

## DVD "MORGAN WOOTTEN" ATTACCO E DIFESA A UOMO

Inviato da Ignazio Ponticelli

Titolo: Attacco & difesa a uomo  
Autore: Morgan Wooten  
Editore: Calzetti & Mariucci Editori  
Genere: Guida + video  
ISBN: 978-88-88004-87-7  
Pagine: 63  
Durata video: 110'  
Prezzo: 32,00 Euro

Davvero interessante il dvd proposto dalla Calzetti e Mariucci editori ?Attacco e difesa a uomo? di Morgan Wootten, ritenuto tra i migliori insegnanti di basket negli States a livello di high school. Il dvd è corredato di una rapida guida sulla quale è possibile rivedere brevemente esercizi ed idee per la costruzione di validi attacchi e difese a uomo. Sicuramente adatto ad utenti non proprio espertissimi è la prima parte dedicata alla difesa in cui coach Wootten ci spiega e ci fa vedere quali sono gli esercizi fondamentali per migliorare la tecnica individuale difensiva di base. Dopo aver visto quali sono gli aspetti su cui focalizzare la nostra attenzione per formare buoni difensori il coach mette in pratica quanto spiegato fin ora per costruire un'ottima difesa a uomo, con raddoppi o senza, a metà o tutto campo. Altrettanto interessante è la parte dedicata all'attacco in cui sono presenti una serie di sistemi di gioco che cercano di mettere in difficoltà una qualsiasi difesa a uomo colpendola nei propri punti deboli. Da approfondire meglio sarebbe stata forse la parte dedicata al contropiede in cui coach Wootten dimostra solamente come si muovono i suoi ragazzi ogni qual volta c'è la possibilità di fare contropiede ma sarebbe stato interessante forse vedere che esercizi usare per ottenere il miglior risultato possibile. Ogni argomento del DVD è trattato in modo davvero eccellente da coach Morgan Wootten con varie dimostrazioni sul campo sia con che senza difesa e con una serie di animazioni grafiche che rendono più comprensibile quanto succede dal vivo in campo successivamente. Una scheda completa del dvd preso in esame è presente al seguente indirizzo: <http://www.calzetti-mariucci.it/catalogo/prodotto.asp?id=7591>