



# DISPENSE

U.S.A.P.



## COACH ALESSANDRO ROSSI

**Attacco Pick and Roll contro difesa "STUNT":  
letture e spaziature.**

Alessandro inizia la sua carriera di allenatore nel 2005-06 nelle giovanili del Napoli Basket. Nel 2013 si trasferisce alla NPC Rieti da assistente allenatore nel campionato di serie B nazionale. Nel 2014-15 raggiunge la promozione in A2. Nel 2017 a seguito dell'esonero di Luciano Nunzi gli viene affidata la prima squadra. Nel primo anno alla guida, la squadra sfiora i playoff mettendo a segno il maggior numero di vittorie del club in una singola stagione di A2. L'anno successivo raggiunge i playoff dove Rieti elimina Forlì salvo arrendersi a Treviso nel turno successivo. Nel 2019-20 la stagione viene interrotta dalla pandemia Covid con la squadra al 5° posto in classifica. Nel 2021-22 viene chiamato dalla Givova Scafati del patron Aniello Longobardi con cui raggiunge al primo tentativo la promozione in Serie A, ottenendo il maggior numero di vittorie in una singola stagione nella storia del club e senza alcuna sconfitta in casa al PalaMangano tra campionato e playoff. Nel 2022-23 la sua avventura in serie A termina dopo sole 6 partite a causa di un esonero. Nel 2023-24 la Real Sebastiani Rieti gli affida la panchina per l'esordio assoluto del club in Serie A2.



## Attacco Pick and Roll contro difesa "STUNT": Letture e spaziature.

Per cercare di costruire un percorso coerente e di semplice consultazione per chi legge, conviene fare dapprima un breve cenno riferendosi al titolo di questo contributo. Negli ultimi anni infatti è sempre più diffusa la tendenza ad utilizzare in difesa i cosiddetti 'stunt'. Indipendentemente dalla terminologia utilizzata che può variare da contesto a contesto (li chiameremo 'stunt' in questa sede, ma potremmo chiamarlo 'aiuto e recupero', 'tag', ecc.), l'obiettivo generale che la difesa si propone con tale occupazione degli spazi, è quello di creare un muro davanti alla palla che ostruisca sia visivamente che fisicamente le linee di penetrazione alla squadra in attacco. I difensori ad un passaggio dalla palla assumono un posizionamento in guardia aperta, sfruttando l'ampiezza delle braccia in posizione fondamentale, pronti a leggere la situazione e ad effettuare, se serve, uno stunt per fermare l'avvicinamento della palla al canestro.

Non ci soffermeremo sulla tecnica e sugli aspetti analitici della difesa in questione per non andare evidentemente fuori tema.

Ricordiamo soltanto che lo "stunt" viene ormai comunemente utilizzato sia in situazioni di penetra e scarica che di pick and roll, di uscite blocchi o di aiuti difensivi sul gioco interno. Si tratta di un vero e proprio paradigma difensivo il cui sviluppo è sempre più sofisticato in termini di timing, spacing e conseguenti rotazioni di squadra. Esalta peraltro anche lo spirito di collaborazione e di sacrificio dei membri di una squadra, che scelgono di aiutarsi e coinvolgersi con l'utilizzo del corpo ma anche della voce.

**F**ermandoci ad esaminare gli esempi proposti dai diagrammi 1 e 2, in una situazione di pick and roll (diagramma 1), l'obiettivo della difesa è, tramite lo stunt, quello di rallentare la palla sulla linea del blocco, invitando(o meglio ... forzando) l'attacco a fare un semplice passaggio in visione al giocatore 2 su cui la difesa è ovviamente programmata a reagire e vincere la sfida in termini di closeout difensivo. Lo stunt inoltre permette una buona copertura sul roll di 5 poiché X5, sentendosi protetto dal muro eretto da X2 potrà, partendo dalla sua posizione iniziale di contenimento (drop), preoccuparsi per minor tempo della palla, arretrando insieme al rollante e congestionando gli spazi. Il tutto ha lo scopo di limitare gli svantaggi per la difesa generati dal pick and roll, far perdere iniziativa all'attacco e per tornare nel minor tempo possibile in situazione 5c5 senza svantaggi (ovvero di cinque 1c1 in condizione di equilibrio difensivo). Esempio simile, ma meno strutturato è quello di una penetrazione come da diagramma 2.

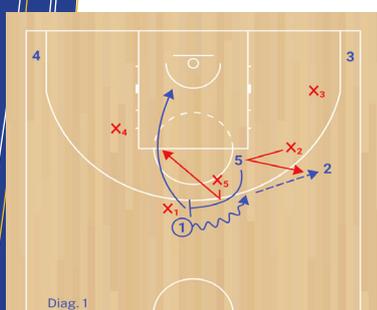
in seguito, non potrà mai raggiungere gli effetti desiderati se i fondamentali individuali tecnici e tattici non saranno eseguiti in modo corretto.

Cambi di velocità, spostamenti laterali, passaggi, sono tutti strumenti decisivi per mettere in atto quanto proporremo e sono presupposti **FONDAMENTALI** allo sviluppo delle prossime righe.

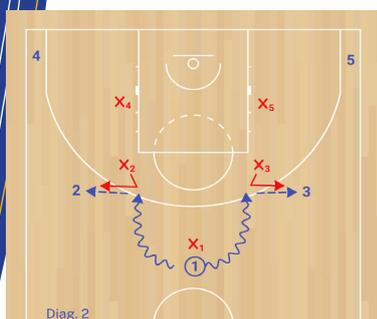
Quelle che vedremo, non sono altro che **COLLABORAZIONE**. A mio modo di vedere, collaborare è un elemento che genera coesione di squadra, ma anche realizzazione personale per il giocatore stesso.

I giocatori comprendono la funzionalità di ciò che proviamo, e sono incentivati a fare qualcosa per gli altri perché sanno che gli altri farebbero la stessa cosa per loro.

A seconda delle spaziature che svilupperemo in attacco durante l'azione di pick and roll, forniremo ai nostri giocatori degli strumenti in termini di gioco senza palla, da utilizzare tutte le volte si incrocino difese fondate sul principio degli "stunt".



Diag. 1



Diag. 2

Congestionare gli spazi dunque è l'obiettivo degli stunt, ed è questo aspetto che, come allenatori, dobbiamo analizzare e decodificare per poi aiutare la nostra squadra a trovare soluzioni efficaci.

Torniamo al tema principale:

**PER ATTACCARE GLI STUNT IN SITUAZIONE DI PICK AND ROLL, tempo e spazio sono due concetti fondamentali** ed è su questi elementi che dobbiamo agire.

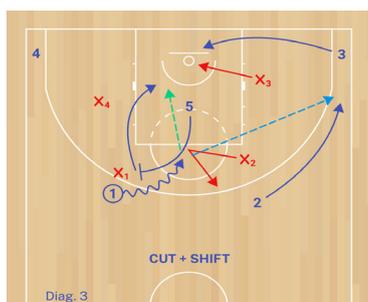
Resta ben inteso che, qualsiasi soluzione proposta



## “Angle Pick and roll” e “Side Pick and roll”

Partiamo da una situazione di “Angle PR” che, nella nostra terminologia di squadra, individua le situazioni di pick and roll giocate in prossimità del gomito, con angolo occupato e due giocatori in visione della palla.

In questo caso adottiamo un movimento per annullare la possibilità di stunt che chiamiamo ‘cut and shift’. Esaminiamo il diagramma 3: nel momento in cui il nostro ball handler gira l'angolo, 2 e 3 riconoscono la volontà della difesa di effettuare uno stunt. Il giocatore in angolo effettuerà un taglio

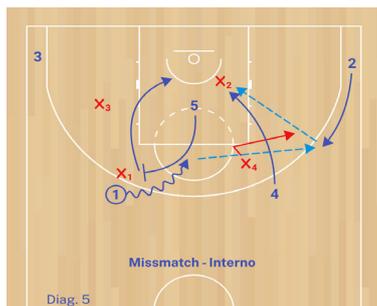


sulla riga di fondo mentre 2 andrà in allontanamento verso l'angolo. Questo movimento impone ad X2 una scelta drastica. Se resterà in posizione di ‘stunt’ avremo la possibilità di costruire un'opportunità per

un tiro aperto al giocatore 2. Qualora X2 fosse attratto dallo ‘shift’ in angolo di 2, avremo liberato spazio a ball handler nello sviluppo del pick and roll distruggendo il “muro” eretto da chi effettua lo ‘stunt’.



Prendendo in esame il diagramma 4 successivo, nel caso in cui il primo giocatore in visione fosse il nostro secondo lungo (4), e non essendo quest'ultimo un tiratore molto affidabile, gli chiediamo invece di effettuare un taglio backdoor alle spalle di X4 durante lo ‘stunt’. Questo imporrà ad X2 una scelta: chiudere l'area sul taglio causerà un ritardo sul tiratore 2 libero in angolo. La



maggior parte delle difese però, in questo caso, effettua un cambio difensivo. Ammettendo la possibilità che ciò avvenga in tempi e spazi pressochè perfetti, avremo comunque generato un mismatch interno, con vantaggio vicino a canestro del nostro 4 (diagramma 5).

In situazione di “Side pick and roll”, che nella nostra terminologia individua un pick and roll laterale con angolo vuoto, applichiamo per coerenza e semplicità di esecuzione gli stessi

concetti. Il nostro secondo lungo (4) taglia a canestro, liberando spazio per i due tiratori e di fatto, limitando la possibilità della difesa di effettuare stunt (diagramma 6).

Qualora il 4 si trovasse in angolo, sarà comunque lui il giocatore deputato ad effettuare un taglio



sul lato dei 3 giocatori, andando ad occupare uno spazio nel ‘dunker spot’ (diagramma 7). L'allenamento anche analitico di tutte queste situazioni, viene effettuato in modo regolare e continuo sin dalla pre-stagione, dando l'opportunità alla squadra di riconoscere, decodificare e reagire insieme in partita nel modo corretto. E' fondamentale il coordinamento di squadra del nostro attacco, con 5 giocatori e 5 cervelli alla ricerca della continua connessione reciproca. Avere dei principi chiari entro cui muoversi, facilita il compito dei

giocatori e genera soddisfazione quando la **COLLABORAZIONE** porta buoni frutti.

Il tempo e lo spazio di esecuzione sono decisivi al fine di prendere un vantaggio e provare a mantenerlo di squadra, con l'obiettivo di concretizzarlo nel minor tempo possibile. Un taglio ritardato, o un passaggio eseguito con tecnica superficiale, rende inefficace il sistema. Cerchiamo di eseguire richiamando di continuo la parola chiave del ‘mentre’.



Coach Rossi attualmente ricopre anche la carica di assistant coach dell'Italia U-20.

## “Dive Pick and roll”

Durante il lavoro di scouting settimanale, capita spesso di imbattersi in squadre avversarie caratterizzate da una chiara impronta identitaria di natura difensiva. Squadre che fanno della difesa con utilizzo degli ‘stunt’ un loro punto di forza assoluto. In questo caso, oltre alle soluzioni precedentemente impostate (che definirei di “reazione”) proviamo a ragionare in modo inverso. Preso atto dei punti di forza avversari, piuttosto che ‘reagire’, preferiamo “prevenire”.

In settimana quindi, possiamo proporre soluzioni diverse che mirino a mettere la squadra nelle migliori condizioni possibili per evitare di doversi interfacciare costantemente con il punto di forza avversario.

La cura dello spacing è cruciale. Un’idea di spaziatura per prevenire la difesa ‘stunt’ è il cosiddetto (nella nostra terminologia di squadra) ‘dive’ pick and roll. In

questo modo uno dei due lunghi viene posto sulla riga di fondo. I due migliori tiratori sono pronti negli angoli, allontanando di fatto le opportunità di stunt per la difesa (diagramma 8).

Disponiamo di varie partenze e giochi termine per arrivare alla situazione descritta dal diagramma 8; ci piace determinare alcune regole nello sviluppo di questa situazione offensiva: il lungo sulla riga di fondo ha l’obbligo di “seguire” il lato del palleggiatore e, se possibile, effettuare un seal profondo contro il diretto avversario (diagramma 9). La richiesta per il lungo bloccante

invece sarà quella di leggere l’aiuto difensivo sul pick and roll. Nel caso in cui la difesa sia pronta a difendere il palleggiatore con due uomini (sia che si tratti di uno show aggressivo sia che si tratti di un contenimento), chiediamo al bloccante di effettuare uno short roll dorsale aprendo un angolo di passaggio diagonale. Sulla ricezione del lungo manteniamo

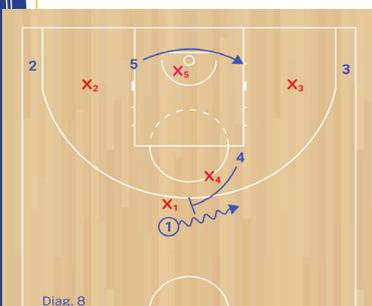
semplicemente il vantaggio leggendo gli aiuti, provando a concretizzare il 4c3 in modo opportuno (diagramma 10).

Qualora la difesa invece riesca a contenere lo svantaggio derivante dal primo pick and roll (ad esempio scegliendo di passare sotto, in terza), il 4 effettuerà un pop out (Diagramma 11).

Sul successivo ribaltamento e side pick and roll il primo obiettivo è quello di generare un vantaggio. Molte squadre effettuano cambi difensivi con i loro numeri 4: in questo caso giocheremo con l’idea

di attaccare il miss match interno, con 5 in posizione di post alto per chiudere un triangolo e leggere gli aiuti (Diagrammi 12 e 13).

Qualora però non fossimo in grado di generare vantaggi (mismatch o facili penetrazioni), siamo pronti a ricreare la spaziatura iniziale. 4 taglia sulla riga di fondo prendendo il posto inizialmente occupato da 5, e sul pick and roll 1-5 giocheremo con le regole precedentemente descritte (diagramma 14).



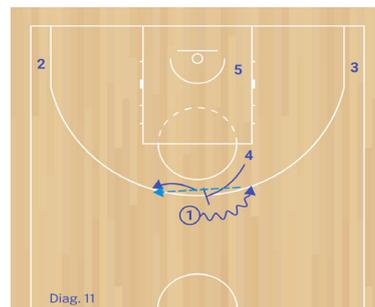
Diag. 8



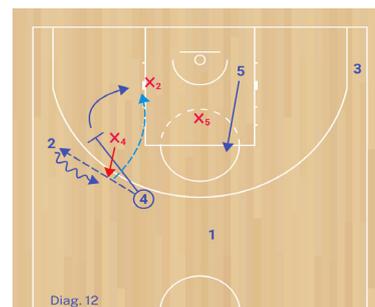
Diag. 9



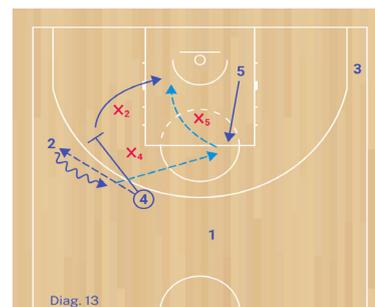
Diag. 10



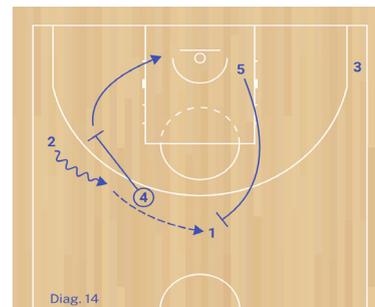
Diag. 11



Diag. 12



Diag. 13



Diag. 14



## “Attaccare gli stunt in situazioni di isolamento”

Molto frequentemente ormai, grazie all'aumento della stazza e dell'atletismo dei difensori ed a causa della grande capacità dei ball handler di punire ogni tipo di aiuto sul pick and roll, l'organizzazione difensiva prevede l'utilizzo di un cambio strozzando di fatto l'attacco negli ultimi secondi dell'azione.

Per questa ragione, soprattutto negli ultimissimi secondi dell'azione, piuttosto che effettuare un blocco sulla palla, isolare l'1 il nostro miglior ball handler può rappresentare una risposta efficace.

Provando a mantenere il focus sugli stunt difensivi, è evidente che questi assumano ulteriore importanza nella protezione difensiva di squadra da un isolamento negli ultimi secondi dall'azione. Creano un muro davanti alla palla, scoraggiando di fatto la possibilità di attaccare il canestro in penetrazione.

Lo spazio viene ostruito fisicamente, e ciò rappresenta anche un ostacolo “visivo” agli occhi del ball-handler che non vede soluzione differente a quella di accontentarsi di un palleggio arrestato e tiro contestato (diagramma 15).

Una volta acclarata la situazione di isolamento e avendo letto la posizione già orientata agli stunt (diagramma 15) della difesa diamo queste semplici regole.

È importante innanzitutto che il giocatore 1 inizi il suo 1c1 non troppo vicino alla riga dei 3 punti per evitare di congestionare gli spazi favorendo così la difesa.

Analizzando il diagramma 16, sul lato “pieno”, quello con 2 giocatori, chiediamo al nostro 4 in angolo di effettuare un blocco “flare” per il giocatore 3 con un duplice obiettivo :

1. sfruttare il ritardo di 3 (impegnato nello stunt) per liberare un tiratore.
2. qualora la difesa come spesso accade, sia programmata a cambiare sul blocco “flare”, la richiesta per il giocatore 4 sarà quella di “slippare” il blocco. Dovrà semplicemente “toccare” X3, senza “tenere” il blocco, e anticipando il cambio, provare a liberarsi con un taglio alle sue spalle. Durante gli ultimi secondi, i giocatori in difesa sono tutti orientati alla difesa della palla e dell'1c1, perdendo di vista alle volte le minacce “secondarie” che invece proviamo a sfruttare.

Qualora il lato pieno (come detto quello con 2 giocatori) sia composto da 2 esterni invece, eseguiremo un “ghost” screen sulla palla (diagramma 17).

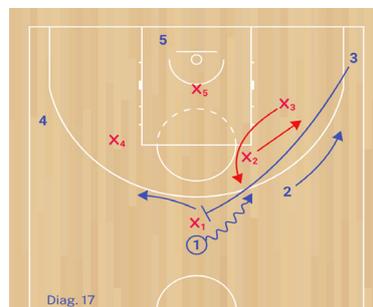
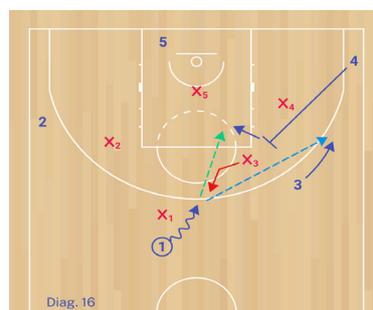
Il concetto del “ghost” screen è appunto quello di “sparire” come suggerito dalla parola stessa. Liberando la porzione di campo occupata da X3 (il giocatore pronto a fare stunt), il nostro 3 effettuerà un “ghost” screen.

Difendere questo genere di situazione richiede perfetta comunicazione e perfetto timing difensivo, elementi che alle volte difettano soprattutto negli ultimi secondi dell'azione. Non dimentichiamo che l'attacco mantiene sempre l'iniziativa, ed è la difesa a dover “reagire”, cercando di contenere gli svantaggi che l'attacco può provocargli.

L'obiettivo è quello di forzare X3 (peggior difensore rispetto ad X1 nella nostra scelta strategica) ad un cambio difensivo da effettuare ad alta velocità, in modo ultra dinamico, esponendolo ad un accoppiamento svantaggioso.

Effetto collaterale molto importante del “ghost” è quello di provocare molto spesso una situazione di grande incertezza difensiva. Una cattiva o tardiva comunicazione, tempi di reazione non perfetti, generano un ritardo per il quale due giocatori restano coinvolti per un attimo nella marcatura di 1. In questo caso 3, “slippando” il blocco potrà eventualmente liberarsi per ricevere uno scarico e creare un tiro aperto di squadra.

Nella speranza che queste considerazioni possano risultare utili, tengo ancora una volta a sottolineare l'importanza ed il ruolo dei fondamentali con e senza palla. All'interno di contesti difensivi ormai estremamente evoluti, capaci di annullare i vantaggi creati dall'attacco mediante l'uso di strategie elaborate, la capacità di una squadra di mantenere iniziativa dal punto di vista offensivo, Passa dalla corretta esecuzione dei fondamentali tecnico/tattici.



*Coach Alessandro Rossi*

+39 051261185

VIA DELL'ABBADIA, 8 BOLOGNA

# UNIONE SINDACALE ALLENATORI PALLACANESTRO

PER CRESCERE INSIEME



[WWW.USAP.IT](http://WWW.USAP.IT)



@USAPBASKETCOACH



@USAP5032



USAP\_ALLENATORI\_BASKET



USAP@USAP.IT



USAP ALLENATORI



USAP