

GIOVANILI: SCHEMI OFFENSIVI

Matteo Picardi

Ogni squadra necessita di un attacco organizzato in maniera da creare spazi liberi per guadagnare punti facili. Tuttavia, soprattutto con le squadre giovani, lo schema offensivo deve essere il più semplice possibile per dare libertà ai giocatori di attaccare il canestro senza l'obbligo di seguire "alla lettera" lo schema. Proprio per questo motivo molti allenatori non adottano alcuno schema oppure scelgono di giocare con 4 giocatori esterni ed un lungo in post.

Notoriamente ogni squadra ha una propria identità ed è quindi **BASILARE** che il coach proponga uno schema esclusivamente studiato **PER** quella squadra: **non è la squadra che si adatta allo schema, ma lo schema che si adatta alla squadra.**

La prima decisione da prendere è quella delle posizioni: ci sono svariati moduli di partenza offensivi (5 fuori, 4 esterni ed un post, 3 esterni e 2 post, 2 guardie-2ali-1 centro, 1 play-2 ali-2 post,..etc).

Di norma si sceglie sempre di giocare con 3 giocatori sul lato forte (lato dove transita il pallone) e 2 nel lato debole come evidenziato in figura:

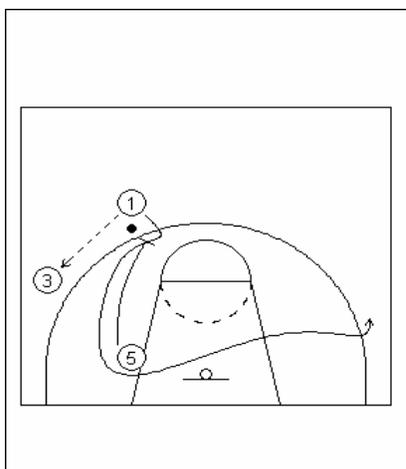


Uno schema collaudato e molto utilizzato nel settore giovanile è l'Attacco Flex, che non è altro che un passing-game, ovvero passaggi e movimento continuo con blocchi. La regola fondamentale di questo gioco è: se si effettua un passaggio orizzontale vi sarà un blocco verticale, se si effettua un passaggio verticale vi sarà un blocco orizzontale.

Lo schema prevede una soluzione rappresentata come quella in figura e quindi 3 giocatori nel lato forte, 2 nel lato debole per poter creare e sfruttare il TRIANGOLO formato dai giocatori 1, 3 e 5 oppure per sfruttare un eventuale ribaltamento per il 4 che ha sfruttato il blocco di 2 in post-basso nel lato debole.

Questo schema può essere adatto ad ogni squadra, da quella forte fisicamente, ma poco tecnica a quella forte tecnicamente, ma poco fisica poiché non è necessario avere dei ruoli fissi, ognuno può giocare in una di queste 5 posizioni. Lascia grande libertà per

giocare l'1vs1.



IL "TRIANGOLO OFFENSIVO"

Il triangolo offensivo è una delle soluzioni più consigliabili. È un gioco che lascia ampia libertà di movimento ed ha molteplici soluzioni. Il triangolo è formato da un portatore di palla ("1" nel nostro caso), da un esterno in posizione di ala ed un pivot in posizione di post-basso. Se è possibile 1 passa a 3 e sfrutta il blocco del 5; 5 si apre e si posiziona in post-alto, 1 si posiziona nel lato debole (ci saranno intanto gli altri 2 giocatori che avranno scalato pronti per il ribaltamento), mentre 3 ha tutto il tempo e lo spazio di poter giocare l'1vs1 per un tiro o per uno scarico

Altra soluzione per il gioco a 3 in un lato del campo: 3 blocca per l'uscita di 5 che riceve, 3 blocca per 1 che taglia back-door. In sintesi, questo schema offre svariate soluzioni. I fondamentali richiesti per questo gioco sono: i blocchi (indispensabili per smarcarsi), cambi di velocità continui e bisogna cercare di occupare tutti gli spazi. Infatti, come tutti gli schemi anche il "triangolo offensivo" ha dei difetti e quello più importante è senz'altro lo spazio ristretto: "1", "3" e "5" giocano in un quarto di campo ed è quindi basilare che il gioco sia veloce e che la palla si muova velocemente con passaggi rapidi e sicuri.

DECIDERE LO SCHEMA:

Per costruire uno schema è necessario conoscere la squadra sia dal punto di vista tecnico, che dal punto di vista tattico per poter adattare al meglio ogni soluzione offensiva.

In genere, nelle prime 2 settimane di allenamento della stagione, l'allenatore inizia a conoscere pregi e difetti di ogni giocatore ed una volta conosciuto il quadro generale della squadra può lavorare ed allenare il gruppo per gli schemi sia difensivi che offensivi.

Ad esempio:

Un coach A ha una squadra B con buoni doti tecniche, ma sia fisicamente che atleticamente è scarsa ed è priva di giocatori che possano ripiegare il ruolo di "5". In questo caso l'allenatore dovrebbe rendersi conto che non può fare affidamento su un gioco rapido e quindi dovrebbe attuare uno schema che dia tante soluzioni per gli esterni, dato che non ha nemmeno dei buoni "centri" che possano fargli la differenza.

Una volta capito in linea teorica cosa è giusto fare per questa squadra, l'allenatore dovrebbe interrogarsi sulle capacità mentali della squadra: è meglio uno schema che dia libertà ai giocatori oppure uno schema che non metta in luce le difficoltà della squadra nel prendere delle decisioni rapide e quindi optare per uno schema che lasci poco all'inventiva ed alla fantasia? E' meglio uno schema con pochi movimenti oppure uno con tanti blocchi, tagli,...?

Una volta risposto a queste domande l'allenatore dovrebbe aver capito quale sia il giusto gioco offensivo per la sua squadra tenendo conto delle abilità di ogni suo giocatore e del potenziale tecnico, atletico e mentale della squadra.

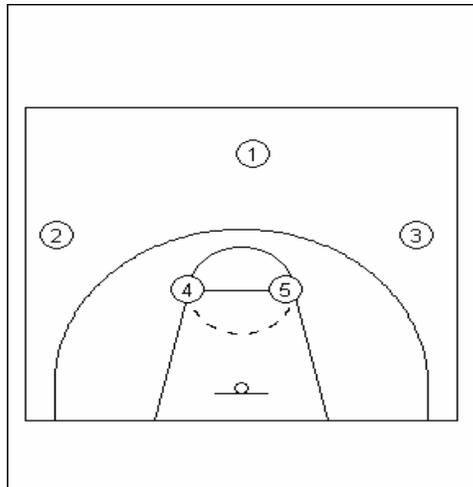
INSEGNARE A GIOCARE CON LO SCHEMA:

La prima cosa da insegnare ai propri giocatori è che lo schema è un semplice aiuto per poter attaccare meglio e non è una gabbia che frena la fantasia e la creatività del singolo. Al contrario, il modulo scelto aiuterà i ragazzi ad esprimere al meglio le proprie doti fisiche e tecniche.

Il modo migliore per insegnare uno schema è quello di far esercitare l'intera squadra su ogni singolo movimento per permettere ad ogni giocatore di capire al meglio ogni dettaglio dello schema. Ovviamente, sarà il tempo che aiuterà la squadra ad apprendere sempre di più.

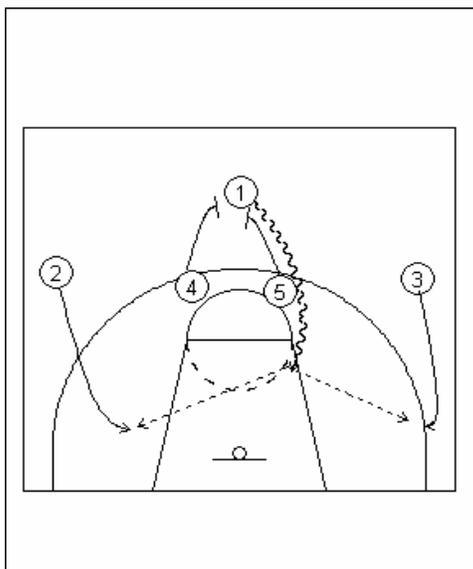
Ad esempio:

un coach A ha deciso che per la sua squadra fosse giusto attuare questo schema, sia contro la uomo, che contro la zona:



1 in posizione di play, 2 e 3 in ala, 4 e 5 in post alto.

SOLUZIONE 1:

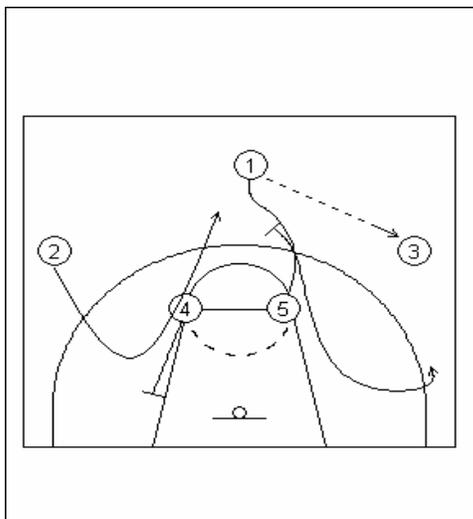


La prima soluzione è semplice, rapida, ma necessita che il play abbia delle buone capacità nel saper “leggere” rapidamente le decisioni difensive.

1 sfrutta il doppio blocco di 4 e di 5 ed attacca il canestro, mentre 2 e 3 si spostano per dare delle linee di passaggio sicure e ricevere un eventuale scarico. La soluzione consigliata è quella di utilizzare uno dei due post: se l'1 sfrutta il blocco di 5 sarà 5 che si aprirà verso canestro per un'azione pick and roll (stesso discorso se 1 sfrutta il blocco di 4)

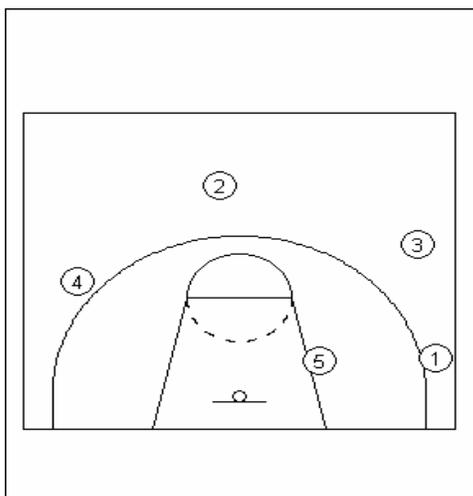
Tempo impiegato: 5/6 secondi, la soluzione deve essere il più rapido possibile

SOLUZIONE 2:



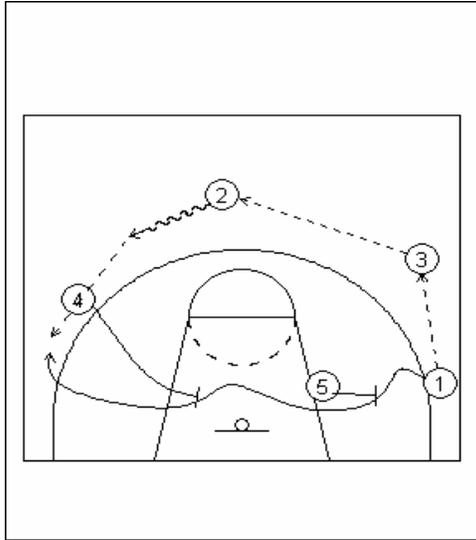
1 passa a 2 e sfrutta il blocco del post che si trova nel lato forte (in questo caso, se è 3 che riceve, 5 è nel lato forte e sarà lui a bloccare per 1) ed esce in angolo del lato forte; intanto 4 va a bloccare in post-basso per l'uscita di 2 che rimpiazza 4.

Tempo Impiegato: 5 secondi



Dopo il ribaltamento i giocatori si troveranno come nel diagramma a sinistra. Si formerà la situazione di TRIANGOLO OFFENSIVO fra 1, 3 e 5, mentre saranno pronti per il ribaltamento sia 2, che 3 fuori dall'arco dei tre punti.

Tempo impiegato: 5 secondi per la soluzione di triangolo



Se anche la soluzione di triangolo non porta i giocatori a trovare spazi, allora 1 ribalta veloce il pallone per 3, che passa a 2, mentre 1 riceve i blocchi prima di 5 e poi di 4 ed esce nell'altro angolo. Adesso si giocherà triangolo nell'altro lato con 1,2 e 4, mentre 3 e 5 saranno pronti per il ribaltamento. **(1 potrà anche ricevere subito il pallone da 2 sotto canestro dopo il blocco del 5 se riuscirà a smarcarsi)**

Tempo impiegato: 8 secondi (3 per il ribaltamento e 5 per la soluzione di triangolo nell'altro lato)

Si noti che per questa soluzione il tempo impiegato totale, se non si trovano soluzioni precedentemente, è di 14 secondi, quindi è fondamentale che la squadra sia veloce a disporsi in campo nelle posizioni giuste all'inizio dell'azione.

Per insegnare ai propri ragazzi questo schema, come abbiamo detto prima, è fondamentale dividere ogni movimento in un esercizio a sé in modo che tutta la squadra lo capisca.

APPRENDERE LO SCHEMA

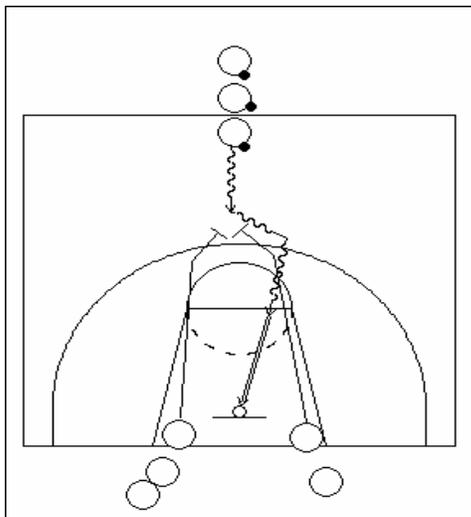
Sempre prendendo in considerazione lo schema che abbiamo illustrato nel paragrafo precedente, adesso decidiamo di insegnare lo schema ai nostri ragazzi.

Prima di entrare nei dettagli di ogni esercizio è necessario che ogni allenatore sia consapevole che non dovrà concentrarsi a controllare semplicemente che i giocatori eseguano bene ogni movimento, ma dovrà controllare anche il TIMING, vale a dire il TEMPO e quindi il momento giusto nel quale il giocatore sceglie di fare qualcosa (ad esempio quando, dove e come decide di portare il blocco, quando decide di tagliare verso canestro,...).

L'esercizio più ovvio e fondamentale è un esercizio che preveda l'uso del doppio blocco (è la prima soluzione che avevamo evidenziato).

- ESERCIZIO 1:

Giocatori disposti come da diagramma. Una fila in play con palla, 2 file fondo campo alle basi della campana. Al via il play scatta veloce verso canestro, mentre i primi 2 delle file di fondo campo portano il blocco per il giocatore con palla.



Lavorare su questo gioco a tre:

- soluzione immediata del giocatore con palla (che nello schema sarà il playmaker)
- soluzione secondaria: il play scarica per il giocatore più vicino che si è aperto dopo il blocco verso l'esterno
- soluzione secondaria: il play scarica per il giocatore più lontano, ma che ha sempre portato il blocco che si è aperto verso il canestro

VARIANTE 1#:: aggiungere una fila esterna affinché riceva l'ultimo scarico.

VARIANTE 2#: giocare 3vs3 in continuità costringendo l'attacco ad utilizzare SEMPRE e SOLTANTO il doppio blocco.

Per tutti gli altri esercizi inerenti allo schema presentato ci può essere un'ampia libertà: possiamo soffermarci e quindi creare un esercizio per il doppio blocco che si deve fare all'angolo quando si ribalta il pallone, ma ci sono svariati esercizi che sono da scegliere ad indiscrezione dell'allenatore.

Altro esercizio di capitale importanza è lo sviluppo di Triangolo Offensivo.

Una volta che abbiamo ripetuto tutti questi esercizi più e più volte possiamo finalmente introdurre ai nostri ragazzi lo schema definitivo. A questo punto utilizzeremo 10 minuti di allenamento per spiegare nei minimi dettagli lo schema ed almeno 20 minuti per ogni allenamento successivo li dovremo impiegare per far giocare i ragazzi 5vs0 a metà campo provando lo schema. E' proprio questo il momento fondamentale: per tutti i giocatori questo momento è noioso, cercate di incitarli affinché lo facciano alla perfezione e se sbagliano correggeteli immediatamente altrimenti non riuscirete più a correggere quell'errore che si perpetuerà nel tempo. Controllate il timing, vedendo se i giocatori eseguono ogni movimento al momento giusto. Sicuramente molti, dopo averlo provato più volte, porteranno i blocchi svogliati ed invece di passare "spalla a spalla", passeranno ad un metro di distanza. Correggetegli anche questo comportamento. Molti allenatori non danno peso a questi problemi, ma sono poi i fattori principali che determinano gli errori in partita dovuti a poca concentrazione espressa in allenamento.

Normalmente, per poter imparare uno schema partendo dagli esercizi fondamentali ci vogliono almeno 3 settimane dedicate non totalmente allo schema (basterà 1h e 30 a settimana).

Le regole fondamentali che dovrete ribadire ai vostri ragazzi per il corretto "funzionamento" di uno schema si possono riassumere in 2 semplici frasi:

- **LIBERTA' DI MOVIMENTO** (lo schema è un ausilio e non un diktat: nessuno deve rinunciare MAI ad attaccare il canestro e gli spazi. Il contropiede deve essere l'arma d'attacco più cercata ed utilizzata. Ogni movimento dello schema può essere variato in ogni momento per cercare la soluzione migliore.)
- **TIMING** (fare sempre la scelta giusta al momento giusto. Rispettare le posizioni degli altri compagni di squadra.)