

# 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)



**Elaborazione a cura di Marco Damaschi e Federico Filesi**

**COSTRUZIONE TRANSIZIONE OFFENSIVA - COACH: Davide Villa**



**COACH : DAVIDE VILLA**

**Allenatore**

**URANIA BASKET MILANO**

**Serie A2 Maschile - Stagione 2019 -2020**



## CONSIDERAZIONI GENERALI

Ad inizio di ogni stagione, per mettere le basi del nostro sistema di gioco offensivo, mi piace partire dalla costruzione della transizione offensiva.

Il nostro obiettivo è quello di dare regole e spazio/tempo di competenza ai giocatori in campo in quella fase di gioco in cui proviamo a passare dalla difesa all'attacco nel più breve tempo possibile.

Oltre a suddividere compiti e spazi imposteremo le regole che poi utilizzeremo in ogni situazione di gioco che andremo a sviluppare nel corso della stagione.

Per cercare di lavorare al meglio sulla transizione, esaminando ogni dettaglio, inizialmente utilizzeremo solo tagli, movimenti senza palla e blocchi lontano dalla palla andando ad inserire solo alla fine i blocchi sulla palla.

### NOTA

*Questa "limitazione" vuole solo togliere inizialmente uno dei mezzi più usati per prendere vantaggi nelle squadre senior per focalizzarsi e sforzarsi ad utilizzare anche altri mezzi.*

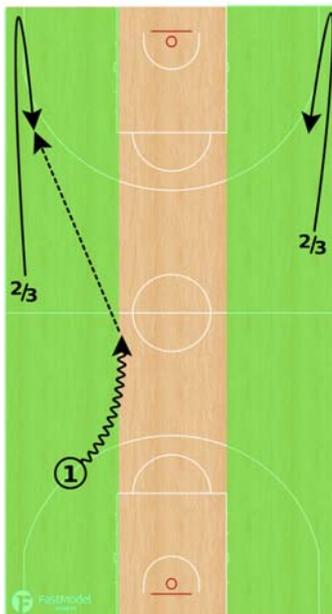
## 1 .Obiettivi e SPAZI

### 1.a Giocatori ESTERNI

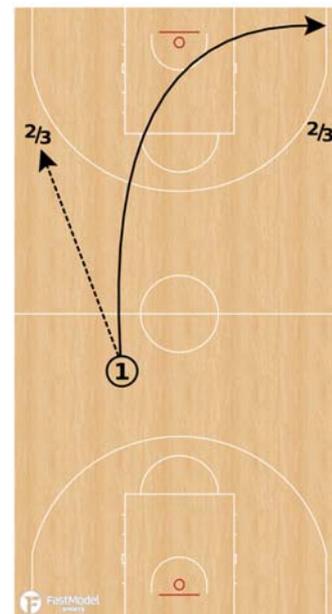
Diamo due compiti molto semplici ai tre giocatori esterni :

- Ai due senza palla chiediamo di correre ai lati del campo attaccando la linea di fondo per poi “rimbalzare” all’altezza del tiro libero della metà campo offensiva per creare una linea di passaggio; (diag.#1)
- L’esterno con palla , dopo aver preso l’apertura sopra il prolungamento del tiro libero nella metà campo difensiva , spinge la palla tenendo come punto di riferimento i gomiti dell’area opposta pronto a far viaggiare la palla con un passaggio rapido ad uno dei due suoi compagni che sono “scappati” . (diag.#1 – diag.#2)

E’ importante puntare uno dei due gomiti o far volare la palla ad uno dei due esterni per “creare” il prima possibile un lato forte ed un lato debole, questo sarà segnale per i lunghi che stanno correndo su come e dove cercare di prendere posizione.



#1



#2

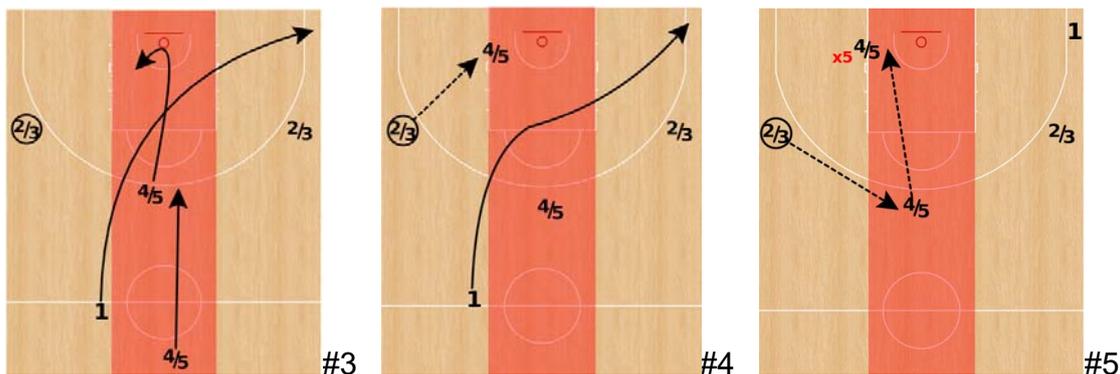
## 1.b Giocatori INTERNI

Entrambi i giocatori interni avranno come compito, dopo aver preso rimbalzo difensivo o aver recuperato la palla, di correre il più velocemente possibile il campo nella fascia centrale compresa tra le due posizioni di guardia.

### - 1° LUNGO [1° RIMORCHIO] :

Correre velocemente il campo con un obiettivo fondamentale che è quello di “attaccare il ferro” e prendere posizione il più profondo possibile [più è profonda la ricezione più aumenta il pericolo per la difesa]. (diag-#3)

Lavoriamo sulla tecnica per correre il campo e prendere posizione profonda in maniera analitica anche 1c0 andando poi ad esaminare le varie soluzioni in base alla reazione della difesa. (es. : come prendiamo posizione se la difesa anticipa la linea di passaggio , cioè lavorando spingendo non più verso canestro ma verso la palla per aumentare lo spazio per giocare alto-basso con il 2° lungo).(diag.#5)



Nella fase di costruzione iniziamo a lavorare in modo analitico sui compiti individuali andando a “smontare” le singole competenze di ogni giocatore.

Nel corso degli anni abbiamo trovato spesso le stesse difficoltà :

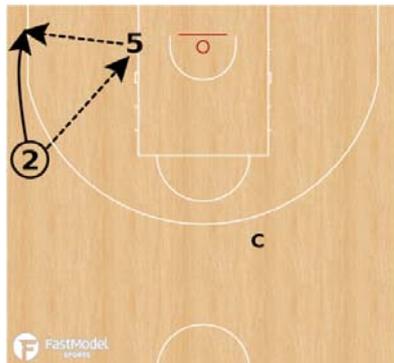
- la corsa del primo lungo , spesso la tendenza del giocatore non è quella di correre verso il ferro ma quello di andare direttamente in post basso lato forte con conseguenza perdita di spazio e vantaggio ;
- la corsa degli esterni con l'idea di sprintare per poi rimbalzare ;
- la tendenza di chi spinge la palla di abusare di palleggi andando ad occupare le “corsie” degli altri ;

Sono questi sopra elencati i punti su cui andiamo a lavorare maggiormente.

Dopo questa fase di costruzione, come detto, andiamo poi ad inserire le prime regole da seguire durante tutta la stagione.

## 2 . Collaborazione Interno / Esterno Lato Forte

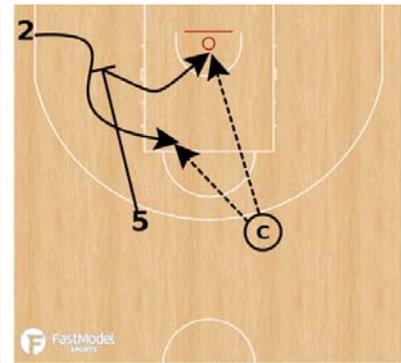
Questa è la collaborazione che andremo ad utilizzare nella nostra transizione ed anche in tutte le situazioni di gioco rotto contro difesa schierata (es: situazione di doppia uscita).



#6



#7



#8

L'esterno che passa la palla in post basso al lungo si spazia verso l'angolo ed in caso non ci sia un vantaggio o un 1c1 del lungo spalle a canestro riceverà indietro il pallone. (diag. #6)

A questo punto il lungo, tenendo la posizione e poi sprintando, si muoverà verso la posizione di guardia lato forte per ribaltare la palla sulla guardia opposta ed andare ad effettuare un down screen con #2. (diag. #7)

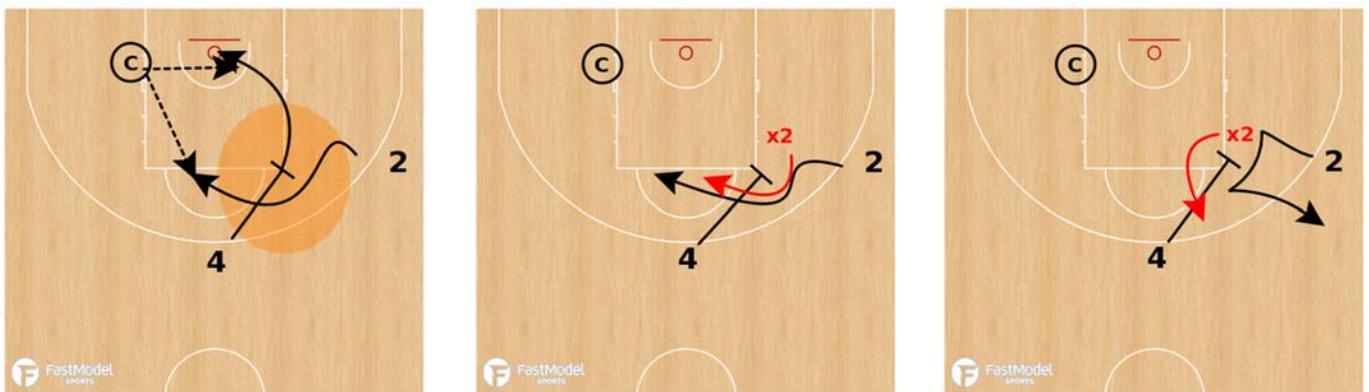
Questa situazione la possiamo utilizzare anche nel caso in cui ad inizio collaborazione la palla non si riesca a passare in post basso perché anticipato, *l'esterno muovendosi in palleggio verso l'angolo darà il segnale al lungo per spaziarsi in posizione di guardia e giocare la MOTION (è così che chiamiamo quel down screen).* (diag.#8)

Nella posizione in cui adesso c'è l'appoggio, negli esercizi didattici utilizzeremo i nostri giocatori, esterni ed interni indifferentemente, in quanto in questa situazione oltre ad allenare le letture sul blocco dobbiamo insegnare il timing corretto del passaggio e la didattica che sarà differente nel caso in cui la difesa inseguirà o taglierà il nostro down screen.

L'idea, che sarà la costante di tutta la costruzione e di tutte le regole che andremo ad inserire, è quella di *non stare mai fermi e di cercare di essere sempre pericolosi* cercando di non dare mai punti di riferimento statici alla difesa.

### 3 . Collaborazione Interno / Esterno Lato Debole

Questa è invece la collaborazione che utilizzeremo sul lato debole sia quando la palla viene ricevuta in post basso sia nel caso in cui 4 in punta sia anticipato dal difensore e non fossimo in grado di ribaltare la palla.



La collaborazione consiste un un down screen giocato sul gomito lato debole; diamo come indicazione il gomito perché teniamo in considerazione quello che dovrebbe essere il posizionamento del difensore.

Nella fase didattica di 2c0+A andremo a lavorare su tutte le scelte possibile che la difesa potrà fare per poter così consegnare all'attaccante tutte le chiavi di lettura possibili.

Inoltre quando lavoriamo 1c0 con il post basso (la C del nostro disegno) lavoreremo didatticamente sulla corretta didattica (apertura dorsale per distanziarsi dal difensore dopo aver attaccato il centro dell'area) per effettuare correttamente il passaggio di uscita sulla collaborazione lato debole.

**Una volta scomposte le 2 collaborazioni (lato forte/lato debole), andando ad esaminare le possibili scelte della difesa e conseguente lettura dell'attacco passando da 2c0 al 2c2+A, andiamo ad unire le cose arrivando al 4c0 + 4c4 per poter aggiungere altre collaborazioni e regole da usare a gioco rotto.**

#### 4 . Collaborazione 2 Interni / 2 Esterni

Le letture che andremo ad analizzare con il 4c0 (sia tutto campo che metà campo) sono l'evoluzione di quello visto in precedenza , ora possiamo però analizzare meglio anche il ribaltamento senza palla dentro immediata.

Dopo che la palla viene ribaltata andremo con una continuità di PnR laterale ma ora lavoreremo solo di **dai e vai** ponendo l'attenzione sulla collaborazione tra i 2 lunghi dopo il taglio (che sarà la stessa quando aggiungeremo il blocco sulla palla).



Su questa collaborazione andremo ad obiettivi:

- dare la palla in post basso a #4 il più profondo possibile;
- dare la palla a #4 giocando alto-basso con il movimento in lunetta di #5, fondamentali timing e didattica del gioco di alto-basso.
- Sempre in aggiunta alle situazioni già viste andiamo ad esaminare cosa facciamo nel caso in cui la palla , dopo essere andata in post basso, esca in punta sulla collaborazione interno/esterno lato debole.
- Quando inseriremo i blocchi sulla palla avremo anche come soluzione quella di andare subito con il nostro #5 a bloccare sulla palla centralmente ma per ora usiamo l'appoggio per il ribaltamento per andare a lavorare sul timing e spacing dei due lunghi.

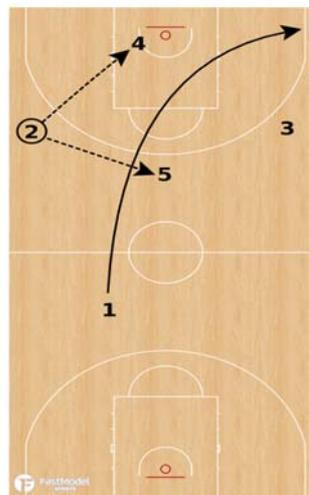
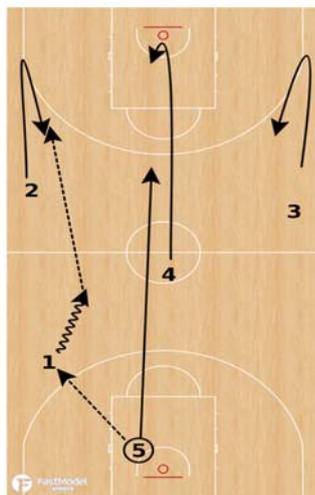




## 5. 5c0 - 5c5

Arrivati a questo punto non ci resta che aggiungere il quinto giocatore ed in seguito inserire anche l'opzione PnR per completare tutta la nostra transizione offensiva e le regole a gioco rotto.

Ovviamente il tempo di lavoro speso sui vari passaggi è cambiato di anno in anno a seconda delle caratteristiche tecnico/fisiche individuali di ogni gruppo e delle capacità di assorbimento dei ragazzi e spesso durante l'anno utilizziamo i 4c0 e 4c4 per ripassare le nostre regole e mantenere le abitudini prese nel lavoro iniziale.



Prima di aggiungere i blocchi sulla palla dobbiamo lavorare su un altro di quelli aspetti che spesso viene sottovalutato, il back door dopo ribaltamento.

Infatti si tende a giocare quella situazione in automatico senza attaccarlo veramente, questo permette spesso alla difesa di non lavorare o spesso di fare un cambio difensivo automatico senza che l'attacco neppure se ne accorga permettendo alla difesa di anticipare il ribaltamento.



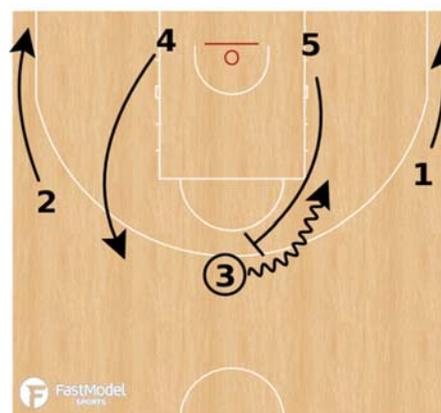
## 6 . Blocchi sulla Palla

Oltre il PnR laterale dopo ribaltamento altra possibilità è il PnR centrale da poter giocare dopo il down screen interno/esterno lato debole con palla in post basso. Una volta che la palla arriva in punta possiamo dare tre scelte:

- 1- il lungo che ha passato la palla dal post basso va sempre a giocare il PnR senza distinzione tra #4 e #5 ;
- 2- il lungo che ha giocato il down screen dopo aver tagliato a canestro va sempre a giocare il PnR centrale senza distinzione tra #4 e #5 (utilizzando questa soluzione sarà molto importante il lavoro del taglio a canestro dopo il down screen e **solo in seguito** la risalita per giocare il PnR, può capitare che la pigrizia e l'abitudine ci portino direttamente a giocare il PnR senza tagliare) ;
- 3- facciamo andare a bloccare sempre il #5 indifferentemente che sia quello ha passato la palla dal post basso o quello che ha giocato il down screen e tagliato a canestro.

Tra le 3 soluzioni andremo a scegliere quelle che esalta di più le caratteristiche dei nostri giocatori, cercando sempre di renderli tutti e 5 pericolosi creando un'azione il più dinamica possibile.

Andando ad inserire i blocchi sulla palla inizia un lavoro difficile e complesso, in pratica un argomento su cui si potrebbero scrivere altrettante pagine ed altrettanti diagrammi, quindi bisogna inserirlo esaminando ogni possibile scelta difensiva (contenimento alto/basso , show , negare , cambio, ...) e lavorare su cosa deve fare l'attacco, partendo dal 2c0 per arrivare al 5c5.







## 8. CONCLUSIONI

Quella che utilizziamo è una transizione “standard” a cui abbiamo provato negli anni a dare un metodo di lavoro utilizzandolo come partenza per la costruzione del nostro sistema di gioco.

Essere disciplinati nel correre il campo è una cosa fondamentale per trovare ritmo, avere rispetto di timing e spacing di tutti i giocatori rispettandone i compiti ma lasciando ed insegnando la libertà di lettura in base alle scelte della difesa.

Inoltre saper correre bene il campo occupando gli spazi corretti porta a rubare canestri e, nel caso non riuscissimo ad entrare nella transizione, ad essere pronti nei migliori spazi possibili ad iniziare un gioco d’attacco contro difesa schierata.