

Gianni Malavasi
2° Clinic Nazionale di Verona - 3 settembre 2006
“Collaborazione in Difesa”

Premesse:

1 – “spirito del gioco”

Giocatori ed allenatori spesso interpretano gli sport di squadra secondo criteri molto differenti; io ho provato a riconoscere tre "filosofie" prevalenti:

*si può giocare per valorizzare la PRESTAZIONE,
si può giocare per valorizzare l'ESECUZIONE,
si può giocare per valorizzare la COMPrensIONE.*

*Inseguono prevalentemente la **prestazione** i giocatori più istintivi e naturali, come quei ragazzini del minibasket che cercano di imporre il loro sviluppo precoce nei confronti di quelli più in ritardo.*

*L'**esecuzione** è propria di coloro che cercano di prepararsi ad affrontare in modo ragionato tutte le situazioni che di volta in volta accadranno, in nome di una rigida organizzazione tesa a privilegiare l'automatismo e la casistica piuttosto che la interpretazione.*

*La **comprensione** è una forma più flessibile di lettura dei problemi, capace di adattarsi anche alle situazioni più imprevedibili grazie alla universalità dei criteri da seguire.*

2 - dove riconoscersi

Quando un tecnico si pone il problema di come far giocare la propria squadra, quello che proporrà ai ragazzi sarà automaticamente in stretta relazione con la sua mentalità:

negli atleti evoluti è possibile riconoscere il tipo di espressione che il tempo e la pratica sportiva hanno reso più adatto a valorizzare le capacità del singolo, e sarà compito del coach adattarsi; nei giovani atleti, come accennato prima, è il tipo di gioco di prestazione ad esprimersi in modo prevalente: l'istinto ha quasi sempre la meglio sulla riflessione, e qui iniziano i problemi per gli istruttori che debbono ricercare un metodo tale da sviluppare la capacità di ragionamento dei giocatori in campo;

la strada del gioco di comprensione, in questo caso, sebbene più lunga e difficile, è a mio avviso la più sicura per garantire risultati a lunga scadenza: quando un atleta capisce il perché di quello che fa, dovrebbe avere la capacità in seguito di adattarsi ad ogni tipo di organizzazione.

3 – capire la difesa

Il gioco in difesa esprime molto bene il livello di “comprensione” di un gruppo: le collaborazioni ben difficilmente possono nascere da forme di organizzazione esclusivamente esecutive, né ci si può sempre affidare, specie nelle squadre giovanili, solo alla capacità prestativa di quello più in gamba, che stoppa tutti, prende rimbalzi e corre in contropiede (magari!).

Occorre che tutti sappiano vedere quello che succede, riconoscere le situazioni preparate in allenamento, sapere come ci si deve comportare e reagire di conseguenza, in tempi strettissimi.

Quando aiutare ? Come ? Quando cambiare la marcatura ? Sono domande che i giovani giocatori ci pongono (e si pongono) con l'intento di cercare una chiave di lettura generale, e non singole interpretazioni caso per caso.

Da questo punto di vista, l'istruttore-allenatore può predisporre, attraverso adeguate progressioni di esercizi, i presupposti per interpretare le diverse situazioni difensive con sufficiente efficacia e rapidità, al fine di aumentare “l'intensità” del gioco espressa in campo.

4 – cominciamo dalla difesa a tuttocampo

Molti recenti esempi, anche ad altissimo livello, confermano come la formazione delle squadre (in particolar modo quelle molto rinnovate) possa trovare giovamento dalla esasperazione del gioco a tuttocampo, con difesa pressing e ricerca continua del contropiede e della transizione.

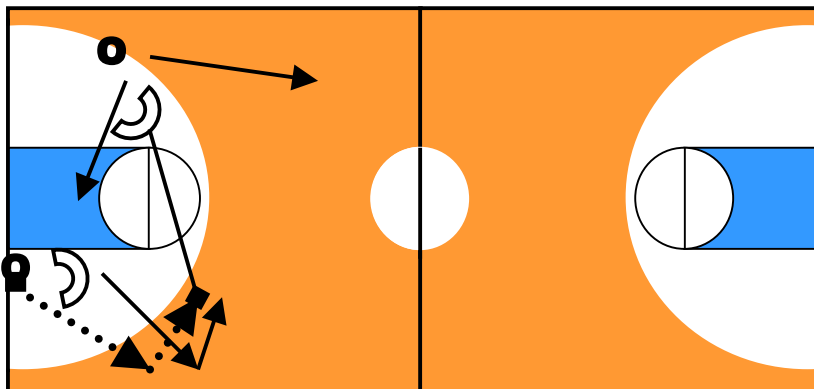
Le squadre giovanili, anche quelle più affiatate, possono essere paragonate a questi gruppi in via di formazione, per il loro bisogno di mettere alla prova i propri limiti e per la necessità di elevare il livello di gioco di tutti.



Ecco l'allenamento:

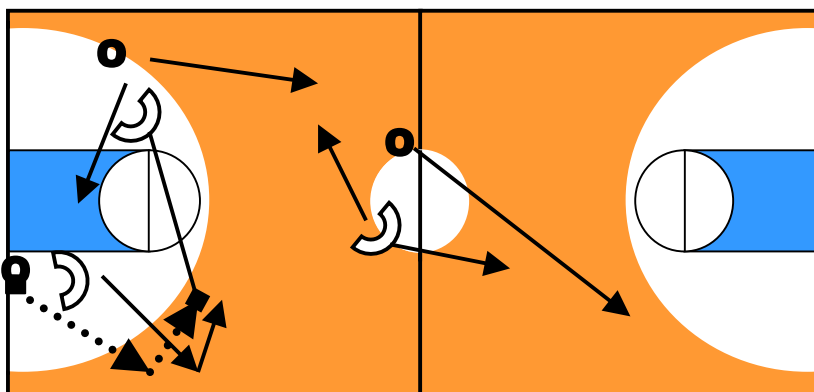
1) 2 contro 2 con il "fuorigioco"

A



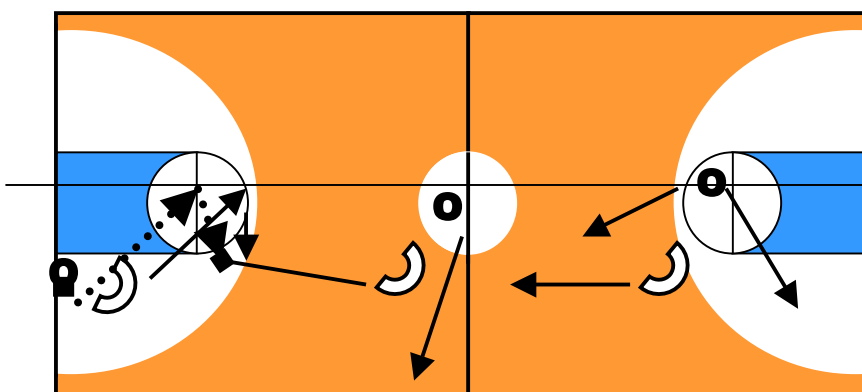
Il concetto di raddoppio viene facilitato dalla regola del "fuorigioco": nessun attaccante può superare la metà campo prima della palla. Riduciamo così le distanze per il recupero difensivo. L'obiettivo è raddoppiare quando il palleggiatore volta le spalle o anche se cambia solamente mano, e cambiare marcatura quando chiude il palleggio.

2) 3 contro 3 con il "portiere"



La terza coppia completa il gioco, non serve più la regola speciale del fuorigioco. Il terzo difensore è un vero e proprio "portiere", che deve decidere se "uscire dai pali" per intercettare un passaggio o se arretrare assieme all'uomo che fugge, aiutando i compagni sul palleggiatore e recuperando sul proprio avversario.

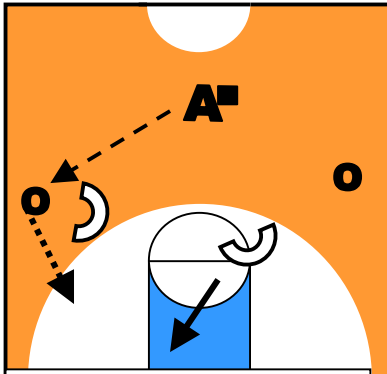
3) 3 contro 3 con il "portiere" nella metà campo lunga



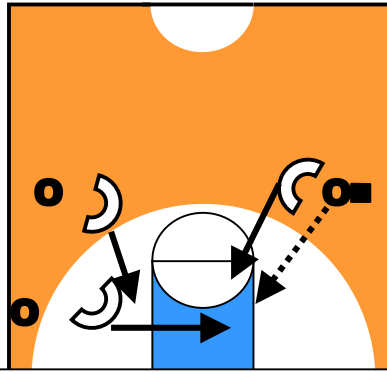
E' una variante in spazi ridotti, che serve per meglio esercitare il gioco del portiere. Il raddoppio, se c'è, arriva da una direzione anomala. Il portiere ha meno margine di errore e deve essere molto attento a coprire il passaggio lungo. Serve molta pressione sul palleggiatore, e qui si verifica con mano che non si può mai ruotare in 3 difensori.



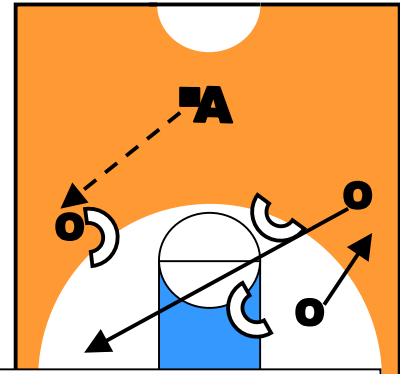
4) Cosa accade nella metà campo:



2 contro 2 con appoggio:
la difesa deve sapere se
anticipare o aiutare
l'obbligo di passare la palla
sempre al coach da' il
tempo di recuperare

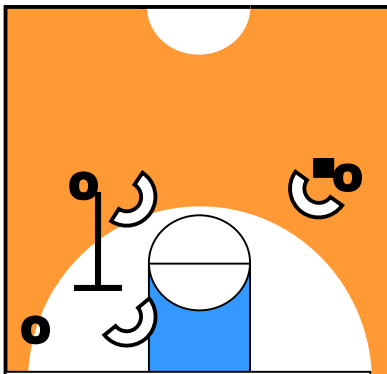


3 contro 3 col difensore
battuto: la collaborazione della
difesa viene sollecitata, la
rotazione non esclude il
recupero sul proprio
avversario

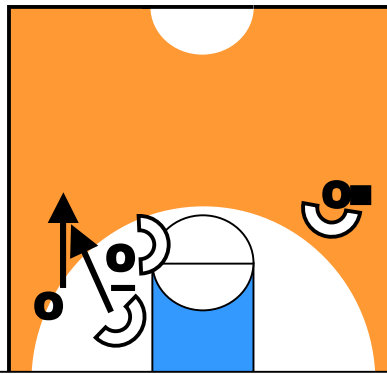


3 contro 3 con appoggio:
(Coach Pentassuglia):
qui le variabili sono tante...
ma i tempi e gli spazi sono
ristretti !

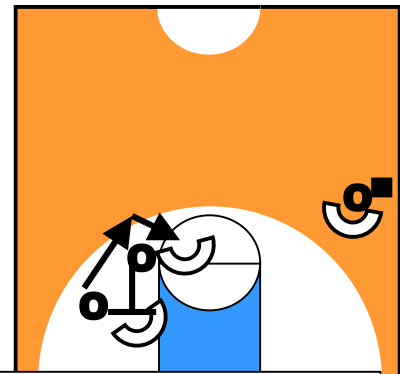
5) I blocchi sul giocatore senza palla:



3 contro 3 blocco verticale:
la situazione muta in
funzione della regola scelta

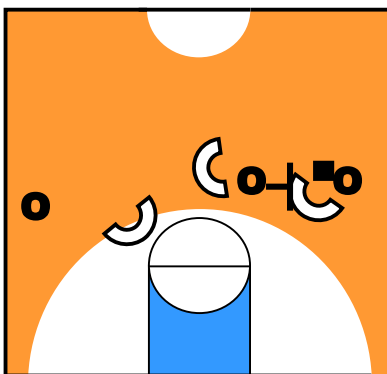


3 contro 3 blocco verticale:
se scegliamo di inseguire, non
serve collaborazione sul
movimento in allontanamento

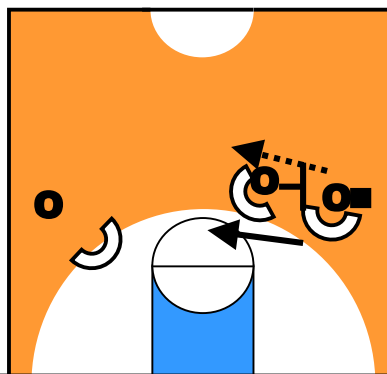


3 contro 3 blocco verticale:
se scegliamo di inseguire, si
deve cambiare sul taglio a
ricciolo

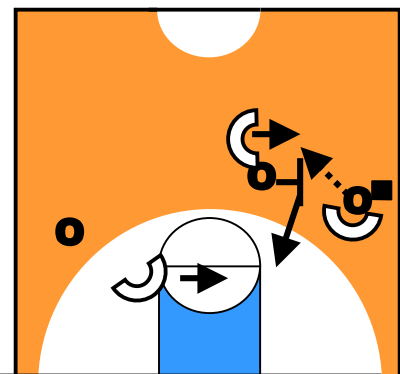
6) Giochiamo il pick and roll:



3 contro 3 pick and roll:
aiuto e recupero è la scelta
più difficile a realizzarsi
(collaboro solo in due ?)



3 contro 3 pick and roll:
passare in quarta posizione è
il modo più semplice per i più
giovani (collaboro in due)



3 contro 3 pick and roll:
raddoppio (e cambio) è la
scelta che coinvolge il terzo
difensore



Conclusioni:

- 1. anche nel gioco difensivo, occorre fare in modo che i giovani giocatori superino la fase prestativa (faccio sempre così, perché mi viene facile...) senza passare per quella esecutiva (fai così, e basta), per poter andare verso un atteggiamento legato alla comprensione del gioco (se lui fa così, allora io...)**
- 2. la difesa tuttocampo è una ottima palestra per le diverse situazioni di collaborazione, perché aumenta gli spazi e semplifica le scelte, concedendo in più maggiori possibilità di recupero**
- 3. la collaborazione in difesa può avvenire preferibilmente in due, ma quasi sempre prevede il coinvolgimento di almeno un terzo giocatore (il "portiere"...): quando ad essere coinvolti sono 4 o 5 giocatori, siamo invece vicini ad un canestro subito**
- 4. servono regole semplici e riconoscibili per poterle applicare in forma generalizzata (ad esempio: seguire chi sfrutta il blocco) e per allenare la squadra alla loro interpretazione consapevole**
- 5. la comunicazione verbale è un mezzo fondamentale per sviluppare l'efficacia della collaborazione in campo: serve però sapere cosa dire e quando**
- 6. pazienza, fiducia e coerenza...**

Grazie per l'attenzione.

Gianni Malavasi
Via Saragozza 217/2°
40135 Bologna
giannimala@alice.it

