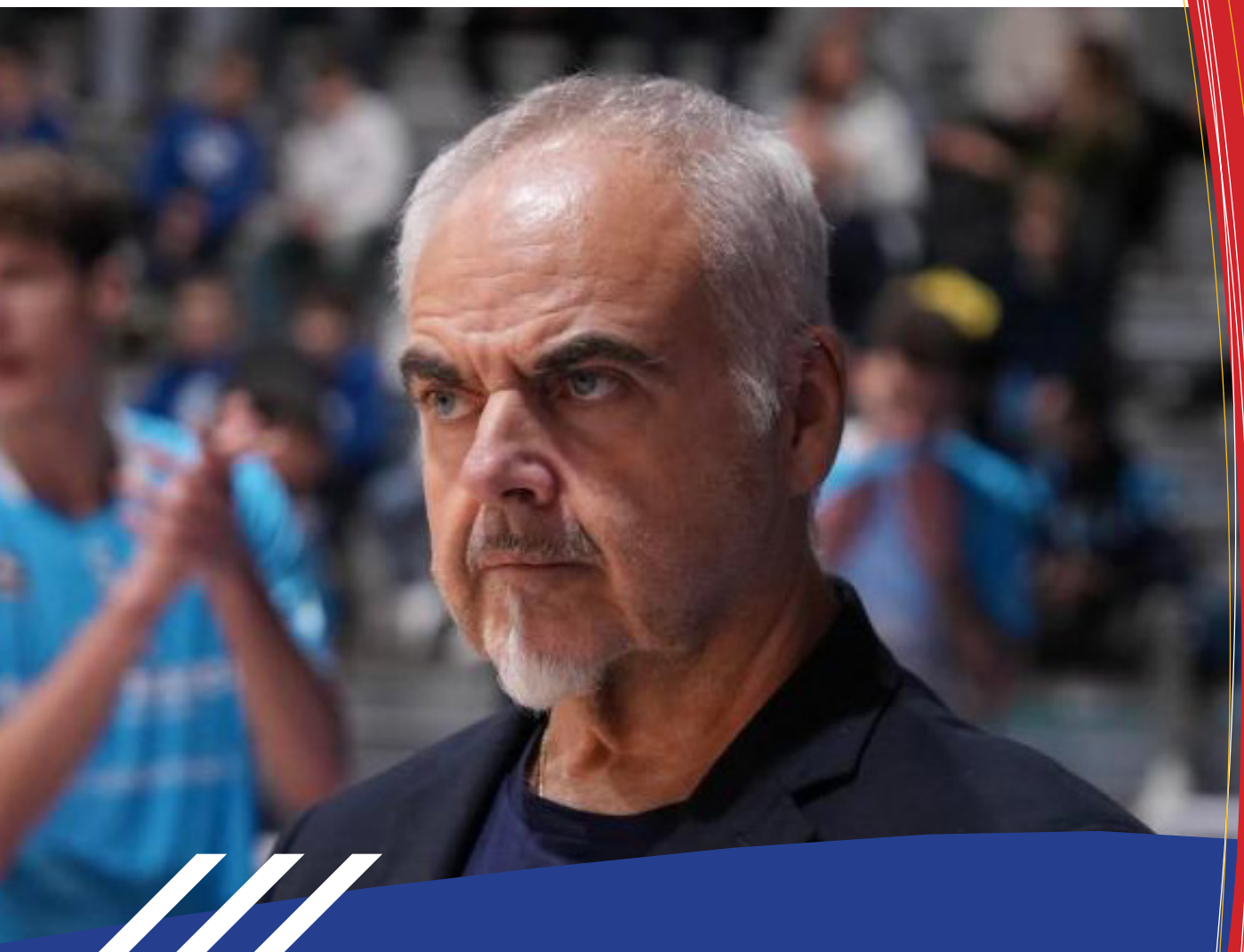
DISPENSE U.S.A.P.



COACH FRANCO CIANI

DAL SETTORE GIOVANILE ALLA PRIMA SQUADRA: ASPETTATIVE, ESIGENZE, DIFFICOLTA' E SISTEMA

Coach Franco Ciani è un allenatore di pallacanestro italiano con una lunga e prestigiosa carriera nel basket professionistico. Nato a Udine, ha iniziato il suo percorso da allenatore negli anni '90, distinguendosi rapidamente per le sue doti tecniche e la capacità di costruire squadre competitive.

Tra le sue esperienze più significative, spicca il periodo alla guida della Pallacanestro Cantù e del Basket Torino, dove ha contribuito alla crescita del club e allo sviluppo di numerosi giovani talenti. Successivamente, ha allenato l'Agrigento, portandola dalla Serie B fino alla Serie A2 e raggiungendo importanti risultati come la storica promozione e la partecipazione ai playoff. Dopo Agrigento, ha proseguito il suo percorso con la Pallacanestro Trieste prima come assistente in Serie A2, poi come capo allenatore in Serie A, un'esperienza che ha consolidato la sua reputazione a livello nazionale. Attualmente, è impegnato con la Gruppo Mascio Orzinuovi in Serie A2, dove continua a dimostrare la sua abilità strategica e la capacità di gestire gruppi eterogenei.

Coach Ciani si distingue per un approccio al coaching basato sulla disciplina, la cura dei dettagli e la valorizzazione del collettivo, elementi che lo rendono una figura di grande rilievo nel panorama del basket italiano.

CONTRO GUARDIA APERTA E AIUTI: COME ATTACCARE GLI SPAZI

Ritengo sia fondamentale, in sede di premessa ed al fine di una più corretta analisi tecnica, riassumere quelli che possono essere considerati i due concetti base del gioco della pallacanestro: l' **1 CONTRO 1** e le **COLLABORAZIONI**, **entrambi per altro necessariamente basati sulla migliore conoscenza e sedimentazione dei FONDAMENTALI INDIVIDUALI**.

Risulta evidente come le due idee sopraccitate abbiano una loro valenza sia sul fronte difensivo sia sotto il profilo offensivo ma troppo spesso ci troviamo davanti a giovani che si affacciano all'universo prima squadra con la trasposizione delle priorità interpretative dei due concetti, ovvero:

Preminenza dell' 1vs1 in attacco rispetto al concetto delle collaborazioni e aspettativa di intervento delle collaborazioni difensive in aiuto dell' 1vs1!

Ebbene le aspettative degli allenatori delle prime squadre sono esattamente quelle opposte e quindi: Assoluta responsabilizzazione del concetto difensivo di 1vs1 con il supporto di collaborazione difensive (aiuti, rotazioni, raddoppi, cambi,…) atte a migliorare l'efficacia difensiva nelle situazioni di difficoltà e, sull'altro versante, grande abitudine alla collaborazione e conoscenza dei fondamentali necessari per favorirla, come strumenti per arrivare alla migliore situazione possibile di 1vs1 e giocarla con la necessaria efficacia.

Ma procediamo con ordine, definendo così quelle che possono essere considerate le caratteristiche maggiormente ricercate e considerate importanti per la corretta formazione dei giovani giocatori che iniziano il percorso con le prime squadre e che **si ha l'aspettativa possano rappresentare l'obiettivo finale di minima del lavoro in ambito di settore giovanile e allo stesso tempo le fondamenta nella costruzione di giocatori evoluti**.

DIFESA

1 CONTRO 1

Ovvero l'unica vera qualità difensiva che consente una efficace costruzione di qualsivoglia tipo di schieramento difensivo, adottando qualsivoglia regola di squadra: UNA DIFESA NON POTRA' MAI ESSERE UNA DIFESA DI AIUTI MA DOVRA' ESSERE UNA DIFESA DI 1VS1 !!!

- Tecnica della difesa sull'uomo senza palla : anticipo perimetrale (guardia aperta, guardia chiusa) e in post basso
- Tecnica di difesa sui blocchi (senza cambi)
- Tecnica di utilizzo degli arti inferiori (soprattutto piedi) e superiori in situazioni di close out, non solo con l'obiettivo di ostacolare un tiro, ma anche di contenere una situazione di palla a terra soprattutto dopo una finta di tiro
- Tecnica di recupero dopo aiuto sul proprio uomo
- Tecnica della difesa su giocatore in possesso di palla (pressione, uso delle braccia,…)
- Tecnica di scivolamento e uso delle braccia nella difesa su attaccante che si muove in palleggio
- Tecnica difensiva e **CAPACITA' DI CONTENERE** (**O RESISTERE**) su tutte le situazioni di giocatore che attacca in modo esplosivo e dinamico (due scivolanti, petto davanti, ecc…)
- Tecnica del tagliafuori difensivo

Quanto più queste fondamenta di tecnica difensiva saranno apprese, assimilate, fatte proprie e ben eseguite, tanto più sarà agevole ed efficace impostare qualsiasi tipo di collaborazione difensiva o di regola difensiva sulla varie situazioni, siano esse codificate o in emergenza.

Troppo spesso ci troviamo davanti a giovani giocatori che hanno una più che sufficiente abitudine ad applicare alcune regole difensive (rotazioni, cambi, aiuti…) ma che lo fanno con approssimazione o con le evidenti difficoltà che provengono dalle lacune negli aspetti di base, così come l'imperante attenzione ad aiuti e meccaniche di squadra va a prevaricare le situazioni di responsabilizzazione individuale.

Il 17 maggio 2014, il sindaco di Agrigento, Marco Zambuto, ha conferito a Franco Ciani la cittadinanza onoraria della città siciliana.

COLLABORAZIONI

Ovvero il completamento di un sistema difensivo che avrà in questo l'upgrade atto a migliorare l'efficacia del lavoro collettivo in tutte le varie situazioni e che proprio dalle grandi qualità e dalla forte attitudine dei singoli troverà anche modo di esaltare lo spirito di squadra.

Ci si riferisce a una serie di situazioni che qui di seguito possiamo elencare e che senza dubbio rappresentano anche l'aggancio con una susseguente dimensione tattica che i giovani giocatori saranno chiamati a scoprire e ad assimilare grazie al lavoro quotidiano in palestra nelle sessioni di squadra.

- Aiuti e recuperi
- Cambi (dopo aiuti , sui blocchi, …)
- Rotazioni (cambi / non cambi)
- Raddoppi (+ recuperi/rotazioni)
- Situazioni difensive di pick&roll
- Zone

ATTACCO
CONCETTI & CARATTERISTICHE

Dobbiamo a questo punto chiederci quali sono le caratteristiche, o se preferite le necessarie attitudini, che un giocatore (sia esso giovane o meno non è importante) deve possedere e mostrare non per essere funzionale a un determinato sistema di gioco, ma per essere semplicemente un interprete il più completo possibile di qualsivoglia situazione offensiva.
Possiamo così riassumerle:

- Efficacia nelle situazioni di 1vs1 : con l'obiettivo di battere il proprio uomo, di andare a una conclusione individuale al ferro o con soluzioni di arresto e tiro qualora il vantaggio creatosi non venga vanificato da meccaniche difensive di squadra , e con la capacità al contrario di servire un compagno nel caso in cui l'atteggiamento difensivo lo renda necessario o lo indichi come miglior soluzione ulteriore.
- Dal punto precedente si evince la seconda caratteristica ovvero la capacità di creare un vantaggio, mantenerlo e sfruttarlo per sé stessi o per i compagni.
- Capacità di giocare in situazioni di post basso e di eseguire efficaci collaborazioni tra giocatore interno ed esterni (non solo lunghi che tirano frontale e esterni fisici in grado di avere doppia dimensione)
- Completezza del bagaglio di tecnica individuale :
  - Tecnica di palleggio e soprattutto efficacia dei primi due palleggi
  - Varietà di conclusioni a canestro in corsa e con arresto e tiro perimetrale
  - Il passaggio !!!! > in corsa, dal palleggio, di circolazione perimetrale, con finalità di scarico al tiratore, da e per il post basso o su una presa di posizione interna all'area
- Capacità di utilizzare ogni fondamentale ad una velocità ed intensità massimali e con il più basso tempo di reazione alle situazioni possibile

Quanto più questa base di tecnica individuale sarà solida, tanto più sarà possibile lavorare su aspetti più evoluti (anche specifici di ruoli diversi nella parte terminale del percorso giovanile) che sono comunque assolutamente richiesti al momento del salto di categoria o di approccio dei giovani giocatori al mondo della prima squadra.

Mi riferisco ad aspetti quali:

- Conoscenza della principali collaborazioni ed in particolare le varie tipologie di BLOCCHI (considerando sia la tecnica del portare il blocco e dello sfruttamento dello stesso) per i giocatori senza palla, con particolare attenzione alle situazioni di vantaggio possibili in base alla diverse scelte difensive su tali situazioni
- Conoscenza delle varie tipologie di PICK&ROLL, anche qui con particolare attenzione a tutto quanto avviene nel duello tra attacco e difesa , PRIMA SULLA SOLA SITUAZIONE DI 2V2 POI NEL COINVOLGIMENTO DELLE REGOLE DIFENSIVE DI SQUADRA
- Capacità di reagire e superare situazioni tattiche particolari quali CAMBI, RADDOPPI, ROTAZIONI…
- CAPACITA' DI LETTURA DEGLI SPAZI, E DI ATTACCARE EFFICACEMENTE GLI STESSI PARTENDO DA BUONE SPAZIATURE e senza limitare il tutto alla capacità di un tiro piazzato sugli scarichi

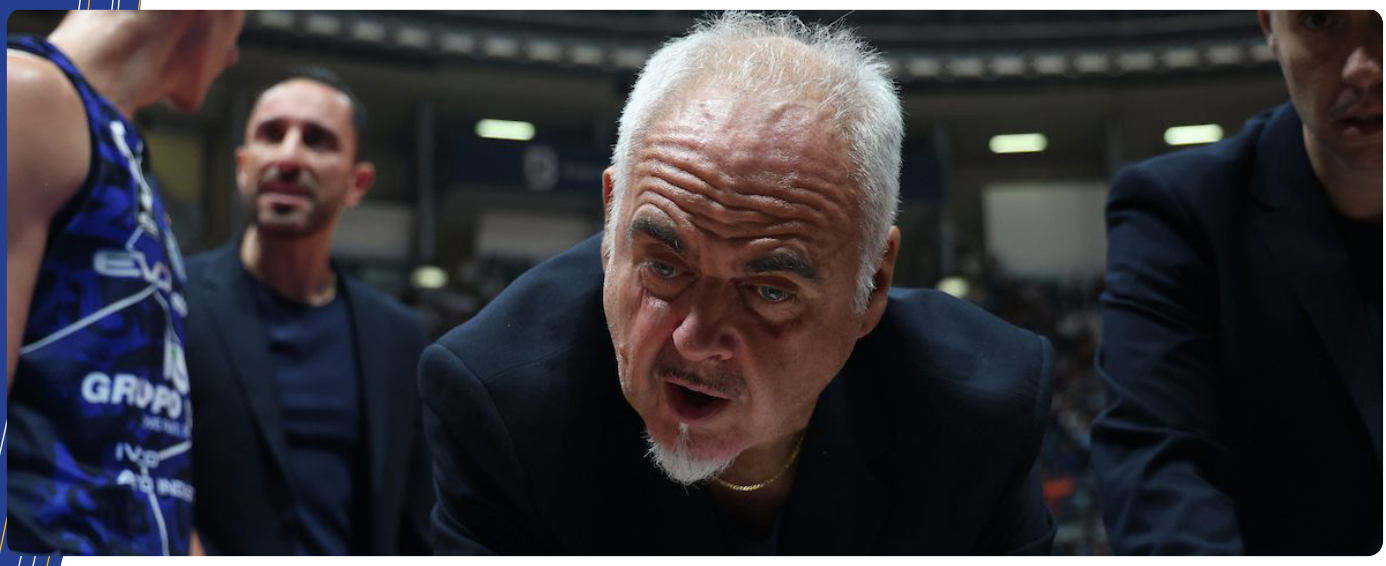
L'efficacia offensiva di un giocatore sarà dunque commisurata alla sua TECNICA INDIVIDUALE DI BASE, unita alla CAPACITA' DI INDIVIDUAZIONE E INTERPRETAZIONE DELLE DIVERSE SITUAZIONI TATTICHE, il tutto compendiato dalla CAPACITA' DI REAZIONE ED ESECUZIONE CORRETTA DEL GESTO TECNICO OPPORTUNO.

ALLENARE IL SETTORE GIOVANILE E ALLENARE LA PRIMA SQUADRA

Proviamo a riassumere le caratteristiche e soprattutto le differenze tra gli obiettivi e le potenziali metodologie di lavoro di un allenatore di settore giovanile e di un allenatore di prima squadra.

SETTORE GIOVANILE

- Cura e insegnamento dei fondamentali individuali sia offensivi che relativi alla tecnica difensiva di base
- 1vs1 !!!!!
- Presa di coscienza dapprima ed esplorazione e apprendimento poi delle sfumature offensive e difensive delle collaborazioni
- Utilizzo del campo in fase offensiva con creazione e sfruttamento degli spazi e delle "spaziature"
- Concetti di aiuto, rotazione, cambio relative alla costruzione di un sistema difensivo
- Azione e reazione soprattutto per quanto riguarda le letture offensive
- NEL CONTESTO DELL'ULTIMA FASCIA DI ETA' GIOVANILE (ovvero del gruppo a stretto contatto della prima squadra di cui rappresenta il serbatoio anche in situazioni di emergenza negli allenamenti) : utilizzo di regole difensive utilizzate anche in prima squadra e utilizzo di alcune situazioni del sistema offensivo o piuttosto di un numero limitato di giochi a termine (funzionali anche alla squadra giovanile e che possano rappresentare un bene rifugio in situazione di estrema emergenza atte a dare qualità al lavoro quotidiano dei senior)
- Situazione di 1vs1, 2vs2, 3vs3, 4vs4, 5vs5 senza abusare di ripetitive sedute di 5vs0



PRIMA SQUADRA

- Esercitazioni sui fondamentali, utilizzando esercizi e situazioni funzionali anche a quelle che sono le tematiche difensive od offensive della squadra (lavoro effettuato principalmente nelle sedute del mattino o in una porzione di tempo ridotta all'inizio delle sedute di squadra o, là ove possibile utilizzo di spazi orari precedenti o seguenti alla seduta di squadra
- QUINDI CON TEMPI INSUFFICIENTI PER RECUPERARE IN QUESTI MOMENTI LE CARENZE INDIVIDUALI DEI GIOVANI CHE DOVESSERO APPRODARE ALLA PRIMA SQUADRA DAL SETTORE GIOVANILE SENZA UN'ADEGUATA PREPARAZIONE!!!!

RIASSUMENDO: ASPETTATIVE E LIMITI

ASPETTATIVE

- Padronanza ed efficacia nell'1vs1 sia difensivo sia offensivo
- Conoscenza capacità di reazione su collaborazioni offensive e adeguamenti difensivi con un bagaglio tecnico acquisito che sia il più adeguato possibile ad eseguire gesti tecnici sul campo
- Familiarità su situazioni di pick&roll
- Senza dimenticare : **ETICA DEL LAVORO, CAPACITA' DI CONCENTRAZIONE, INTENSITA', ATTENZIONE,…**

LIMITI

- Usare 1vs1 per **FARE CANESTRO** e resistere in 1vs1 per **CONTENERE/FERMARE IL PROPRIO AVVERSARIO DIRETTO** senza l'ausilio di meccaniche di squadra
- **IL PASSAGGIO !!!** (Soprattutto interno/esterno e viceversa)
- Abilità nel giocare situazioni spalle a canestro
- Spaziature e capacità di attaccare gli spazi e le fragilità difensive
- Eccessivo ricorso a situazioni di penetra e scarica per tiro perimetrale (atletismo di ottimo livello ma esagerata ricerca del tiro da 3 su scarico)
- Lettura delle situazioni sia difensive sia offensive e tempi di reazione nello scegliere una soluzione

Coach Franco Ciani

+39 051261185 VIA DELL'ABBADIA, 8 BOLOGNA

UNIONE SINDACALE ALLENATORI PALLACANESTRO

PER CRESERE INSIEME

U.S.A.P.

WWW.USAP.IT

@USAPBASKETCOACH @USAP5032 USAP_ALLENATORI_BASKET USAP@USAP.IT USAP ALLENATORI USAP