

Dal 3 contro 3 al 5 contro 5

Uno degli obiettivi finali del Minibasket è quello di arrivare a far giocare i bambini 5 contro 5 in forma libera. E' un obiettivo difficilmente raggiungibile per molteplici cause, quindi diventa un obiettivo della categoria successiva, da proporre o, in certi casi, da riprendere.

- 1) Insegnare o riprendere il gioco 3 contro 3 usando gli angoli. Il giocatore 3 in angolo potrà tirare, penetrare dal fondo o dal centro, passare la palla ai compagni che hanno rioccupato le posizioni iniziali. (Fig. 1 e 2)
- 2) Insegnare o riprendere i movimenti angolo-angolo. I giocatori 2 e 3 si scambiano di posizione e il ricevente può tirare, penetrare o passare la palla per ricambiare posizione. (Fig. 3)
- 3) Stessi esercizi con difesa passiva, poi al 50% e poi al 100%
- 4) Fare eseguire i giochi a tutto campo prima 3 contro 2 poi 3 contro 3 in continuità.
- 5) Giochi a 4, continuità con 2 guardie e 2 angoli
Palla guardia-angolo (Sequenza 4)
Palla guardia-guardia (Sequenza 5)

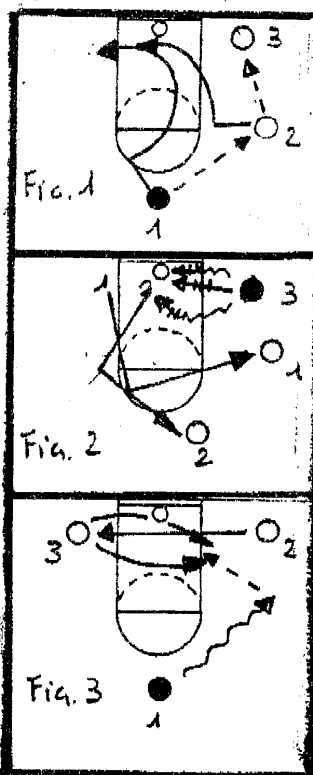


Fig.
4A

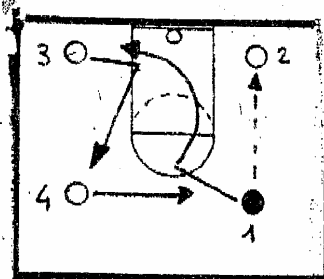


Fig.
4B

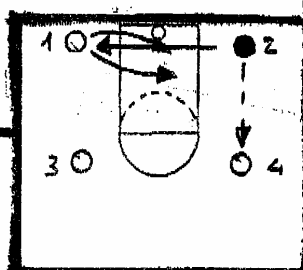


Fig.
5A

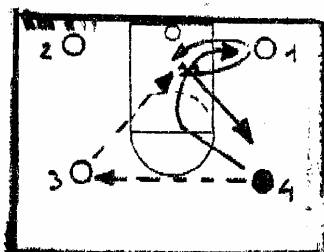
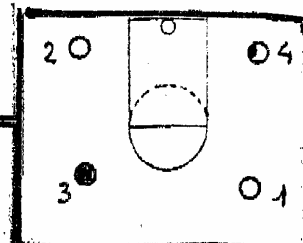
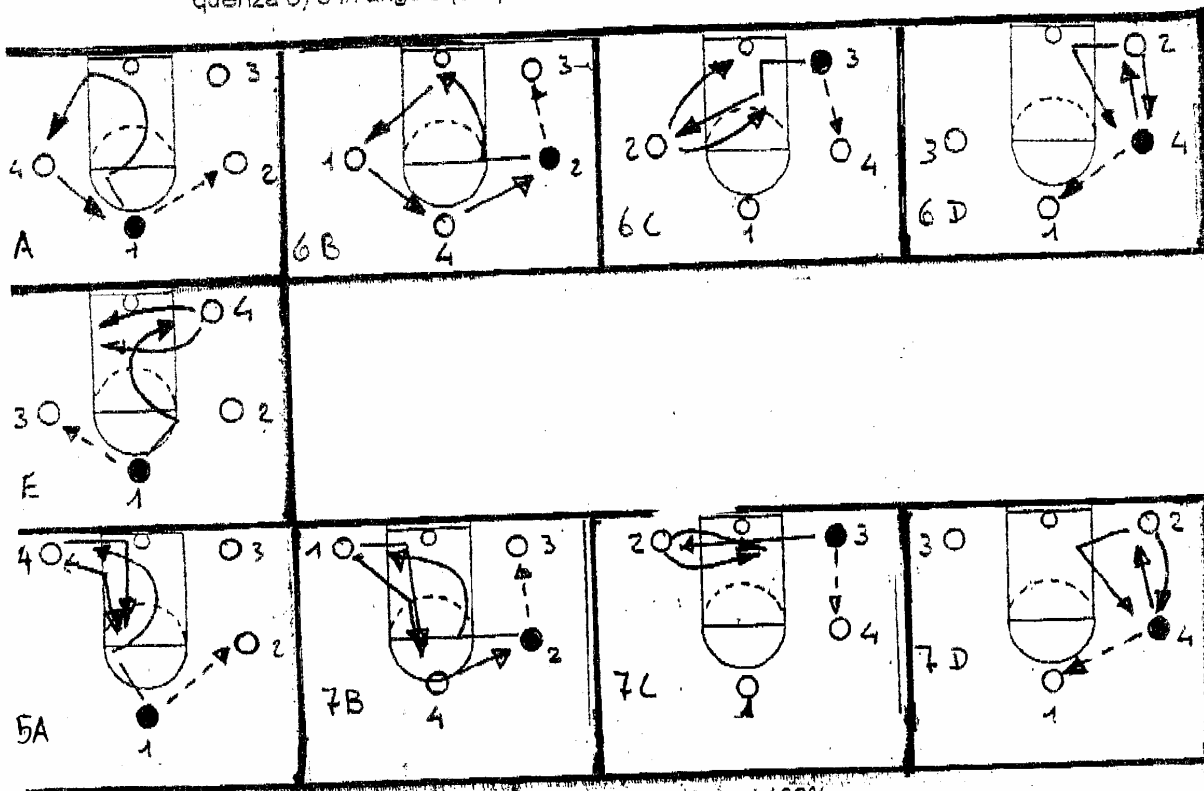


Fig.
5B



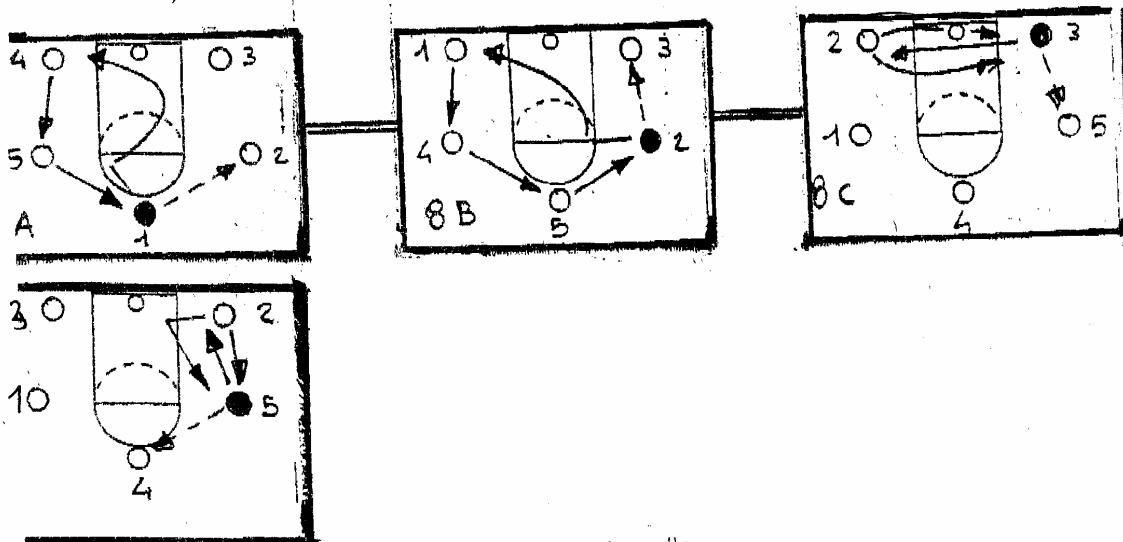
6) Giochi a 4 con palla al centro. Il giocatore 4 può partire sia in guardia (Sequenza 6) o in angolo (Sequenza 7)



7) Difesa a metà campo prima passiva, poi 50%, poi 100%.

8) Fare eseguire i giochi a tutto campo 4 contro 3, poi 4 contro 4.

9) Giochi a 5 (Sequenza 8 e Sequenza 9)



10) Principi difensivi:

- a) difesa sulla palla
- b) difesa sul lato debole e sul lato forte
- c) difesa sui tagli in guardia aperta o in guardia chiusa.