

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

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 33 (1976)

Heft: 2

Rubrik: La lezione mensile

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

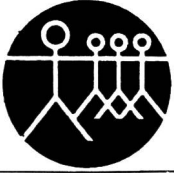
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 22.01.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



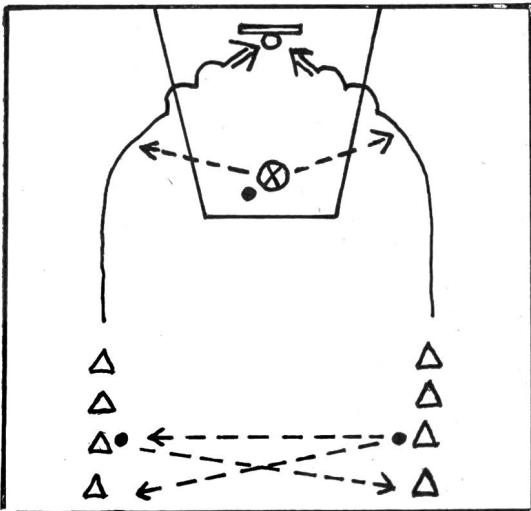
La lezione mensile

Pallacanestro

Claude Santi

Tema principale tiro in corsa dopo passaggio
(applicazione in situazioni di gioco)

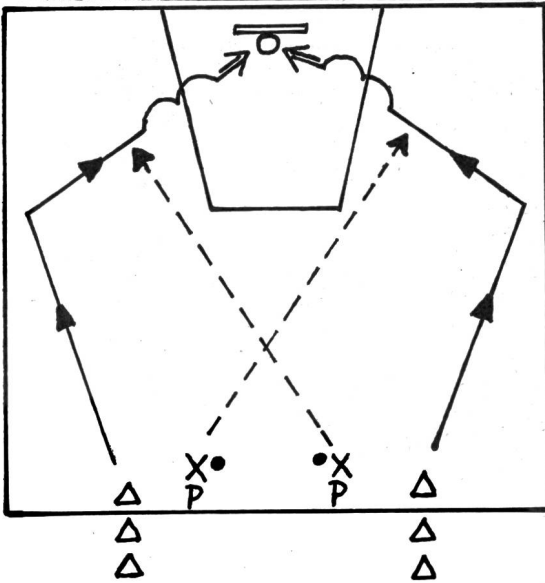
Durata: 30 minuti



L'allenatore passa il pallone ai giocatori che tirano in corsa. Dopo il tiro i giocatori cambiano colonna. Gli ultimi di ogni colonna si passano due palloni fra di loro.

L'allenatore corregge.

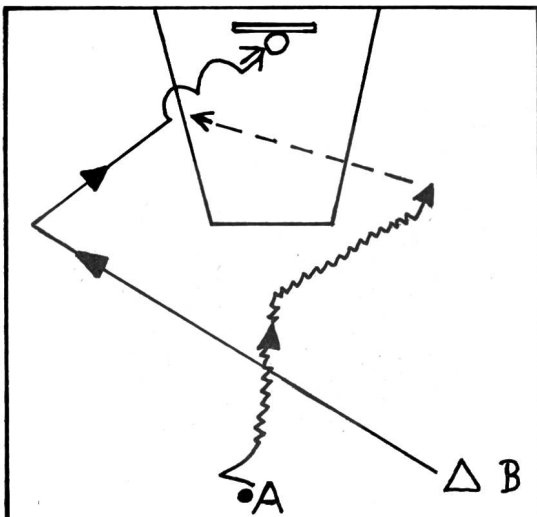
⊕ = allenatore



Il giocatore si sposta verso il bordo del campo e taglia bruscamento verso il canestro. Riceve il pallone da un compagno (P).

Dopo il tiro rientra nell'altra colonna.

Al termine cambiare gli incaricati del passaggio.

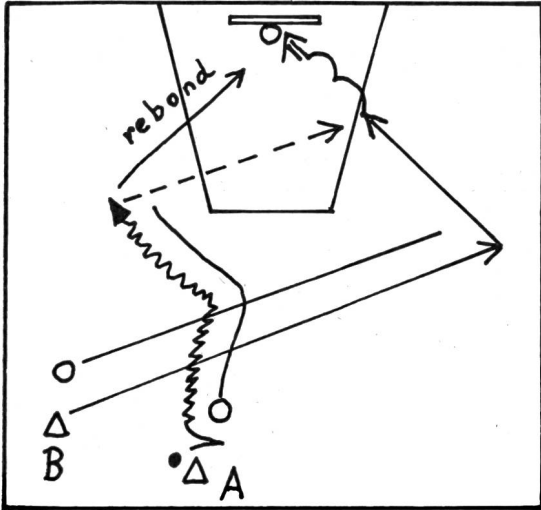


A effettua una finta e parte in palleggio verso la lunetta. B corre verso il lato opposto.

A e B cambiano bruscamente direzione. B riceve il pallone da A.

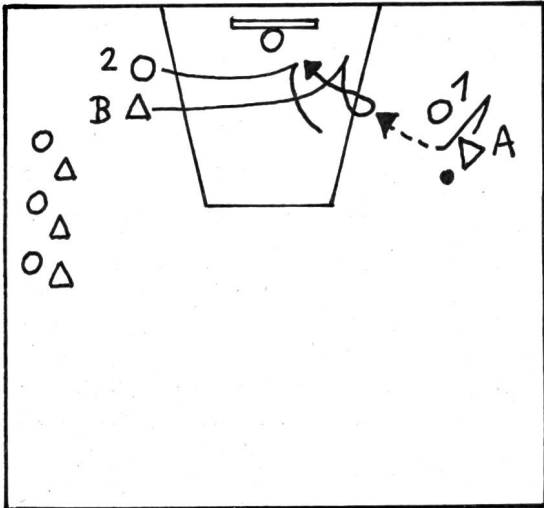
I giocatori cambiano colonna.

◀ = tiro con la mano sinistra



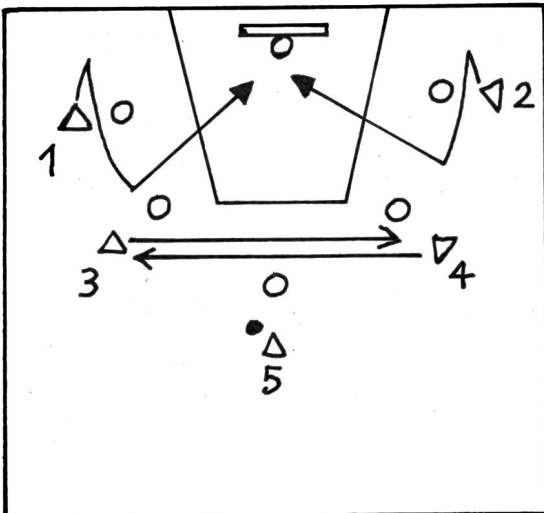
Come esercizio precedente, ma tiro con la mano destra.
Difficoltà supplementare: appostare difensori.
A va al rimbalzo.

○ = difensore
rebound = rimbalzo



B va verso il cesto, scarta 2 e riceve il pallone da A che a sua volta ha scartato 1.

B fa perno e tira in sospensione.
Invertire le parti.



Cinque contro cinque

3 e 4 permutano.

1 e 2 scartano i difensori, poi risalgono verso 3 e 4 e vanno bruscamente a canestro.

5 passa il pallone a 1 o 2.

Azione

Abbonato - bis

L'unico mensile svizzero di educazione sportiva in lingua italiana

Gioventù e Sport

Si può ottenere solo
abbonandosi:

... e i motivi
per abbonarsi
non mancano

Per questa ragione
i nostri attuali abbonati
sono anche i nostri

propagandisti !

ogni tuo amico sportivo, monitore
o allenatore, può dunque diventare

un abbonato

alla nostra rivista.

Mostragli questo numero
di «Gioventù e Sport»
e fagli sottoscrivere
la cedola qui accanto
da inoltrare in seguito alla:

Scuola federale di ginnastica e sport
Redazione Gioventù e Sport
2532 Macolin

(Ritagliare e spedire)

Desidero

* ricevere numeri di saggio

* abbonarmi a

Gioventù e Sport

mensile di educazione sportiva

Cognome:

Nome:

Indirizzo:

N. avv.:

Località:

* cancellare ciò che non conviene

(Ritagliare e spedire)

Affrancato in blocco

Cartolina - risposta

**Scuola federale
di ginnastica e sport**

Redazione Gioventù e Sport

2532 Macolin