

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

Sito internet: www.usap.it



Elaborazione grafica a cura di Federico FILESI



Coach Maurizio LASI
(Capo Allenatore SCHIO –
Serie A1 Femm
Formatore Nazionale C.N.A.)

Sistema offensivo contro difesa a zona

Partendo da un gioco offensivo che utilizzo contro le difese a zona ne approfitterei per un'analisi più approfondita dei postulati contro una zona con fronte pari.

Linguaggio

Il modo di comunicare e la terminologia che noi usiamo deve essere chiara e comprensibile perché semplifica il trasferimento delle nostre conoscenze ai nostri giocatori aiutandoli a comprendere i riferimenti e le situazioni di gioco.

La regola che guida costantemente le situazioni e i giochi offensivi e difensivi nella mia pallacanestro e nei miei giocatori è la seguente:

PRENDERE VANTAGGIO

MANTENERE VANTAGGIO

CONCRETIZZARE IL VANTAGGIO

Gli altri aspetti sono:

Equilibrio tra **Autonomia** e **Collaborazione**

Tecnico (fondamentali offensivi di tiro, palleggio, passaggio) e

Tattico (scelta del fondamentale da usare a seconda delle situazioni)

rapportati ai concetti di **Spazio** e **Tempo**

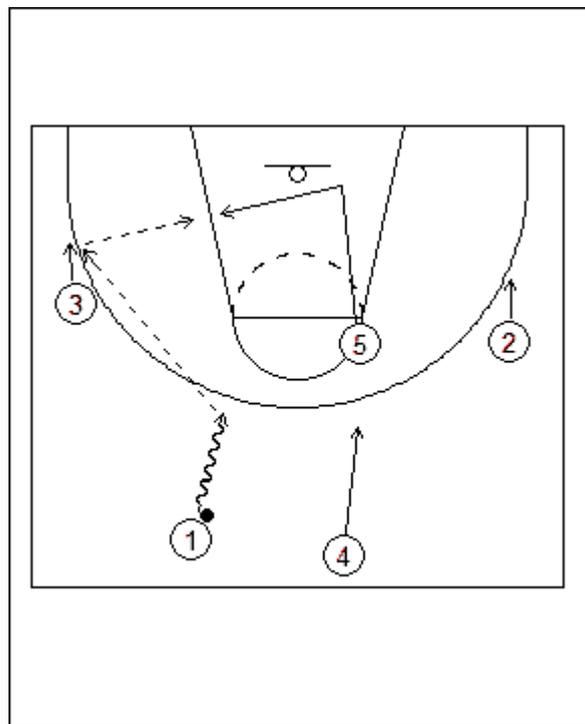
Giocare negli “spazi vuoti” = timing e uso dei fondamentali

L'idea che deve guidare i nostri giocatori è di **adattare i propri fondamentali a spazi diversi** da quelli che concede la difesa a uomo. Mentre in quest'ultima, la posizione dei difensori è determinata dall'attacco perché il movimento del proprio uomo è prioritario a quello della palla, nella difesa a zona è determinata dalla difesa stessa che segue il movimento della palla. Questa concede, a seconda del tipo di schieramento a zona (fronte pari, dispari o combinata), punti e spazi deboli più ampi e quindi più vulnerabili.

Di conseguenza ci saranno delle situazioni in cui i nostri giocatori potranno giocare con spazi più ampi, rispetto alla difesa a uomo, e altri in cui il maggior numero di difensori li costringerà in spazi ristretti.

Questa **differenza di spaziatura** crea una **differenza di timing nell'esecuzione e nell'adattamento dei fondamentali** che è necessario conoscere.

Il passaggio in angolo a 3, non è “obbligatorio” (Diagr. 2) , ma obbliga la difesa ad abbassarsi e a muoversi verso la palla e consente all'attacco di entrare nel giusto ritmo del gioco offensivo.



Diagr. 2

Soprannumero = Vantaggio di spazio/tempo

Soprannumero significa creare una situazione offensiva numericamente superiore di quella difensiva (2>1, 3>2, 4>3).

Esempio di attacco contro una difesa zona 2-3 (Diagr. 3)

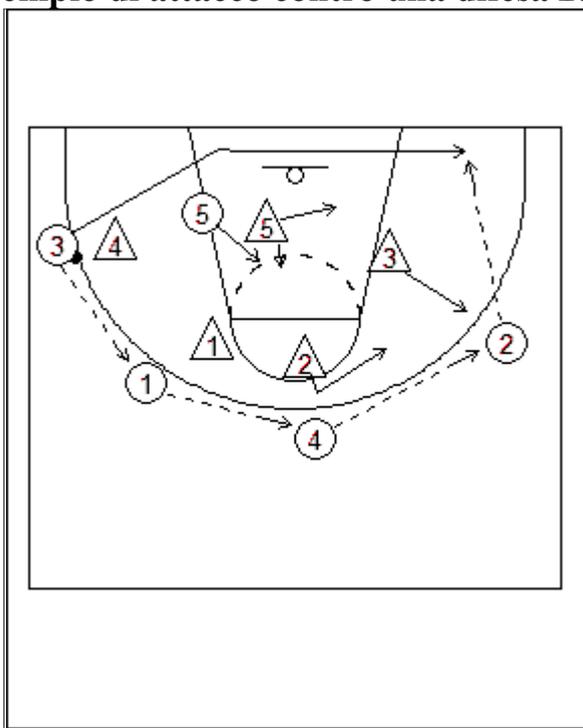


Diagramma 3

Soprannumerando subito il lato opposto con un taglio sul fondo e ribaltando la palla velocemente avremo una situazione di 2 > 1 sul lato opposto = giocatori 2 e 3 contro difensore 3

Muovere la difesa con la circolazione di palla per creare spazi vantaggiosi (vuoti) da occupare prima degli avversari

L'obiettivo deve essere quello di attaccare muovendo la palla in modo da provocare degli spostamenti che, anche nella miglior difesa, non saranno mai sincroni con il movimento di palla.

Il sincronismo del movimento di palla e i movimenti degli attaccanti (Ritmo), contribuiranno a determinare degli spazi o "buchi" negli spostamenti della difesa che verranno sfruttati dalla squadra in attacco.

Il MOVIMENTO della PALLA è importante perché è uno degli strumenti che abbiamo per la condivisione del gioco di squadra.

Il senso del **RITMO** non è qualche cosa di astratto ma è un concetto che può essere trasferito sul campo con dei riferimenti propri ed avere la percezione concreta di quando fare qualche cosa.

Esempio (Diagr. 4/5)

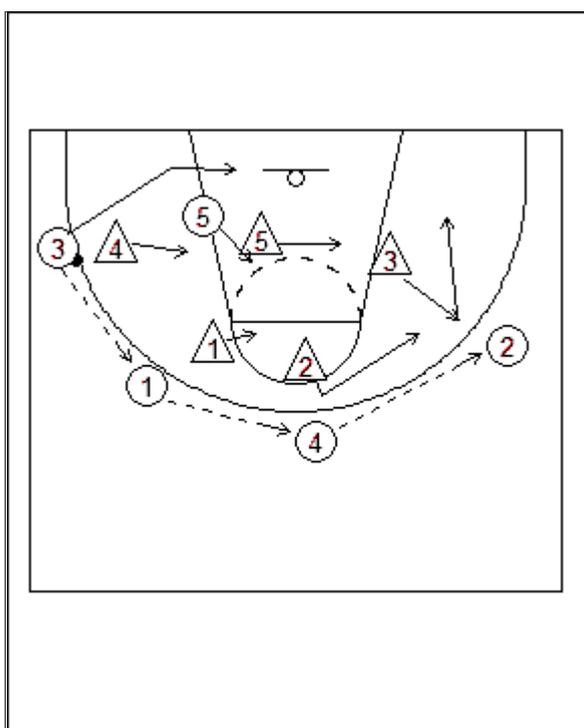


Diagramma 4

Se il ribaltamento della palla parte in anticipo rispetto al taglio sul fondo del gioc. 3 il vantaggio dato dal movimento di palla sarà vanificato dal ritardo del gioc. 3 nel raggiungere lo spazio vantaggioso prima del recupero difensivo.

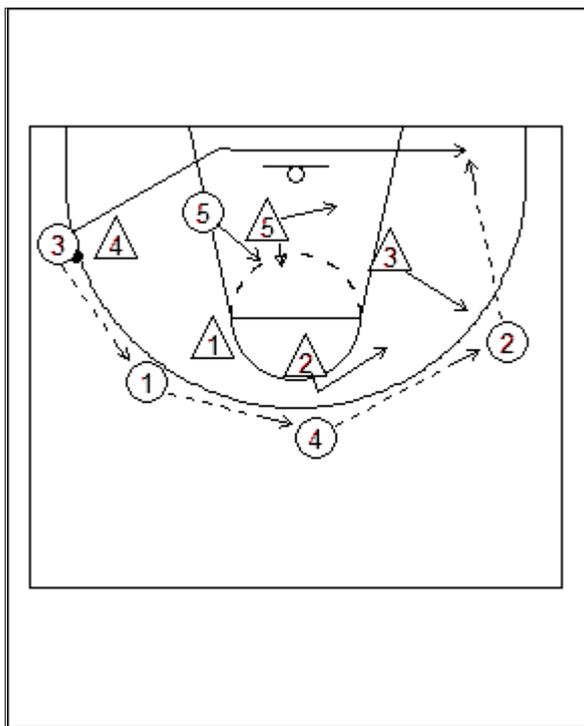


Diagramma 5

Il corretto timing tra il taglio del gioc. 3 e il movimento di palla fa sì che il vantaggio sia concreto ed efficace.

capacità del gioc. 1 se vede che il taglio del gioc. 3 eseguito in ritardo può rallentare il ribaltamento di palla (eseguendo anche una finta di passaggio sul lato della ricezione)

Spaziatura fra i giocatori (Diagr. 6)

l'attaccante non deve dare mai al difensore la possibilità di marcare o disturbare due giocatori contemporaneamente, ma al contrario deve cercare di attrarre l'attenzione, determinando lo spostamento di due difensori.

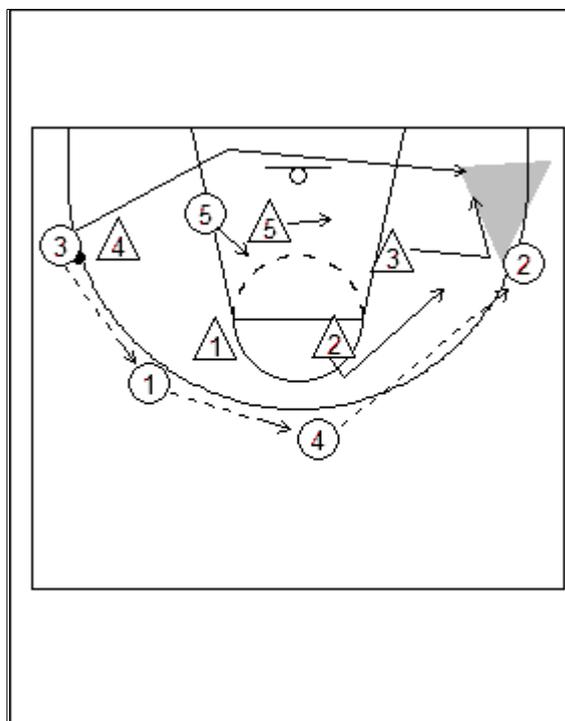


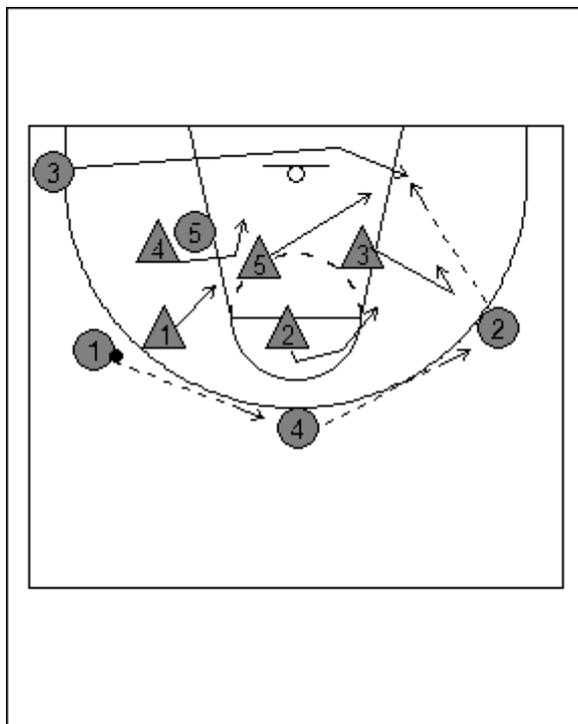
Diagramma 6

Posizione dell'esterno (2) sul ribaltamento

Se 2 si abbassa sotto la linea del tiro libero agevola la difesa accorciando gli spazi con il compagno 3 in angolo = un difensore copre due giocatori

Es. passando la palla in pivot-basso tutte le difese si comprimono, poi in qualche maniera, con la palla in uscita si riallargano.

Bisogna dare la giusta attenzione non solo alla prima parte, quando la difesa si stringe, ma quando la difesa si riapre, perché è questo il momento in cui la difesa è vulnerabile non solo con un tiro, ma con una **penetrazione** o con un **passaggio** dentro l'area (Diagr. 9).



Passaggio in pivot basso

Diagr. 9

Timing della palla con il movimento dei tagli (Diagr. 10/11):

Fare qualche cosa mentre qualcos'altro sta accadendo con l'idea di mantenere il vantaggio.

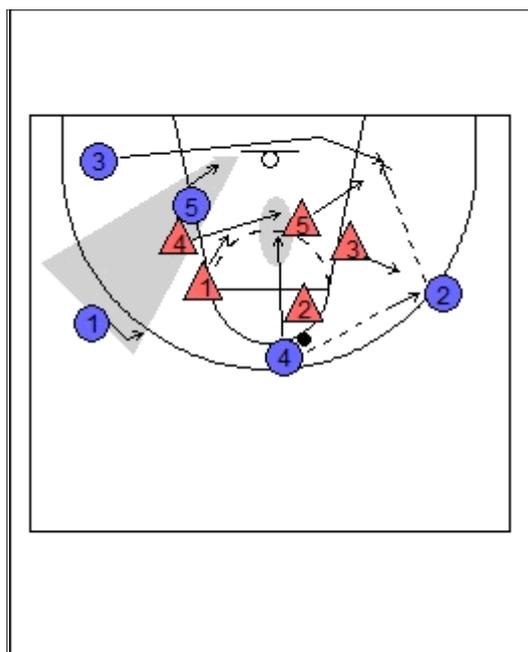


Diagramma 10

Mentre la palla viaggia dall'ala in post-basso il taglio del post-alto deve essere contemporaneo.

Se il post-alto si muove solo dopo che la palla è arrivata in post-basso questo taglio sarà coperto dalle guardie della prima linea e aiutato dal lungo.

Invece se taglia mentre la palla è in volo, il lungo sarà libero di ricevere o costringerà il lungo della seconda linea a chiudere la linea di passaggio liberando situazioni di vantaggio sul lato debole

La difesa, con palla in pivot basso si contrae a protezione dell'area liberando il passaggio sull'esterno (1) sul lato opposto.

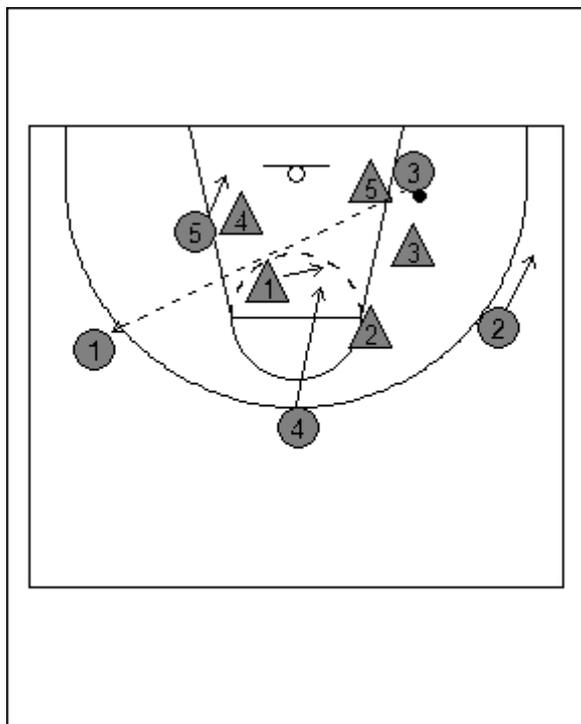


Diagramma 11

Prontezza nella ricezione per 1 riconoscendo la situazione vantaggiosa che si sta creando per se stesso e per i compagni

Guardare la palla ma vedere “tutto” agevola la capacità di anticipazione nella scelta successiva per mantenere il vantaggio leggendo le scelte difensive.

Situazioni di 1<1 con difensore che recupera (“corre incontro”)

Utilizzo dei fondamentali per mantenere e concretizzare il vantaggio:

- Tiro
- Passaggio dentro l'area o per un altro compagno esterno
- Partenze in palleggio

Penetrazione (centrale) per arresto e tiro o per un ulteriore passaggio in base alle scelte e rotazioni difensive

Ho detto penetrazione centrale perché a differenza di quella sul fondo, questa permette al giocatore che penetra di avere in visione tutti i compagni.

La continuità del taglio del giocatore 4 in uscita in angolo sul lato della palla consente di liberare lo spazio in area e sulla penetrazione di 1 di avere un' ulteriore linea di passaggio molto efficace da aggiungere alle altre 3 (Diagr. 12).

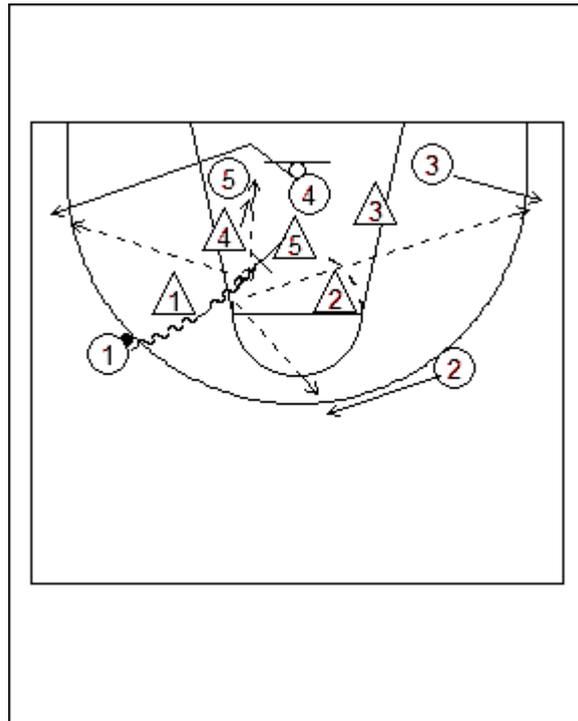


Diagramma 12

Passaggio (Diagr. 13/14)

Il Passaggio è forse uno dei fondamentali più importanti, perché **sottolinea la capacità di comprendere il gioco e la capacità di collaborare con i compagni.**

Il passaggio corretto facilita l'esecuzione del canestro :

- il passaggio che non costringe a fare una torsione o a piegarsi troppo;
- il passaggio che non arriva né un secondo prima né un secondo dopo.

Nella difesa a zona, di solito, non c'è anticipo sui giocatori perimetrali, ad eccezione di difese particolari, di conseguenza dovremo adeguare il fondamentale del passaggio

Generalmente contro la difesa a uomo il bersaglio per il passaggio è, nella maggior parte dei casi, la mano esterna del compagno; contro la difesa a zona sarà la spalla interna del compagno ad aiutarlo a mantenere il vantaggio per il tiro (situazioni con il difensore distante).

E' uno dei pochi casi dove è possibile utilizzare anche il passaggio due mani "al petto".

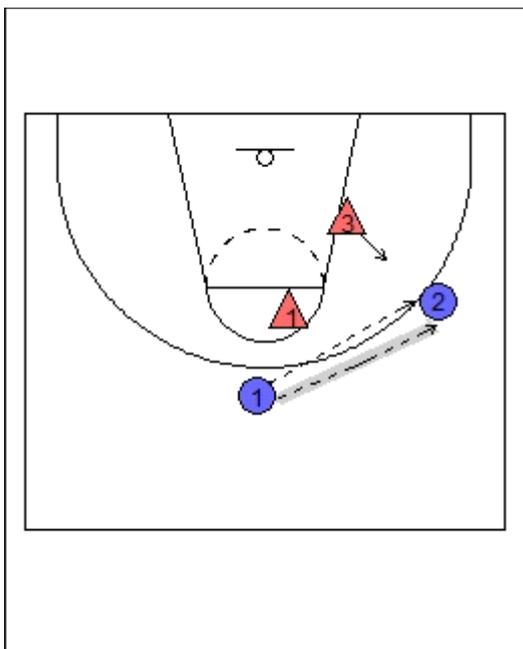


Diagramma 13

Qualità del passaggio permette di mantenere il vantaggio acquisito e in molte situazioni di concretizzarlo.

Il passaggio non deve costringere ad una torsione il giocatore in posizione di vantaggio per il tiro.

es. per gli esterni.

Quella evidenziata è l'esecuzione sbagliata.

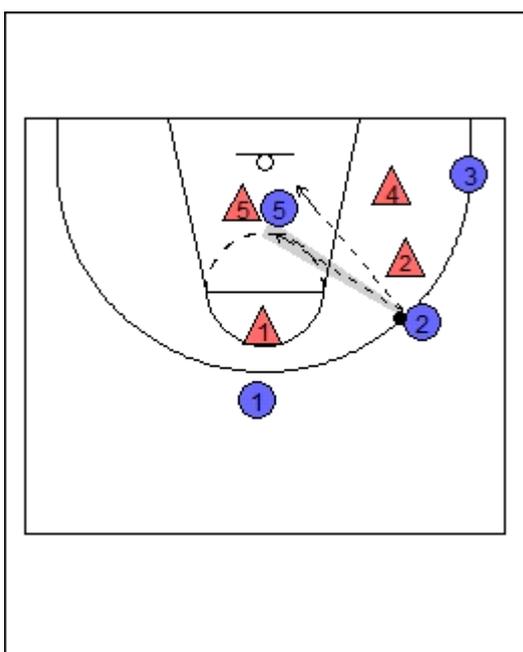


Diagramma 14

es. per i giocatori interni

Finta di passaggio per far muovere la difesa a zona (Diagr. 15).

Se la zona reagisce al movimento della palla, prima del movimento degli uomini è ovvio che reagisce alle finte di passaggio.

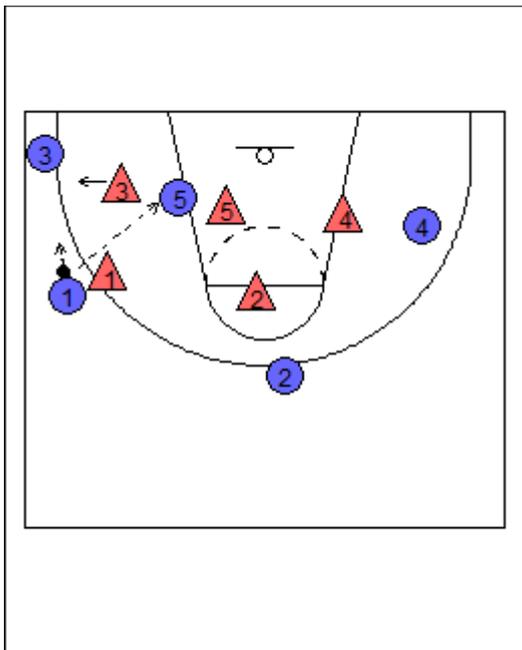


Diagramma 15

fintare in angolo per far muovere il difensore (3) e liberare la linea di passaggio per il pivot basso (5)

Stessa situazione per il passaggio in post-alto, per l'alto-basso e altre.

Se il gioc. 2 non ha passato la palla a nessun compagno, il nostro sistema offensivo continua con l'utilizzo dei blocchi sulla palla

Un pick-roll di 4 con 2 (Diagr. 16) che ha l'obiettivo di coinvolgere la difesa di entrambi i difensori della prima linea e ribaltare la palla sull'esterno opposto 1 dove creare il vantaggio.

Contemporaneamente 3 taglia sul fondo per sovrannumerare in angolo del lato opposto che può sfruttare un blocco di contenimento di 5

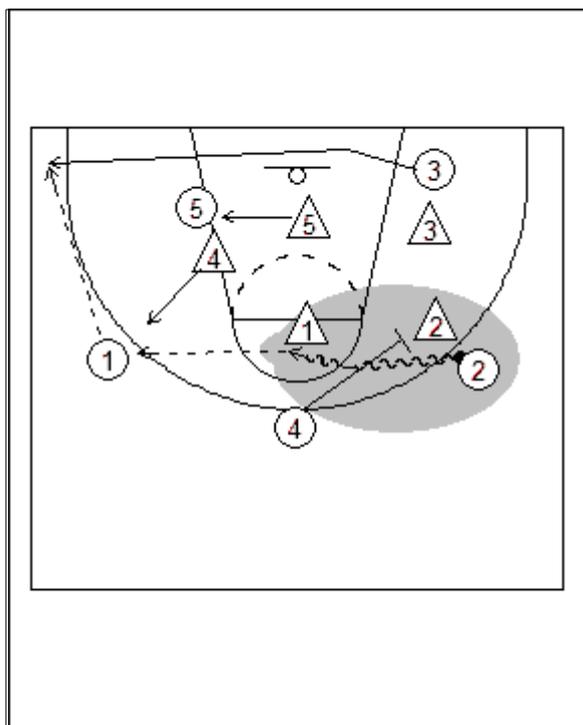


Diagramma 16

Il blocco sulla palla in posizione di guardia consente una penetrazione centrale, per attirare l'aiuto della seconda guardia della prima linea e avere un giocatore libero sul lato opposto.

Il giocatore 2 che riceve il blocco deve puntare l'altro difensore della prima linea x1, mirando la spalla esterna per facilitare l'angolo di passaggio a 1, mentre, con il giusto timing, 3 sovrannumera sullo stesso angolo.

Uso dei blocchi di contenimento e pick and roll (Diagr. 17/18 - 19/20)

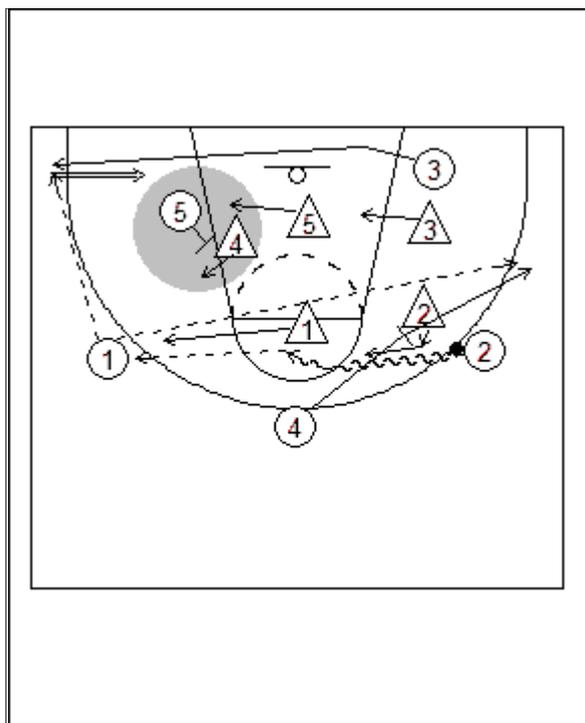


Diagramma 17

Il post basso 5 in situazione di sovrannumero può creare un vantaggio in angolo per 3, bloccando l'ultimo uomo della seconda linea difensiva.

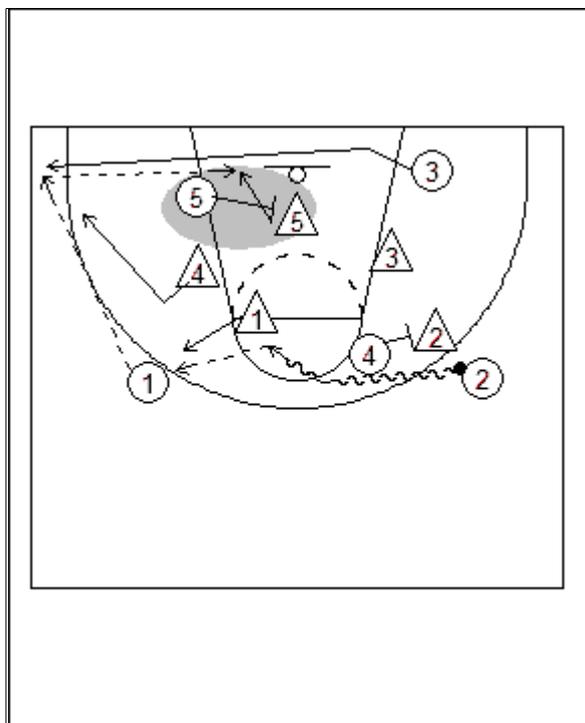
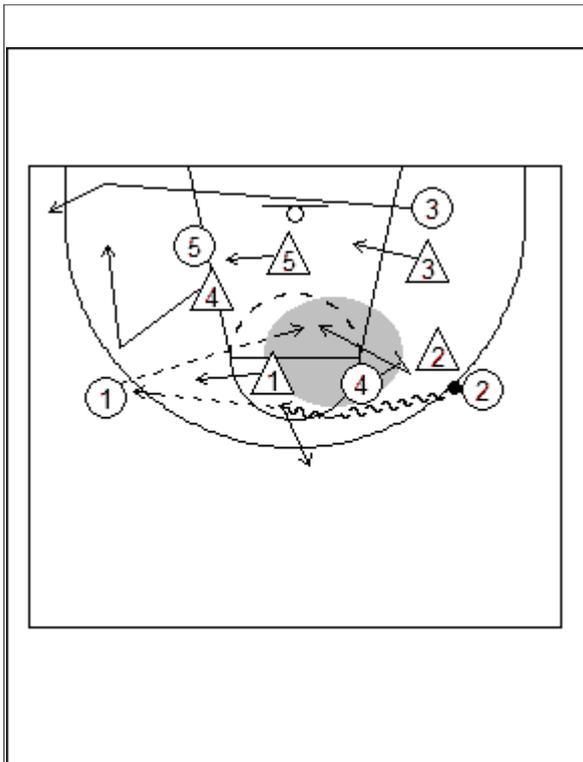


Diagramma 18

Ma se il difensore forza l'uscita (sottolineamo il corretto uso del blocco) o segue il taglio, l'obiettivo del bloccante cambierà puntando non sull'ultimo uomo della seconda linea ma su quello centrale per poi crearsi uno spazio vantaggioso dentro l'area

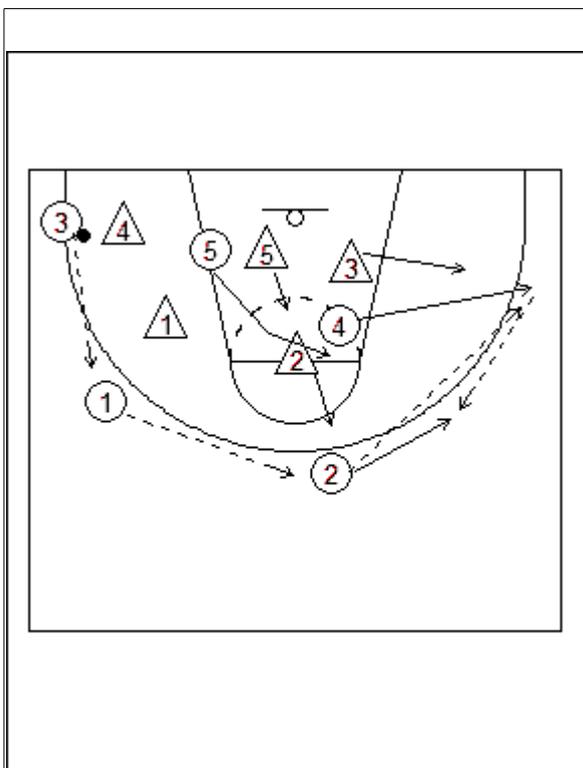
Altra situazione di vantaggio che si può creare è sul taglio di 4 dopo il pick-roll.



Altra situazione di vantaggio che si crea è il taglio di 4 verso il centro dell'area alta dopo il pick-roll dove il difensore (2) è rimasto dietro.

Spesso c'è anche una situazione di mismatch con il difensore della prima linea (in questo caso 2) che è un piccolo.

Diagramma 19



Se non si sono create situazioni di vantaggio, il più delle volte, è perché la difesa si è adeguata o trasformata in una match-up.

Durante il ribaltamento della palla, 4, che non ricevendo, si è allargato nello spazio utile, e 5 seguendo la circolazione di palla è salito in post alto; siamo nella situazione di giocare un pick-roll alto contro una difesa che a questo punto va affrontata con i criteri di una difesa a uomo.

Diagramma 20

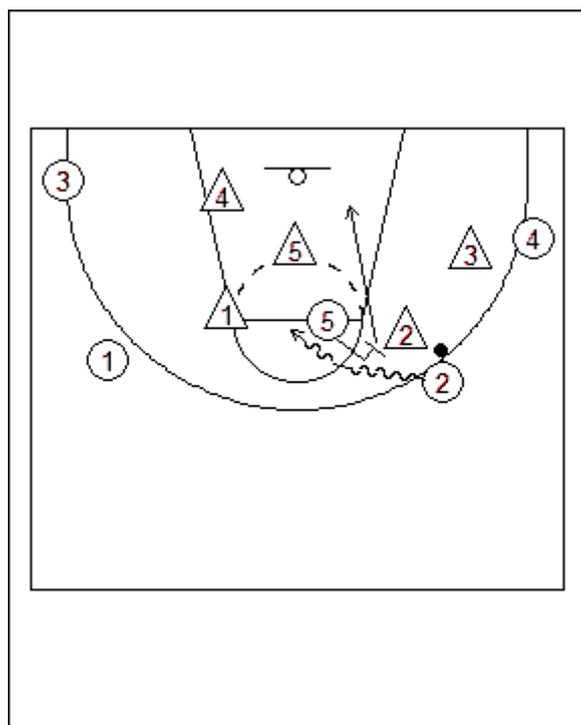


Diagramma 21

Equilibrio difensivo

Le scelte tecniche e tattiche dei giochi devono sempre tener conto di avere una copertura difensiva equilibrata, specialmente contro le difese a zona che hanno gli esterni pronti in posizione vantaggiosa per il contropiede. Importante è lavorare sulla velocità di transizione tra attacco e difesa perché i giocatori non abbiano pause o incertezze su un'azione di tiro se andare o a rimbalzo o verso la propria area difensiva.

“Non ho mai incoraggiato qualcuno a pregare per una vittoria. Non penso che le nostre preghiere dovrebbero essere rivolte al risultato di una partita. Questa sembra una strada verso l'egoismo. Volevo che i miei ragazzi onorassero il Signore facendo il massimo, controllando le loro emozioni e invocando la sua protezione. Questi sono i giusti requisiti per un giocatore di basket e per la nostra vita in generale”.

John Wooden (from One-On-One)