

Esercizi tecnico-tattici di pallacanestro

Autor(en): **Welten, A. / Studer, J.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin**

Band (Jahr): **30 (1973)**

Heft 7

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1000896>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Esercizi tecnico-tattici di pallacanestro

una «co-produzione» di A. Welten, cand. maestro di sport, e J. Studer capo della disciplina sportiva di pallacanestro

Gli esercizi qui presentati facilitano e accelerano l'insegnamento tattico destinato a un giovane giocatore.

Una volta ben assimilati i principi fondamentali del gioco collettivo, i giocatori saranno avviati sistematicamente alle prime nozioni di tattica di gioco. Il metodo più razionale è quello di mettere il giocatore direttamente a confronto con l'avversario, insegnandogli a dominare questa particolare situazione.

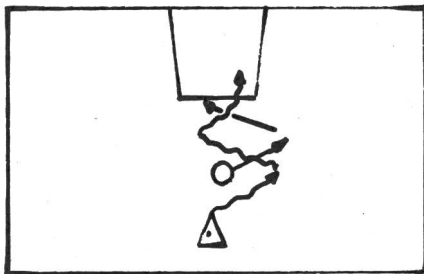
Si procederà in seguito nello stesso modo ma con un grup-

po di giocatori, mostrando loro come penetrare in direzione del canestro, come eseguire gli incroci, gli scambi, i passaggi e scatti, gli schermi, ecc. Infine si passerà allo studio dell'organizzazione del gioco di squadra nel suo complesso, sotto un solo canestro dapprima e su tutto il campo poi.

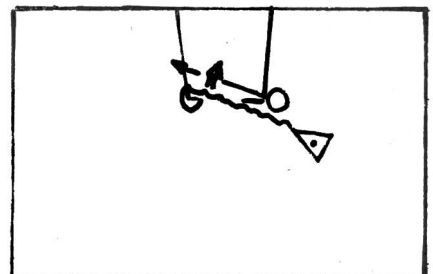
Questo insegnamento pre-tattico costituisce infatti il programma di base dei corsi d'applicazione di pallacanestro di Gioventù+Sport.

Tattica individuale

1 contro 1

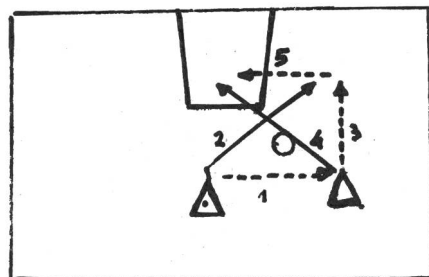


- Di fronte a un marcamento largo:
 - palleggiare obliquamente e sbarazzarsi dell'avversario con un cambiamento di direzione e di mano nel palleggio
- Di fronte a un marcamento stretto:
 - idem, ma proteggendo il pallone volgendo la schiena all'avversario, con cambiamento di direzione e di mano nel palleggio
 - idem cambiando direzione con un palleggio dietro la schiena o fra le gambe
- Sotto canestro, palleggiare obliquamente, arresto in due tempi, pivot all'indietro e tiro a uncino

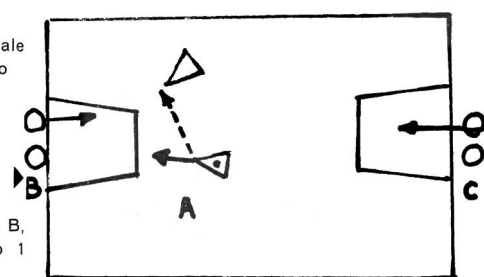
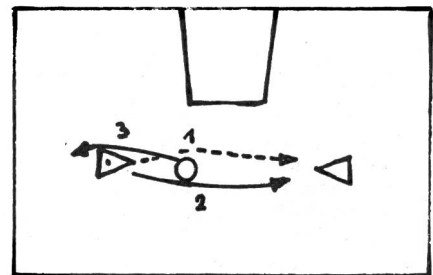


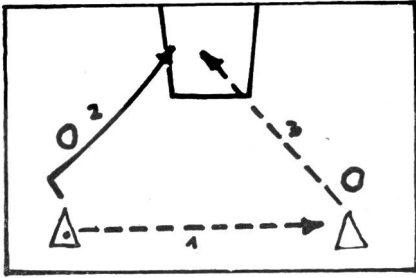
Tattica di gruppo

2 contro 1



- Insegnare a effettuare un passaggio nonostante la presenza di un avversario
- Insegnare a spostarsi in diagonale non appena effettuato il passaggio
- Esercizi d'applicazione:
 - 2 attaccanti A contro 1 difensore B, in seguito 2 attaccanti B contro 1 difensore C, ecc.

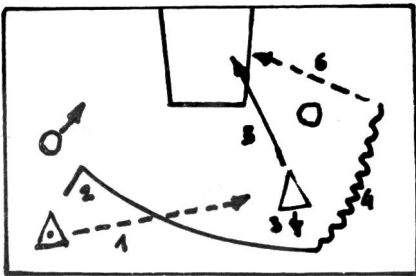
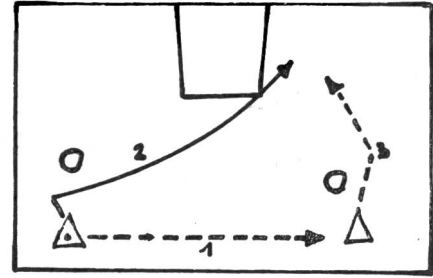




a) Gioco fra due giocatori in posizione arretrata

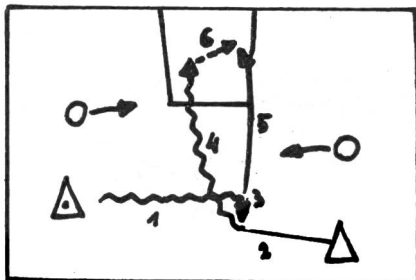
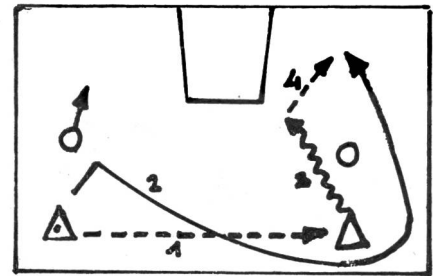
1. Passaggio e scatto verso l'interno;

Variante:
passaggio e scatto verso l'esterno



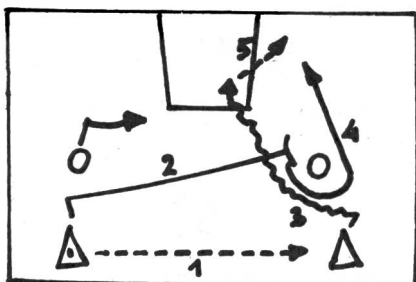
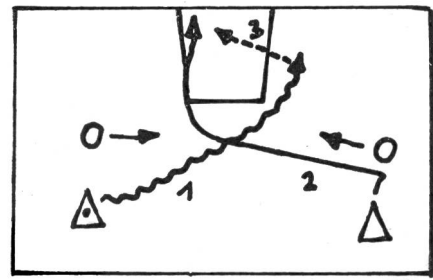
2. Penetrazione dopo scambio, incrocio, passaggio e scatto;

Variante:
con penetrazione dall'esterno



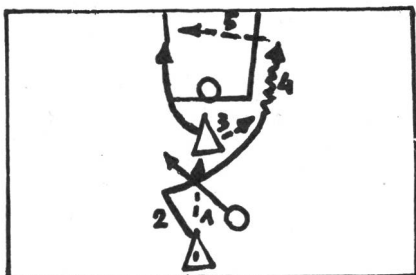
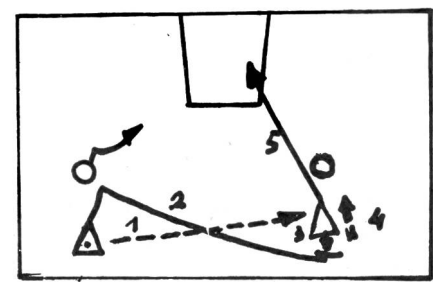
3. Penetrazione dopo incrocio, passaggio e scatto;

Variante:
passaggio dopo incrocio



4. Penetrazione dopo schermo

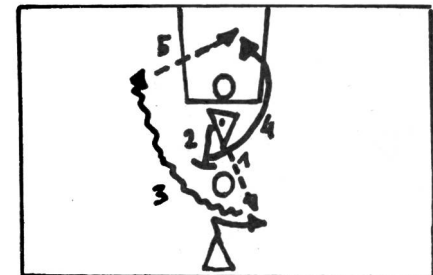
5. Penetrazione dopo schermo esterno



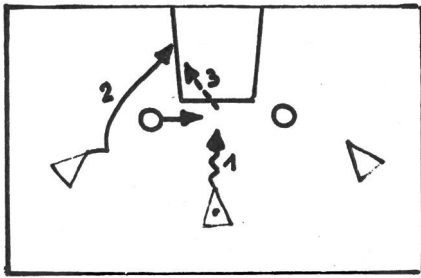
b) Gioco fra il giocatore appostato al limite della zona di tiro franco e il distributore arretrato

6. Pallone indietro e penetrazione dopo scambio

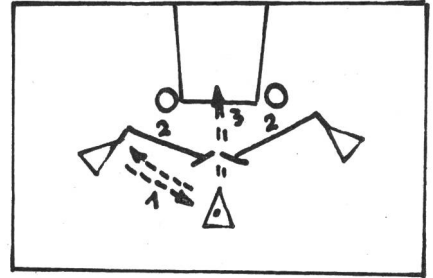
7. Pallone all'attaccante appostato e penetrazione dopo schermo



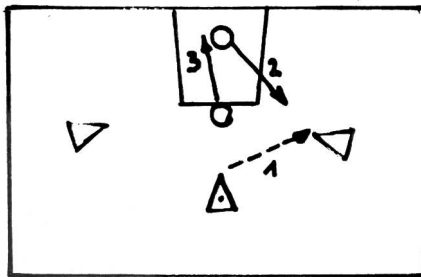
3 contro 2



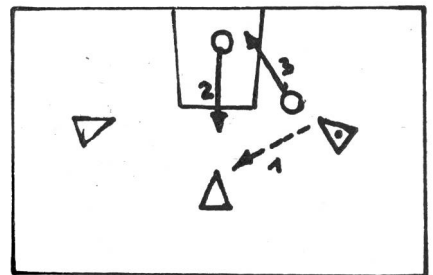
1. Il possessore del pallone palleggia al limite della zona di tiro franco; il pallone è preso in consegna da un difensore mentre l'ala penetra verso il canestro



2. Passaggi fra il canestro e un'ala, in seguito le due estreme fanno schermo al centro che va a canestro

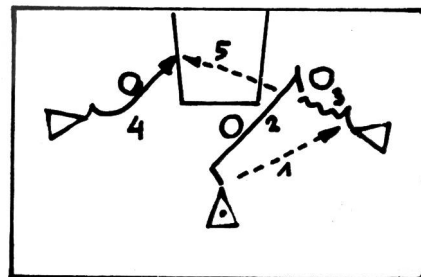


3. Spostamenti coordinati 2 difensori
a) con passaggio all'ala



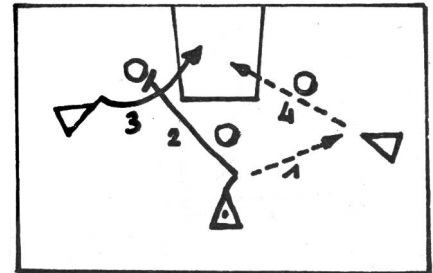
b) con passaggio al centro

3 contro 3

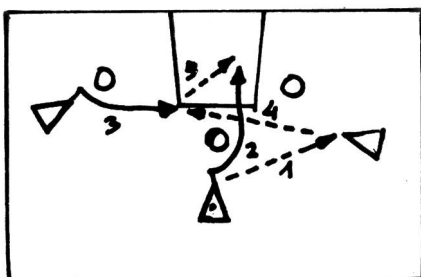


a) Gioco fra il centro e le ali

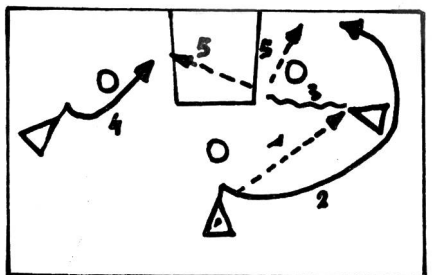
1. Con schermo diretto e penetrazione dell'altra ala



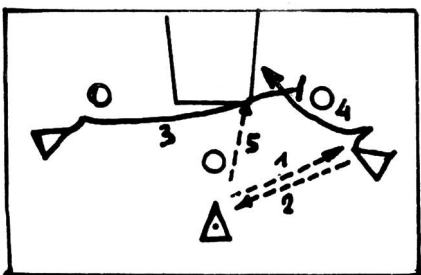
2. Con schermo contrario



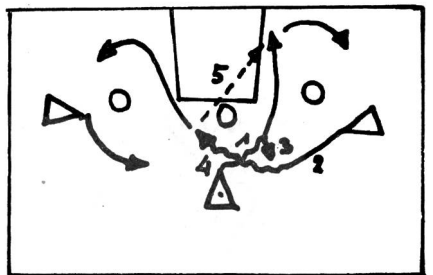
3. Con penetrazione del centro



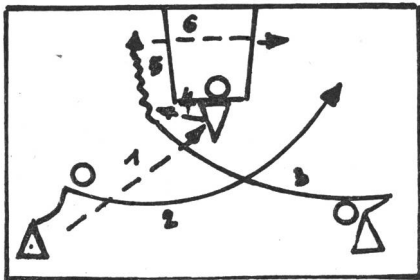
4. Con penetrazione del centro dall'esterno



5. Con schermo ala su ala



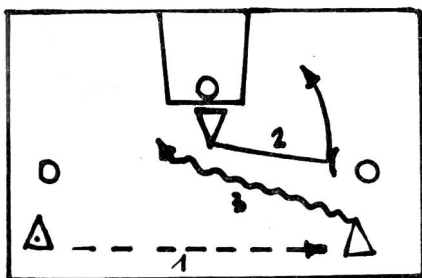
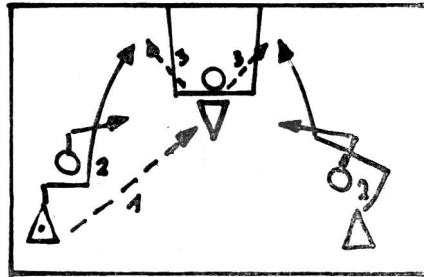
6. Esercizio dell'otto con passaggio e scatto



b) Gioco fra il giocatore appostato e 2 giocatori arretrati

7. Passaggio al giocatore appostato e fuga laterale

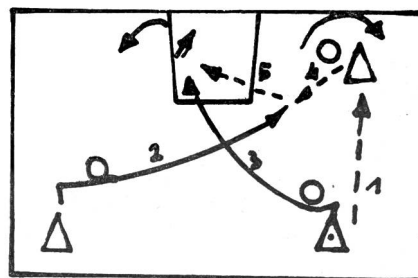
8. Variante: i giocatori tagliano dall'estremità



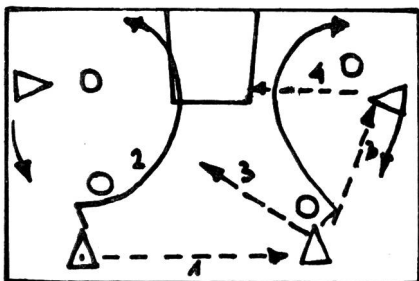
9. Con schermo del giocatore appostato per i suoi due compagni

c) Gioco fra due giocatori arretrati e l'ala

10. Con forbice, passaggio e scatto

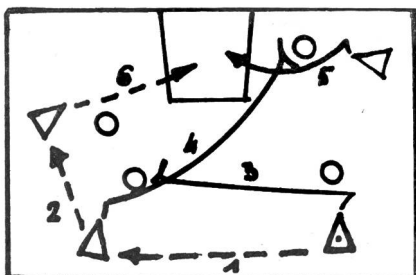
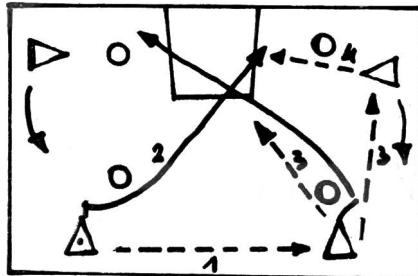


4 contro 4



1. Penetrazione dell'arretrato, passaggio e scatto (in lunetta)

2. Penetrazione dell'arretrato, passaggio e scatto (il grande otto)



3. In formazione 2 - 2 con 2 schermi

4. in formazione 1 - 3 con penetrazione del distributore e della sua ala

