

In passato difendevamo sfruttando la tradizionale difesa "a quadrato" (*shell*): 1 ha la palla. X1 lo marca stretto, un passo - un passo e mezzo fuori della linea del tiro da tre punti. Se X2 e X4 sono distanti e la palla è sulla linea del tiro libero, X2 e X4 dovrebbero fare due passi verso la palla, sotto la linea del tiro libero. Solo in questo modo questi due giocatori riescono a proteggere la palla veramente.

Se 1 prova a penetrare in palleggio, è costretto a smarcarsi non solo dal suo uomo, ma deve superare anche X2 e X4. X3, che marca 3, normalmente si trova almeno a due passi in area e, possibilmente addirittura un passo sul lato della palla, sotto canestro. Questo è un tipo di schieramento che usavamo negli anni '70 e che consentiva di proteggere la palla in maniera molto efficace (*diagr. 1*).

I grandi cambiamenti portati dal basket internazionale, hanno costretto le squadre americane a cambiare questo schema difensivo. Vi ricordate le olimpiadi del 1972 e del 1976? All'epoca stavamo sviluppando il tipo di difesa appena descritto, ma le squadre internazionali superavano la nostra difesa con un passaggio lungo all'uomo libero, fuori area, che sapeva tirare bene da tre punti.

Di fronte a questa nuova strategia, con lo schieramento visto prima, X3 non avrebbe potuto recuperare in tempo per impedire a 3 di tirare da tre punti. Questo ha cambiato molto il basket di college e ha reso la difesa più difficile, perché i giocatori in attacco hanno imparato a gestire meglio i loro spazi. Quindi, più che preoccuparci della palla, dobbiamo preoccuparci dell'attaccante. Questo non significa che non dobbiamo seguire la palla,

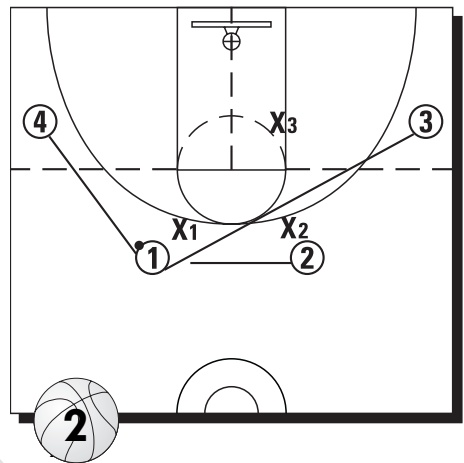
ma che dobbiamo riuscire a guardare contemporaneamente uomo e palla, senza mai perdere di vista il nostro attaccante, perché è basilare che sappiamo sempre dove si trovi.

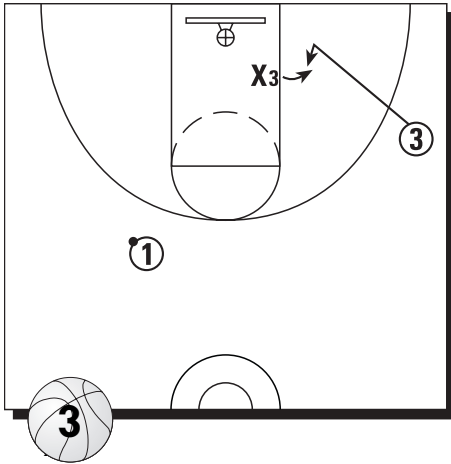
È stato dunque necessario modificare la difesa "a quadrato", disponendo in maniera diversa i tre difensori. In pratica: X2 marca 2, quando la palla si trova oltre la linea del tiro libero. Invece di portarsi al centro del campo, X2 si porterà ad un passo dalla linea della palla (cioè la linea immaginaria tra la palla e l'attaccante 2). A questo punto X2 verrà a trovarsi ad un passo da questa linea e a un passo e mezzo passo dalla palla.

Osservate la differenza tra **diagr. 1** e **diagr.2**.

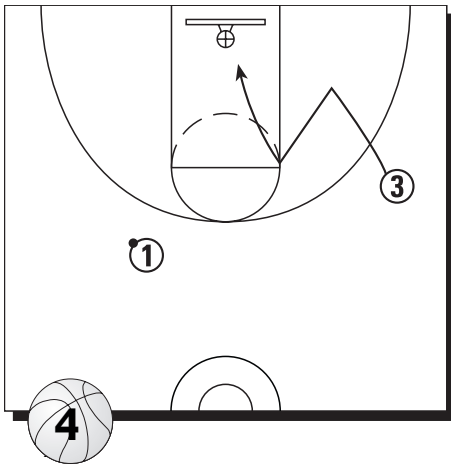
La stessa regola si applica a X4. Nel diagr.2, X4 sarà infatti più vicino a 4, rispetto al diagr. 1, mentre X3, invece di trovarsi al centro dell'area dei tre secondi, si disporrà con un piede in area ed un piede fuori sulla linea della palla. Questa differenza è molto importante, perché X2, X3 e X4 si troveranno tutti e tre più vicini ai giocatori che devono marcare.

A cosa serve tutto questo? In passato il giocatore che marcava la palla non doveva preoccuparsi troppo di fermare la penetrazione della palla, perché sapeva di avere l'aiuto di tre compagni, che si preoccupavano più di aiutare che non di marcare il tiro da tre sul lato debole. Con questa disposizione, invece, i giocatori devono lavorare più intensamente ed hanno una maggior responsabilità nel fermare la palla: in tal modo si evitano molte rotazioni difensive e vi è più contatto fisico (**diagr. 2**).

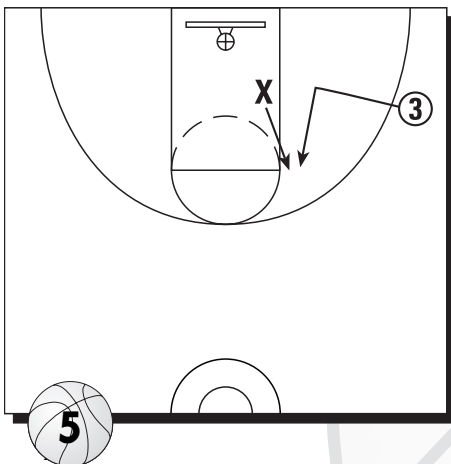




Il contatto fisico è basilare in ogni area del campo. Per esempio, vi è contatto di corpo tra X3 e 3, quando 3 fa un taglio a V verso la palla. X3 ha la responsabilità di fermare i movimenti di 3, anche se è sul lato debole (**diagr. 3**).



Nel 1974, forse il più forte giocatore che abbia mai giocato nell'Atlantic Coast Conference, David Thompson (non Michael Jordan, che è diventato una superstar nella NBA) con quella disposizione difensiva batteva il suo difensore, prima portandolo alto, poi basso, poi tagliandogli dietro, ed era impossibile fermarlo (**diagr. 4**).



Usando il principio difensivo più moderno, appena illustrato, sarebbe stato possibile fermarlo: quando l'attaccante inizia a salire, il difensore sale insieme a lui, ma rimanendo sempre tra il giocatore ed il canestro, cosa che è possibile quando ci si trova più vicini all'attaccante sul lato debole (**diagr. 5**).

Supponiamo ora che la palla sia passata da 1 a 4 e che 4 sia al di sotto della linea di tiro libero. X1 scende sotto la linea di tiro libero e X4, che marca l'attaccante con palla, lo costringe a palleggiare verso la linea di fondo.

X4 non si trova in posizione così alta da essere battuto (e sa che non si può aspettare aiuto) e taglia fuori 4 all'altezza della linea di fondo.

Non c'è una rotazione, anche se, in realtà, X4 viene aiutato. Se 4 restituisce la palla a 1, non ci preoccupa, perché non è un passaggio in penetrazione. Nella fase decisiva della partita, il fatto che gli avversari siano costretti a passare la palla fuori aerea è solo un vantaggio.

X2 è al centro della linea immaginaria che divide a metà l'area dei tre secondi, sotto la linea di tiro libero. X3 si porta al centro dell'area, all'altezza della palla. Se 4 passa a 3, X3 può correre a marcare 3.

I giocatori possono coprire metà della distanza che li separa dall'attaccante, durante il passaggio della palla. Per esempio, se il passaggio avviene da una distanza di 12 metri, il difensore dovrebbe essere in grado di coprirne 6, mentre la palla è in aria. In questa fase è più importante concentrarsi sull'efficienza, piuttosto che sulla tecnica (*diagr. 6*).

