

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 Carlo RECALCATI

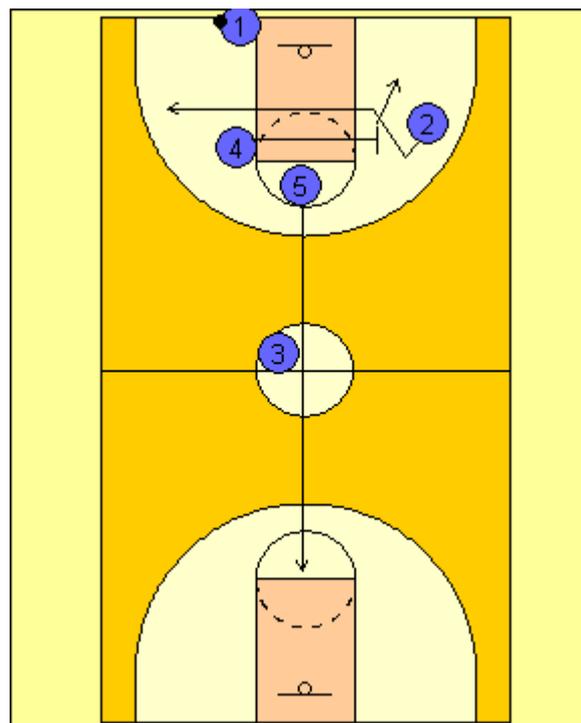
Capo Allenatore

Montegranaro (Serie A1)

"DA CANESTRO SUBITO A CANESTRO SEGNATO IN POCHI SECONDI"

Difficile nel basket moderno eseguire una rimessa rapida (l'arbitro deve toccare la palla!) tranne che dopo canestro subito; l'arbitro non deve toccare la palla e pertanto è possibile eseguire una rimessa rapida nell'intento di realizzare un canestro in transizione, anche dopo tiro libero, nonchè contro la difesa che vuole anticipare il primo passaggio.

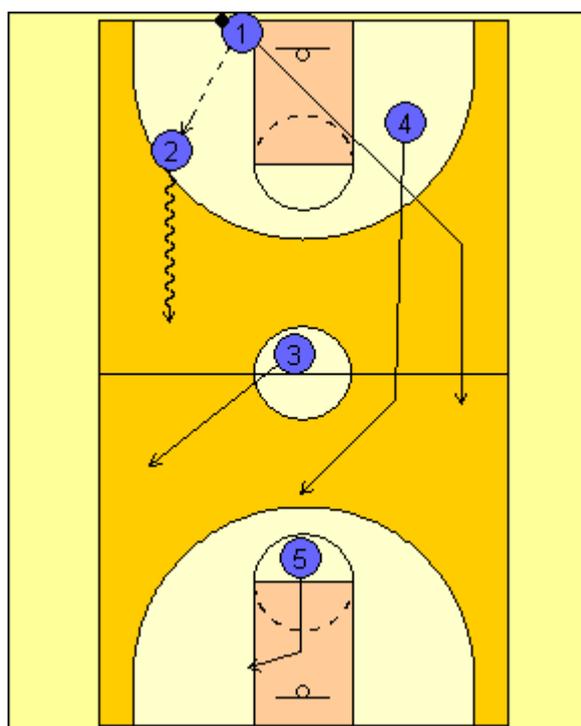
Della rimessa se ne incarica il play-maker (1) che va ricordato, per migliorare la linea di passaggio, può muoversi lungo la "linea di fondo", il numero 4 porta un blocco per liberare la guardia (2) che vuole ricevere la palla in movimento, 3 si posiziona nel centro del campo (pronto a sbloccare un passaggio se 2 e 4 sono anticipati) e 5 corre lungo il campo per fermarsi all'altezza della linea, opposta, di tiro libero (Diagr. 1).



Diagr. 1

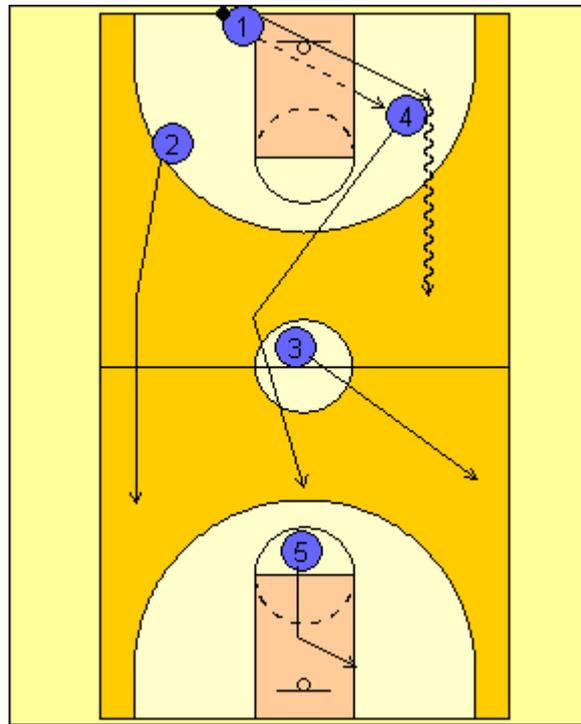
DUE OPZIONI:

La palla va a 2 che palleggia lungo la linea laterale, 3 si sposta sul lato della palla e corre lungo la linea laterale, 5 taglia verso il canestro, 4 corre in opposizione alla palla e giunto all'altezza del cerchio di metà campo cambia direzione, prende la fascia centrale del campo e 1, dopo il passaggio, corre lungo la linea laterale opposta (Diagr. 2/a).



Diagr. 2/a

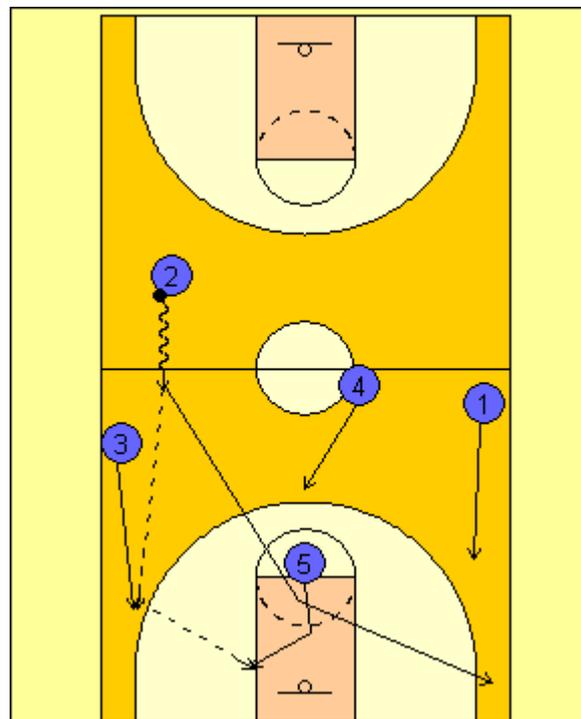
La difesa anticipa 2 e la palla va a 4 (dopo il blocco si è girato per ricevere), che ripassa consegnato ad 1, che riceve in movimento e palleggia lungo la linea laterale, 3 si sposta sul lato della palla e corre lungo la linea laterale, 5 taglia verso il canestro, 4 (dopo il passaggio) corre in opposizione alla palla e giunto all'altezza del cerchio di metà campo cambia direzione, prende la fascia centrale del campo, 2 corre lungo la linea laterale opposta (Diagr. 2/b).



Diagr. 2/b

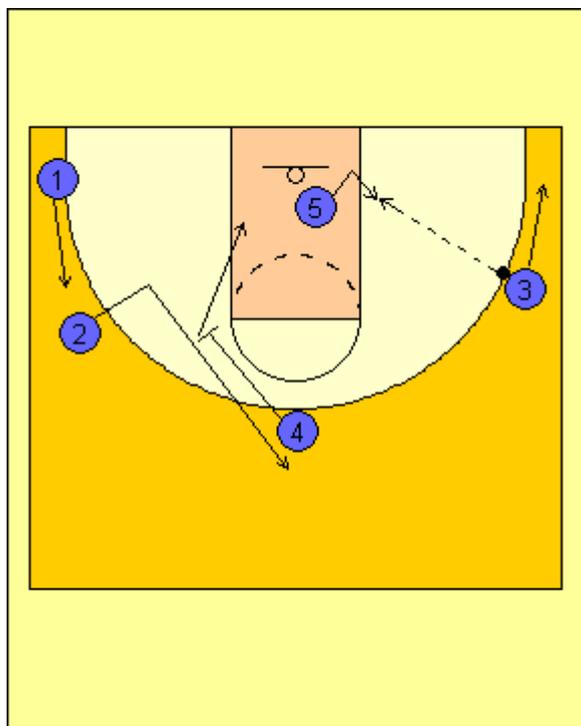
Consideriamo lo sviluppo successivo partendo dal Diagr. 2/a (dando per scontato che partendo dal Diagr. 2/b lo sviluppo successivo è identico):

3 riceve e cerca di passare la palla a 5 per un tiro facile e rapido, 2 dopo il passaggio taglia la linea di tiro libero e va nell'angolo apposto, 4 si ferma oltre la linea dei tre punti e 2 si spazia sul lato debole (Diagr. 3).



Diagr. 3

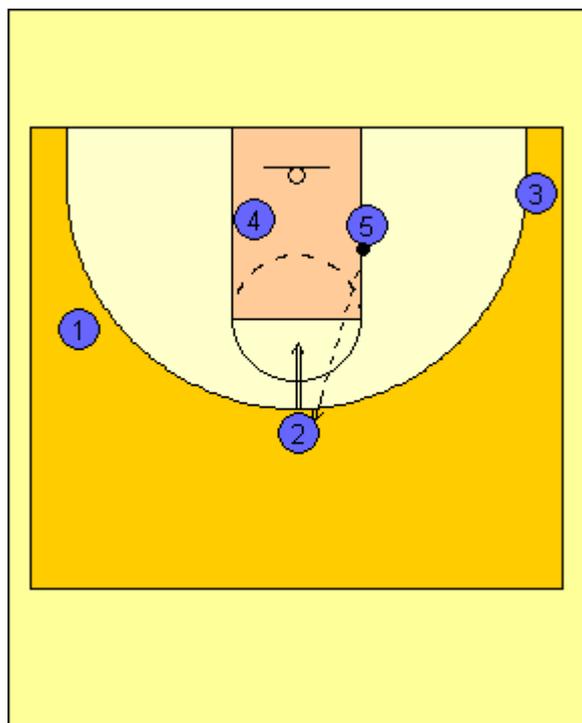
5 riceve quando prende posizione in post basso (non durante il taglio), 3 dopo il passaggio si spazia verso l'angolo (per favorire il passaggio d'uscita di 5), 4 esegue un blocco all'altezza del gomito opposto e gira verso canestro, 2 sfrutta il blocco per ricevere oltre la linea dei tre punti e 1 adegua la sua posizione per offrire una linea di passaggio (Diagr. 4).



Diagr. 4

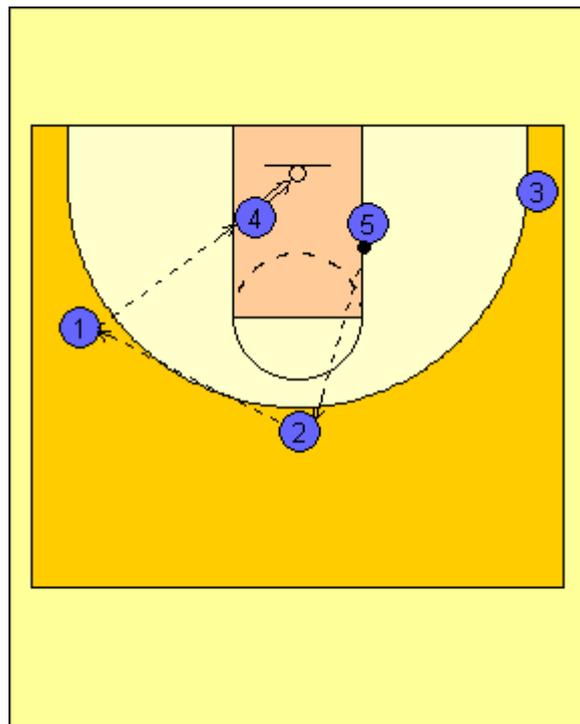
DUE OPZIONI:

2 esegue un tiro da tre (Diagr. 5/a).



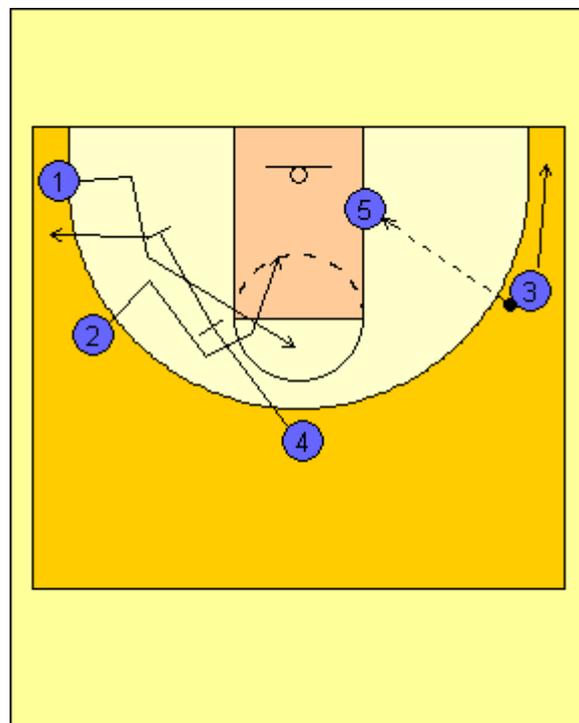
Diagr. 5/a

2 passa a 1 che serve 4 per un tiro da sotto (Diagr. 5/b).



Diagr. 5/b

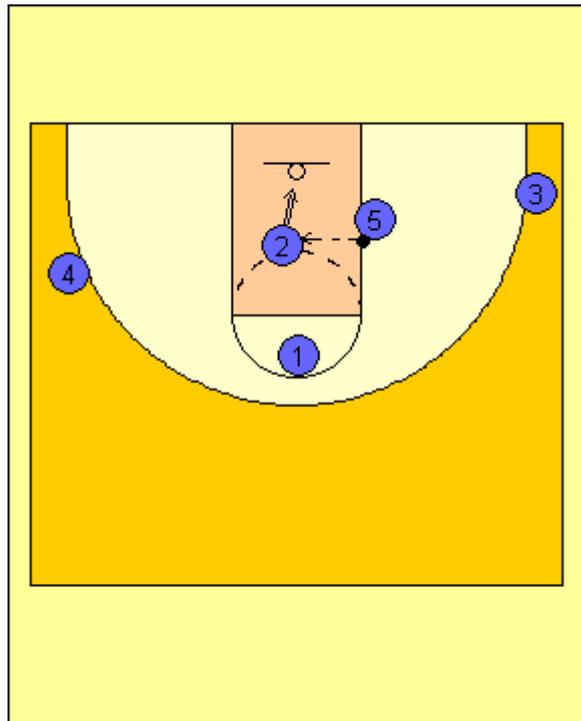
5 riceve in post basso, 3 dopo il passaggio si spazia verso l'angolo, 4 esegue un blocco all'altezza del gomito opposto, sul ricciolo di 2 prosegue, eseguire un blocco per 1 e ruota oltre la linea dei tre punti, 1 sfrutta il secondo blocco verso la linea di tiro libero (Diagr. 6).



Diagr. 6

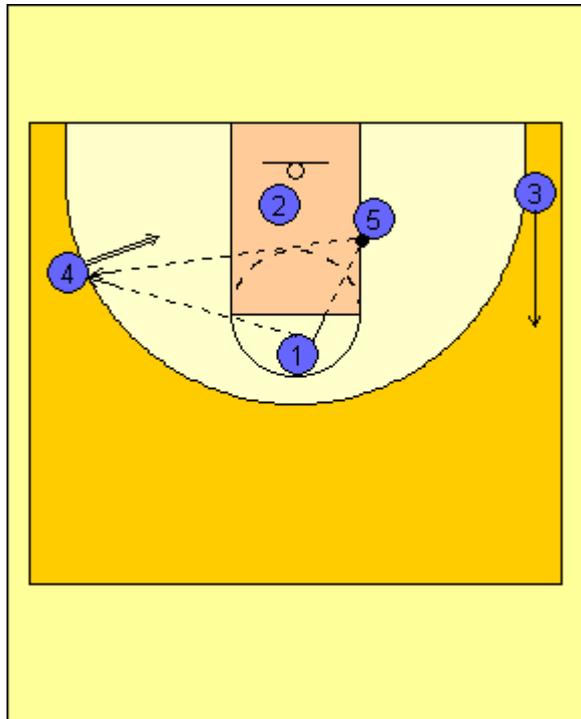
DUE OPZIONI:

2 riceve sul ricciolo e tira (Diagr. 7/a).



Diagr. 7/a

2 libera l'area, 5 passa la palla, direttamente o attraverso 1, a 4 che tira da tre (Diagr. 7/b).



Diagr. 7/b