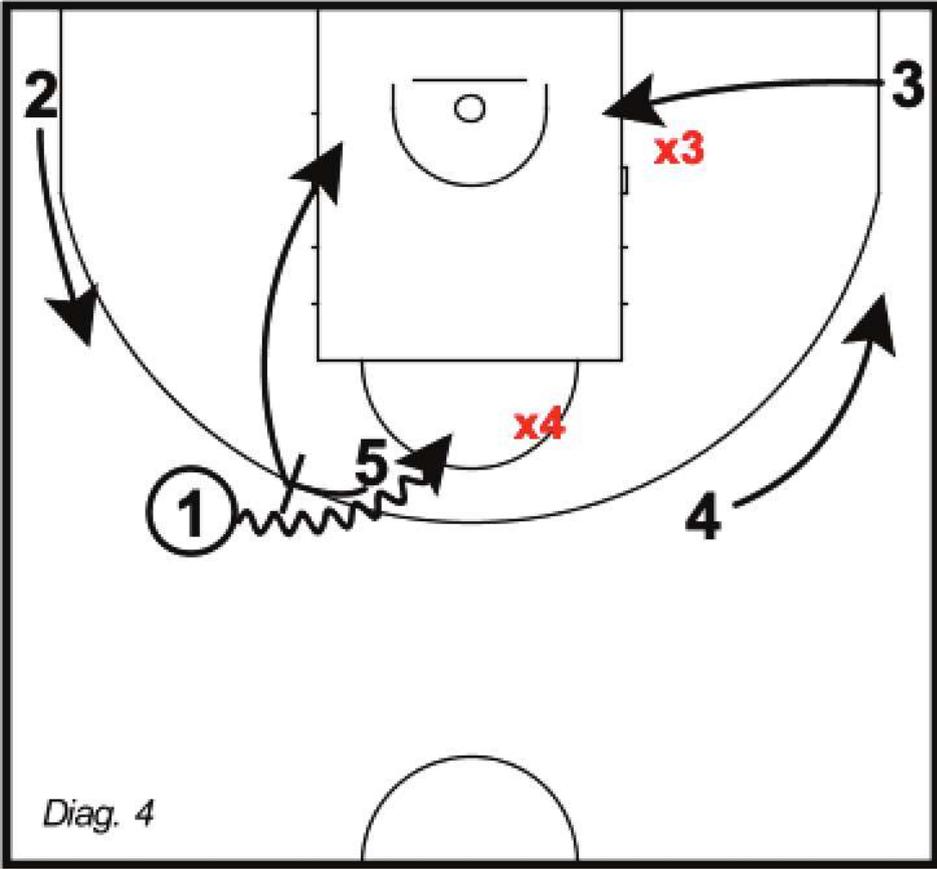
Nell'azione di ribaltamento, si può avere un taglio a canestro (diag.1) oppure un allontanamento (diag. 2)

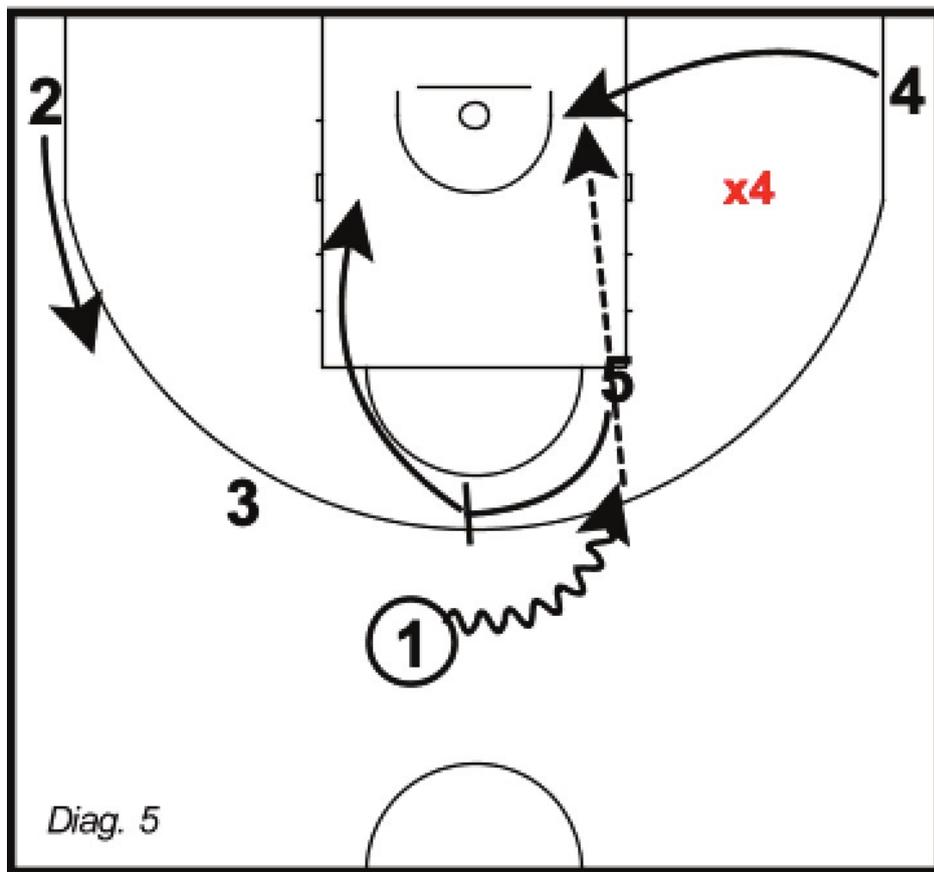
## ***Attaccare le scelte difensive***

## ***Stunt contro il pick and rol***

Una soluzione difensiva molto in voga in questo periodo e portata all'estremo da alcune squadre spagnole è l'azione di stunt sul Pick and Roll : il difensore del giocatore in visione più vicino all'azione si stacca di molto dal proprio match up per andare a "coprire" la penetrazione del ball handler.

In questo caso chiediamo ai giocatori senza palla di essere molto aggressivi contro questa rotazione (diag. 3).





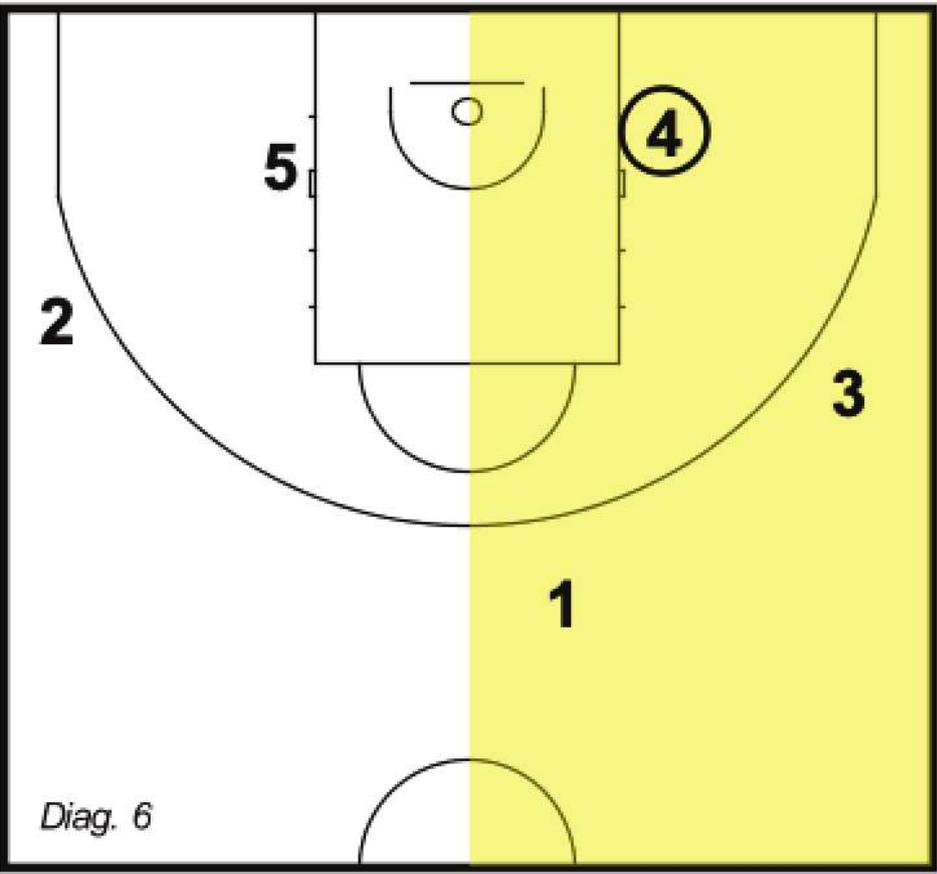
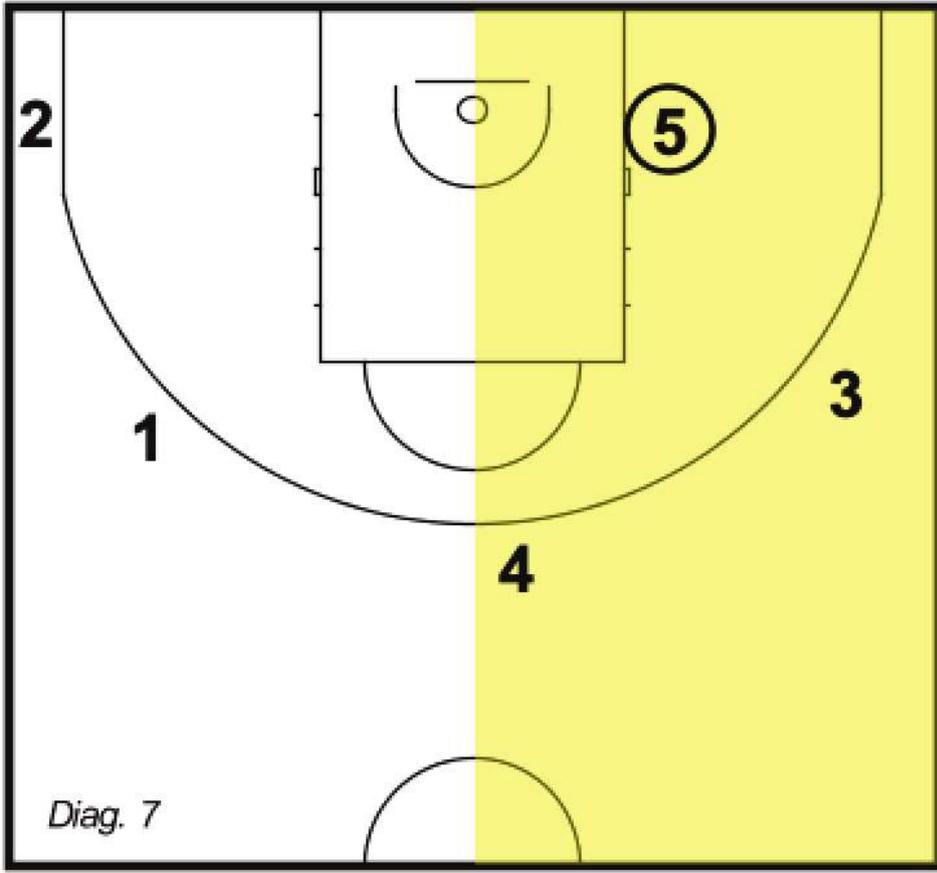
X4 si “disinteressa” per un attimo del proprio uomo cercando di togliere la penetrazione a 1 e permettendo a x5 di stare più col rollante.

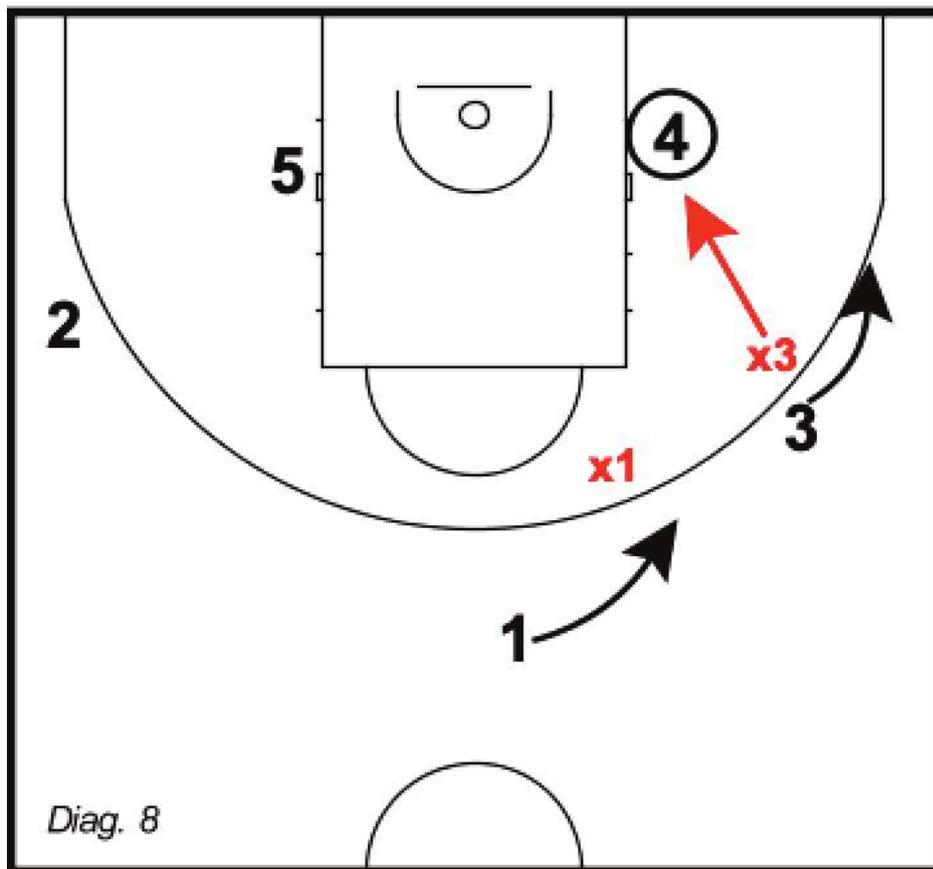
4 deve essere molto aggressivo nel taglio per ricevere profondo o per liberare 3 che crea una seconda linea di passaggio. Da questa situazione si possono poi attaccare i close out o anche il mismatch nel caso in cui x3 si sia dovuto accoppiare con 4.

Una variante è quella di avere un migliore tiratore in visione e un giocatore più pericoloso vicino a canestro in angolo. In questo caso si può attaccare lo stunt facendo tagliare l'uomo in angolo e andando in allontanamento con 4 per creare più separazione con il proprio difensore (x4).

Un'altra situazione è il taglio sulla linea di fondo quando l'azione di pick and roll ha un giocatore solo in visione (diag. 5).

In questo caso è molto importante allenare la “comunicazione visiva”. Il taglio diventa controproducente se il ball handler prende velocità. 1 e 4 devono invece giocare insieme: 1 esiterà un poco “chiamando” l'aiuto di x4, a quel punto 4 potrà tagliare sulla linea di fondo (5 deve sempre seguire l'azione, per ricevere un eventuale scarico o prendere un rimbalzo).





### *Trap contro il post up*

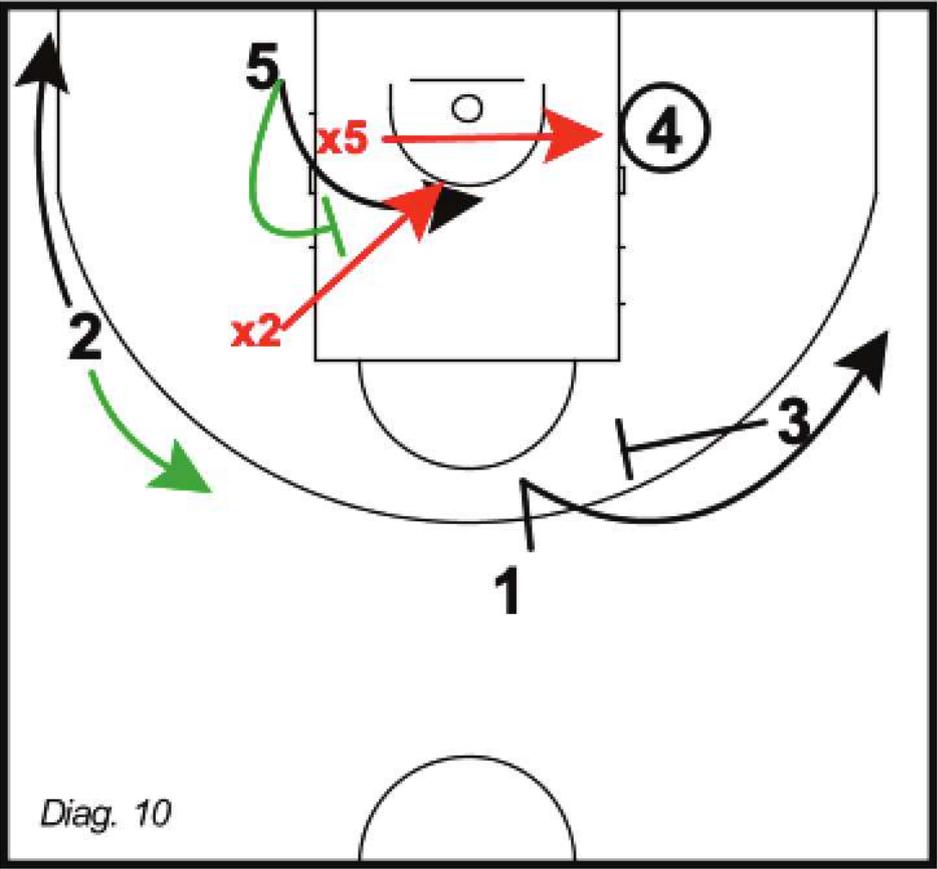
Quando si ha un vantaggio vicino a canestro spesso si devono affrontare difese che collassano molto o che raddoppiano per togliere la palla dalle mani del giocatore in post basso. Diventa molto importante punire queste scelte per creare spazio al proprio giocatore. Un piccolo inciso riguardo allo spacing: con la palla in post basso quello che preferiamo è avere due giocatori sul lato della palla e due sul lato debole. In questo modo si aumentano gli spazi da coprire per la difesa (diag. 6-7).

Con questo spacing solitamente giochiamo uno split sul lato forte e “contro la difesa” sul lato debole.

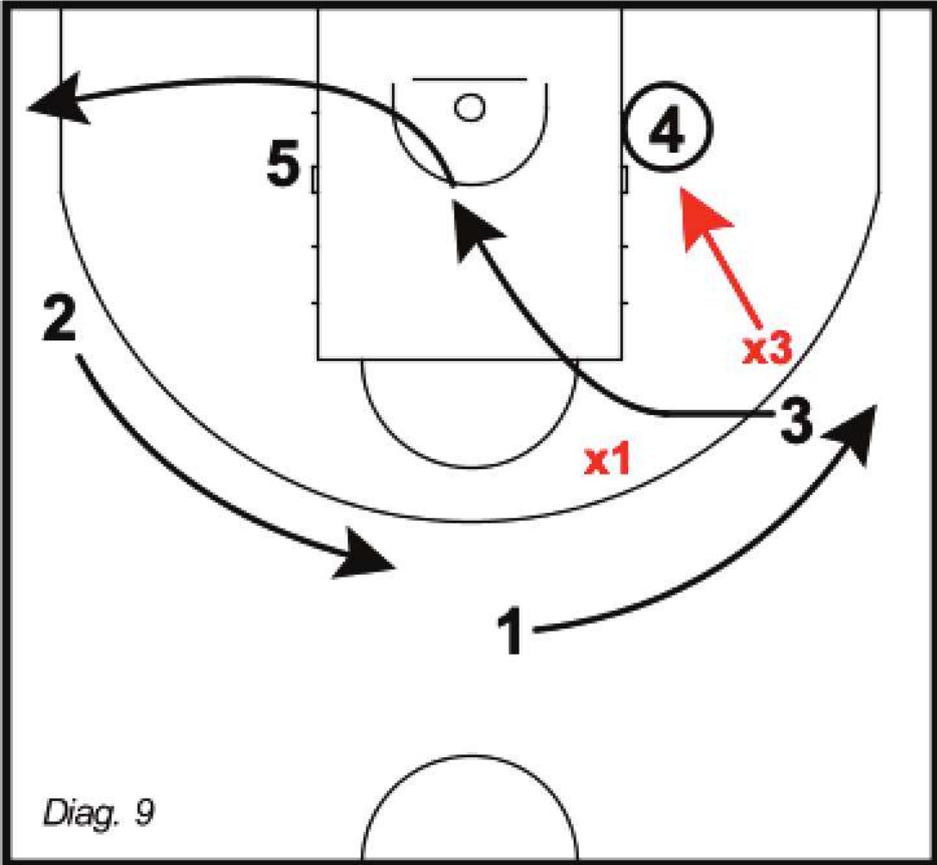
Se invece la scelta difensiva dovesse essere quella di raddoppiare, diventerebbe molto importante attaccare le rotazioni: l’attaccante marcato dal difensore che porta il raddoppio deve prendere l’iniziativa per punire la scelta e tutti gli altri si devono muovere di conseguenza.

### *Trap dal passatore*

In questo caso diamo due scelte al passatore: andare verso l’angolo (diag. 8) o attaccare l’area con un taglio o fintando uno split e slippando (diag. 9) Sul raddoppio portato da x3, 3 si sposta verso l’angolo. 1 dovrà spostarsi quel che basta per aprire la linea di passaggio diretta da 4.



Diag. 10



Diag. 9

Se 3 decide di attaccare l'area, 1 e 2 dovranno rimpiazzare molto velocemente per dare del e linee di passaggio giocabili a 4 e aumentare le distanze da coprire per la difesa.

Nel caso ci siano quattro giocatori sul perimetro sono tutti coinvolti nell'azione di tagli rimpiazzati, ricordandosi sempre di giocare senza palla una volta che questa è uscita dal raddoppio (backdoor).

### *Trap dal lato debole*

A dover prendere l'iniziativa in questo caso sono i due giocatori sul lato debole. Quando il secondo lungo prende una posizione interna, si nasconderà dietro la difesa. Solo a quel punto prenderà la decisione di fare un flash in mezzo all'area oppure sotto canestro.

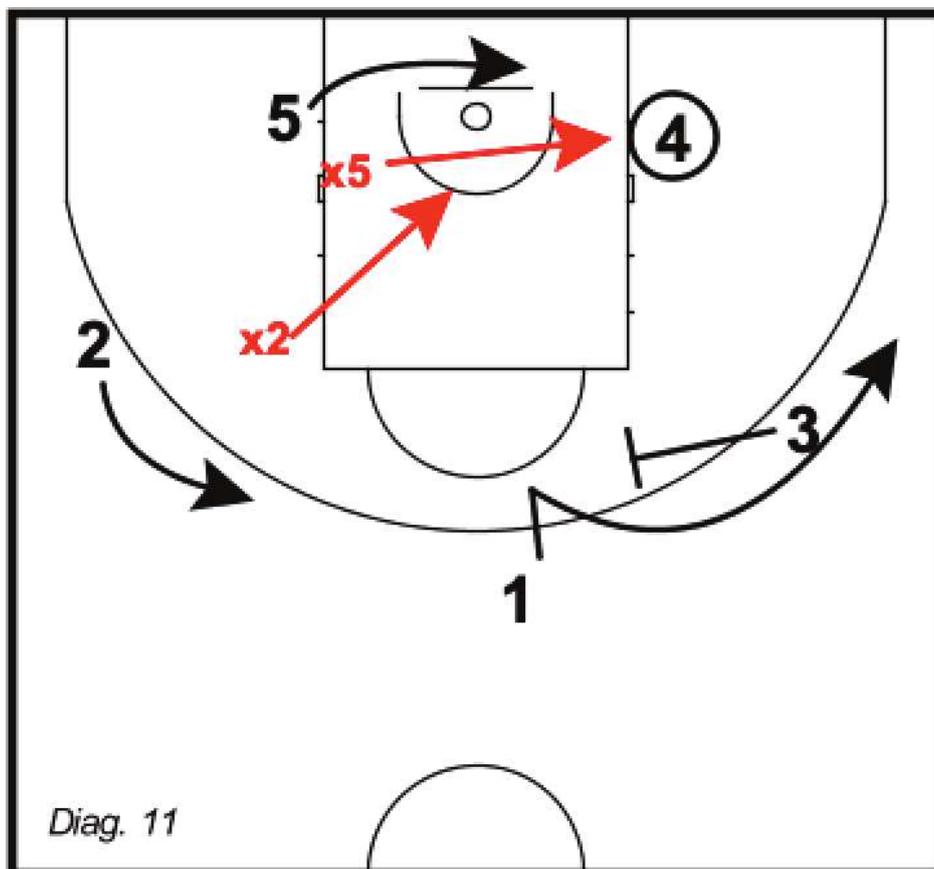
L'esterno dovrà muoversi di conseguenza.

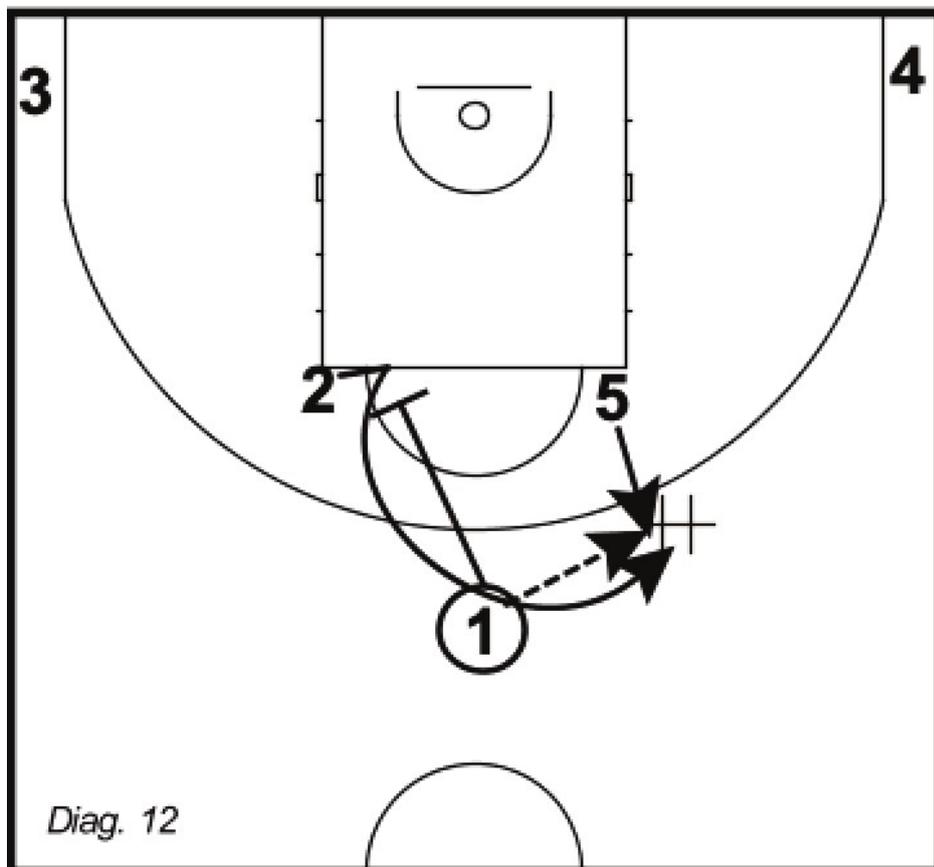
Molto importante è che i due esterni sul lato della palla tengano impegnati i propri difensori in modo da impedirgli di ruotare o di collassare contro il giocatore raddoppiato (diag.

10-11).

5 fa un flash in mezzo al 'area, 2 sprinta in angolo per aprire la linea di passaggio.

In alternativa 5 può anche fare un blocco di contenimento su x2 e in questo caso 2 non andrà in angolo ma si sposterà più in alto per ricevere la palla.





5 taglia sotto canestro dietro al tabellone per ricevere e finire, 2 si sposterà di conseguenza per aprire un passaggio migliore a 4.

*Nota bene.* Il giocatore deve “aprirsi” e scappare dal raddoppio usando le finte per liberare le linee di passaggio. Con questo tipo di spacing diventa molto difficile per la difesa fare rotazioni perché la distanza da coprire tra lato debole e lato forte è molto lunga.

Chiaramente una volta che la palla esce dal raddoppio l'attacco deve mantenere l'aggressività con un extra pass (usare le finte contro le rotazioni!) oppure attaccando i close out.

#### *Attaccare i cambi*

In molte situazioni di blocchi tra guardie la scelta comune è quella di cambiare.

In particolare abbiamo posto l'attenzione su un gioco che utilizziamo spesso e abbiamo enfatizzato l'importanza di attaccare le scelte difensive cambiando le letture.

Il gioco in una delle sue opzioni più usate prevede il blocco tra le due guardie e poi un dribble hand off o un pick and roll dopo un flip pass per la guardia.

Spesso le difese vogliono cambiare tra le due guardie per poter negare l'hand off o comunque forzare una ricezione fuori dal raggio di tiro in modo da rendere meno efficiente il pick and roll.

Abbiamo quindi allenato con del 3c3 alcune letture che potessero punire queste scelte: il taglio back door di 2 sul passaggio da 1 a 5 (diag. 13); lo slip di 1 sul blocco tra guardie (diag. 14); il ricciolo di 2 sul blocco di 1, con lo stesso 1 che torna per giocare l'hand off.

