

Venerdì 30 Agosto, ore 13

Prof. PIERO VENTURINI

“L'ERRORE DIDATTICO NEL PASSAGGIO DAL MINIBASKET AL BASKET”

* * * * *

Premessa

Presenterò alcune idee che ho maturato negli anni, correggendo delle proposte errate che nel Minibasket si ripetono in maniera troppo “convenzionale”. Io non credo che alcune idee, alcune proposte siano adeguate per definizione. Io spero di individuare l'errore, o perlomeno di far scoprire dove esso risiede, o meglio ancora che esista una possibilità diversa di formulare una proposta, con una prospettiva di apertura mentale maggiore per i nostri ragazzi.

Tipo delle proposte

Per quanto riguarda i fondamentali, ma anche per il gioco stesso, è possibile inventare, creare delle situazioni di gioco, delle situazioni-partita che non siano quelle tradizionali, come ad esempio giocare 5>5 con quattro squadre contemporaneamente in campo, oppure giocare su 4 canestri. Queste sono idee sviluppate su tutti i fondamentali e sulle situazioni-gioco, oltre a tutta una serie di proposte sugli stessi fondamentali e sulle situazioni-partita che esulano dai canoni tradizionali. Il riferimento è al giocare su due canestri in verticale (canestro da difendere e canestro da attaccare), alla proposta dei quattro canestri con i due canestri di fianco, inoltre giocare con i canestri definiti o giocare con palloni di tipo diverso anche con 4 squadre insieme sul campo (“A” contro “B”, “C” contro “D”). E' da sottolineare che il tutto riguarda l'ultimo anno “Aquilotti”. Queste proposte, infatti, sono valide per l'ultimo anno “Aquilotti” e quindi collegate in qualche modo al passaggio Minibasket-Basket. Il 5c5 + 5c5 (quattro squadre insieme sul campo) è una proposta sperimentata con esiti soddisfacenti ed ha grandi prospettive, ha grandi possibilità di sviluppo sulle **letture degli spazi** e sulle **collaborazioni**, quindi **abituare i ragazzi a muoversi nel campo**. E' indispensabile utilizzare due palloni di colore diverso oltre, naturalmente, ai diversi colori delle magliette, altrimenti scoppia la confusione sul campo. Se mancano i prerequisiti, è inevitabile il caos (scontri, testate, inciampi etc.), però è proponibile. Si rivela inoltre molto interessante anche per i ragazzini, soprattutto partendo da un'idea (che è l'idea-base) e cioè la situazione-gioco che si verifica nel campo, ossia senza i binari e senza i vigili che dirigono. Occorre però sapersi organizzare, saper sfruttare lo spazio, il tempo e tutte le possibili opzioni per trovare le soluzioni migliori. Questa è la proposta finale, le proposte, invece, per arrivare a questi obiettivi, riguardano anche i fondamentali. Esempio: l'utilizzo dei coni. A cosa servono i coni? Per il cambio di direzione ed il cambio di mano. Con quale proposta? Una fila di coni sfalsati. Come si sviluppa l'esercizio? Staffetta! I coni però, come tali, **“non si muovono”**. A giocare 1c1 con ostacoli statici, tutti sono bravissimi! Quando però si deve affrontare un ostacolo mobile, le difficoltà sono insuperabili. Inserire allora le variabili di partita come, ad esempio, uno che insegue l'altro per toccarlo. Presenterò un'idea-base per arrivare a quella finale, attraversando ogni fondamentale (palleggio, tiro, passaggio e difesa), evidenziando quali sono le “certezze” da dare.

Proposte pratiche

Palleggio

Due file di coni in collocazione sfalsata. A coppie, ognuno con palla, (1) deve palleggiare a slalom tra i coni, inseguito da (2) che deve cercare di prenderlo (Diagramma 1).

Una fila per ogni estremità delle due file di coni, tutti con palla. In continuità, uno dietro l'altro, slalom tra i coni, quando si incontra il compagno = "esitazione" (Diagramma 2).

Diagramma 1

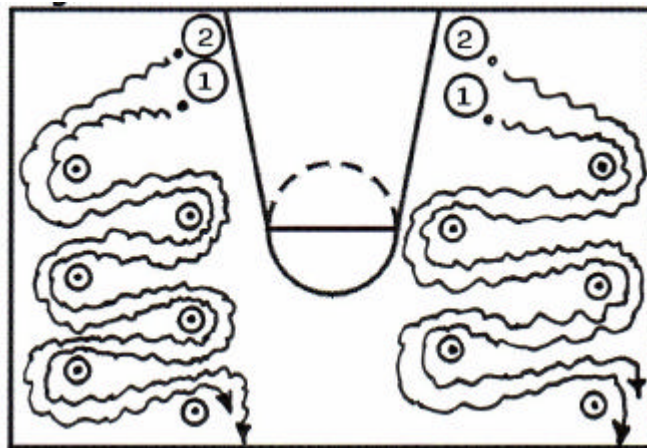
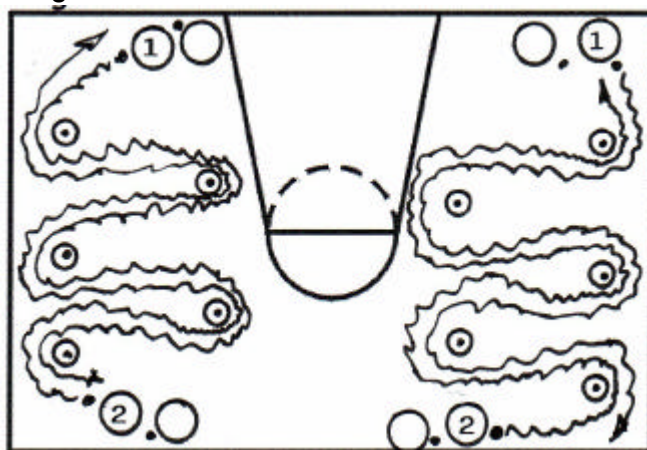


Diagramma 2



E' stata così inserita anche l'esitazione, quindi occorre tenere la testa alta. E' una progressione di lavoro che valorizza l'utilizzo del cono sui cambi di direzione e sui cambi di mano. E' una questione di abilità: se è stato costruito e conseguito con il proprio gruppo un certo tipo di abilità, si possono inserire anche queste proposte.

Tiro

Se il fondamentale consente di saper affrontare e risolvere una situazione di gioco, che sia "a prendersi", che sia 1c1, l'importante è sapere quando è il momento giusto, il tempo giusto ed il modo giusto. L'esercitazione di tiro classica è, ad esempio, una gara di tiro. Avversario? Nessuno! Quante volte, in partita, si tira senza avversario? Mai! Forse qualche volta in contropiede. Cosa si può allora proporre per insegnare questo fondamentale in maniera reale? Delle situazioni denominate con il termine "variate". Proporre quindi un'azione di tiro che non sia una tabellina di tiro senza nessuno davanti che ostacoli, arrivare alla soluzione di questo e creare la situazione-gioco. La situazione-gioco reale è che 90 su 100 si tira con qualcuno che disturba, quindi tutte le situazioni sono ottimali a condizione che sia esercitata una certa

pressione. Spesso si trascura di lavorare sulle **capacità senso-percettive**. Inibendo l'analizzatore ottico si migliora la capacità del tatto e dell'orientamento nello spazio, quindi tirare con un occhio, con l'altro etc., oppure variando le situazioni d'appoggio, perché non sempre capita di tirare con piedi a terra, l'equilibrio giusto etc. Tirare quindi con una gamba sollevata ovvero in appoggio su una sola gamba, alternando l'appoggio su gamba destra e gamba sinistra.

Passaggio

Allenamento sul passaggio: come migliorare il passaggio?

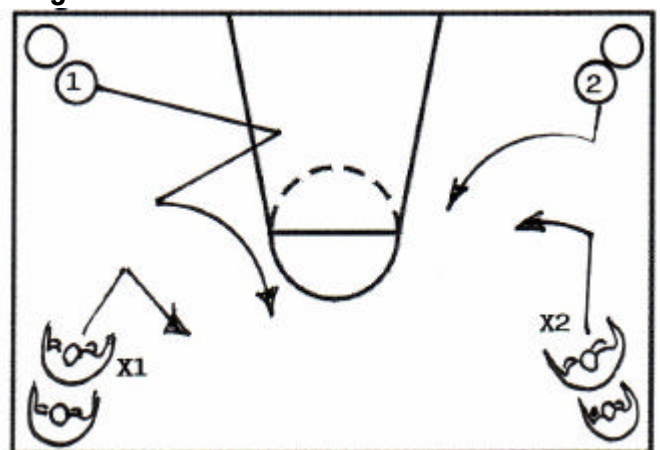
- ▶ Gioco del “chi caccia a tutto campo” con il segnale dell'Istruttore che ferma, chi ha la palla va a tirare.
- ▶ A coppie, un pallone a coppie, passarsi la palla, allo “Stop!”, chi ha la palla si ferma, chi non ha la palla corre verso il canestro più lontano, chi ha la palla può eseguire massimo due palleggi e passarla. Allo “Stop!”, chi ha la palla in mano, si ferma, il compagno corre verso il canestro più lontano e riceve il passaggio. Chi ha la palla, al massimo, può eseguire due palleggi per passargli la palla ed in questo caso le regole si possono inventare. All'inizio si possono fissare tre palleggi, per arrivare ad eliminare il palleggio, che è il sogno di ogni allenatore, cioè passare la palla senza metterla a terra.
- ▶ Variante: cambio segnale = l'Istruttore alza il braccio.
- ▶ Variante: senza usare il palleggio. Allo “Stop!”, passarsi la palla però senza usare il palleggio, questa è una gara a coppie, a chi realizza più canestri.
- ▶ Ultimo segnale: passare la palla, eliminare il palleggio, quindi si comincia a sviluppare la collaborazione vera del passaggio, l'idea del “dai e vai”.
- ▶ Oppure: un palleggio per quello che va a tirare, due palleggi per quello che va a tirare.

Difesa

A questa età, si deve lavorare molto intensamente sulla difesa, ma soprattutto nella difesa che collabora. Non si intende certamente la difesa con gli aiuti (la famosa “help and recover”), ma nel senso di intervenire in quelle situazioni in cui un compagno si trova in difficoltà. Ritengo pertanto che sia importante collegare il concetto della difesa che “attacca” alla difesa che collabora. Classico esempio è il 2>2 “a prendersi”, sia senza palla che con palla.

2>2. Due file di attaccanti [(1) e (2)] dislocate ai rispettivi angoli di fondo campo, due di difensori (“cacciatori”) [(X1) e (X2)] ai rispettivi angoli di metà campo (Diagramma 3). Tutti senza palla. Se X1 ha toccato (1) e X2 non ha ancora toccato (2), X1 va a anch'egli a toccare (2) e così vale per X2. Inoltre: **i due difensori guadagnano un punto solo se riescono a toccare tutti e due gli attaccanti e questo accorgimento stimola la collaborazione difensiva.**

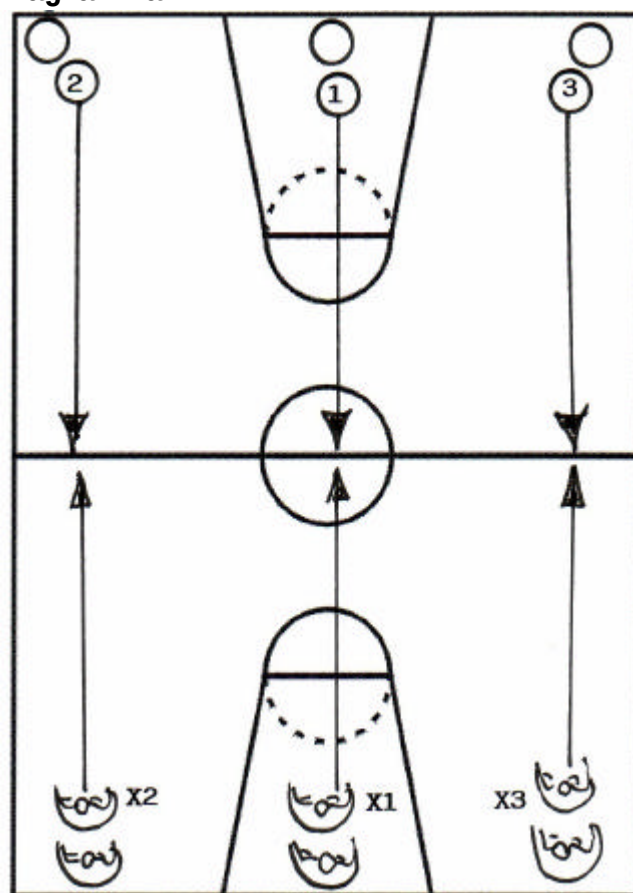
Diagramma 3



3>3. Si può esasperare la situazione giocando a tuttocampo. Stesse modalità dell'esercizio precedente, estendendolo però a tutto campo. Tre file di attaccanti su una riga di fondo campo, tre file di difensori sulla riga di fondo campo opposta. X1, X2 e X3 devono toccare (1), (2) e (3) prima che quest'ultimi arrivino alla linea di metà campo (Diagramma 4). L'idea è negli spazi da gestire in rapporto alle persone.

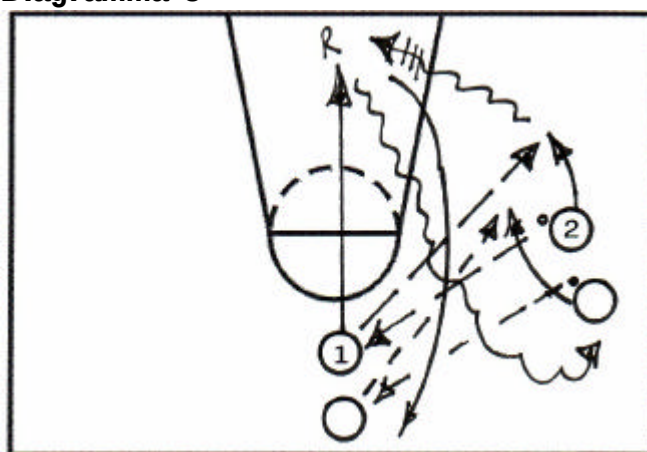
Variante: inserire la palla per sviluppare ancor di più i concetti di attacco, difesa, cambi di direzione e di velocità, capacità di anticipazione e scelta.

Diagramma 4



Due file (sulle posizioni "1" e "2" di attacco), "dai e vai" come nel riscaldamento pre-partita. Senza alcun ostacolo non serve a niente in quanto manca l'impegno mentale. Inserire quindi una variabile di partita, come, ad esempio, chi ha concluso ritorna passando in mezzo ai due che stanno eseguendo ("interferenza"). (Diagramma 5).

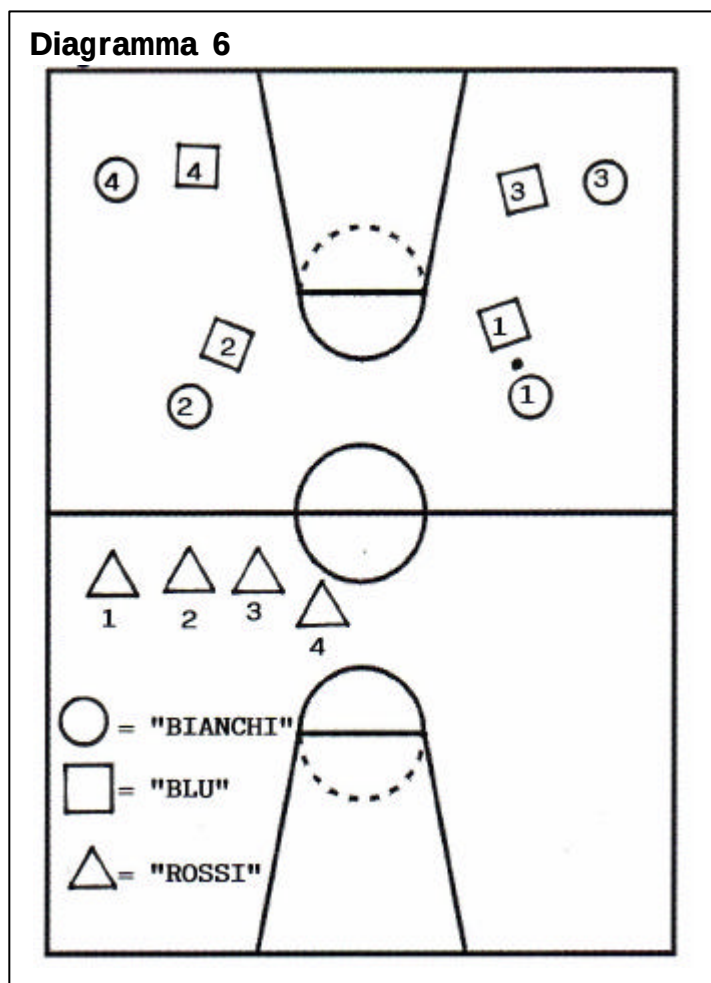
Diagramma 5



La proposta finale è il 4>4, sotto una forma diversa dal solito.

4>4 in continuità a tutto campo.

Tre squadre: "bianchi", "blu" e "rossi". S'inizia con i "bianchi" che attaccano contro i "blu", mentre i "rossi" attendono a metà campo. Per proporre qualcosa di diverso, i "blu", quando recuperano la palla (o effettuano la rimessa su canestro subito), anziché attaccare sull'altro canestro contro i "rossi", aprono il contropiede per gli stessi "rossi", contro i quali corrono a difendere i "bianchi". I "blu" attendono a metà campo per ricevere l'apertura dai "bianchi", quando quest'ultimi avranno recuperato la palla (od effettuato la rimessa su canestro subito) dopo aver difeso contro i "rossi" (Diagramma 6). La squadra che perde la palla deve difendere sull'apertura.



Questo accorgimento sicuramente stimola il **cambio di mentalità**, ma se ne può aggiungere un altro come, ad esempio, **eliminare il palleggio**. In questo caso la squadra che deve proiettarsi in contropiede deve riuscire a ricevere la palla. Molto interessante è anche la proposta 5>5 a quattro squadre contemporaneamente sul campo (con utilizzo di due palloni di colore diverso), per mezzo della quale **l'occupazione dello spazio** ne trae grande giovamento.

Conclusioni

Io credo nelle idee che ho presentato, però vorrei sottolineare anche l'importanza dei dogmi. Il mio percorso formativo è arrivato a questi concetti, senza però dimenticare che esistono dei dogmi, dai quali non si può prescindere. Importante, infine, considerare il "come" ed il "quando" presentare le varie proposte.