

Federazione Italiana Pallacanestro
Settore Giovanile Minibasket e Scuola
Presentazioni pratiche integrate del modello culturale di riferimento.

A cura di
Maurizio Cremonini - Tecnico Federale Settore Giovanile Minibasket Scuola
e Roberta Regis CTT Marche - Umbria - Emilia Romagna

“I fondamentali con palla in funzione delle azioni di gioco – I Pre-requisiti”.

10'/15' ESORDIENTI Proposte didattiche iniziali di situazioni di gioco per la verifica della capacità di utilizzo dei fondamentali.

- **5 contro 3 + 2 che si danno “cinque”**
situazione iniziale di gioco con disposizione delle squadre come nella figura

l'Istruttore decide chi attacca passando la palla al primo di una delle due file sotto canestro, i due giocatori negli angoli sullo stesso lato devono darsi un “cinque” prima di entrare a difendere

- **4 contro 2 + 2 di “rincorsa”**
situazione iniziale di gioco con disposizione delle squadre come nella figura

l'Istruttore decide chi attacca passando la palla al primo di una delle file a metà campo, in quel momento entrano in campo i primi di tutte le file

10'/15' AQUILOTTI Proposta pratica per lo sviluppo delle abilità di palleggio e tiro

- liberi in palleggio per il campo; al segnale, arresto, palla rotolata/saltata e recupero della palla di un altro giocatore
- come il precedente, con l'individuazione di un leader che quando vuole si arresta e quando lui si arresta tutti si devono arrestare; al segnale, palla rotolata/saltata e recupero della palla di un altro giocatore
- come il precedente a metà campo
- come il precedente in un quarto di campo
- **sfida potere sui coni**

giocatori divisi in tre squadre come nella figura

chi ha il potere decide quando partire e che cono toccare, gli altri 2 giocatori devono toccare un cono diverso prima di andare a canestro, il primo che segna dà il potere alla propria squadra

Variante : partenza da fermi

➤ **sfida ai leader**

4 file disposte come nella figura, e un leader per ciascuna fila

il leader è posizionato davanti alla fila, pronto a sfidare il primo alle sue spalle; quando il leader lo decide parte per toccare uno dei 2 coni, mentre lo sfidato dovrà toccare il cono rimasto libero, chi segna per primo diventa il leader

10'/15' ESORDIENTI

Proposte didattiche per la verifica della capacità di utilizzo del palleggio e del tiro.

➤ **non più di 2 !**

ragazzi divisi in 2 squadre posizionate a metà campo come nella figura, con una serie di coni disposti sulla linea di metà campo

gara di tiro a canestro con 3 regole :

- 1 tiro per volta
- tocco di 1 cono prima di ripartire
- mai più di 2 giocatori dentro l'area

➤ **potere da autopassaggio**

giocatori divisi in due squadre disposte come nella figura

chi ha il potere fa un auto passaggio dal fondo verso l'angolo della lunetta e recuperando la palla decide quando attaccare, l'altro giocatore si prepara, legge e decide cosa fare

➤ **1 contro 2 . . . che vedono !**

giocatori divisi in due squadre, disposte come nella figura,

- I
- i giocatori della squadra a metà campo partono alternativamente in palleggio verso la metà campo, cambiano direzione e vanno verso un canestro; su ogni canestro 2 giocatori dell'altra squadra sono posizionati sull'angolo dell'area, quando l'avversario arriva, appena entra in velocità dentro la linea dei 3 punti, devono decidere cosa fare; chi segna per primo fa 1 punto per la propria squadra

➤ **leggere insieme 2 contro 0 !**

giocatori divisi in due squadre, disposte come nella figura, metà squadra con palla, in angolo, l'altra metà squadra, senza palla, nell'angolo opposto; una squadra con il potere

il primo giocatore con palla della squadra che ha il potere parte in palleggio, raggiunge la linea di metà campo per scambiarsi la palla con l'avversario; nello stesso momento i compagni dei giocatori con palla corrono a metà campo e muovono i piedi sul posto; il giocatore con il potere e con palla, quando lo decide, parte per un canestro a scelta, il compagno dovrà leggere la direzione, riceve la palla e tirare a canestro, chi segna per primo prende il potere

➤ **leggere insieme da sotto**

giocatori divisi in due squadre disposte come nella figura, una squadra con il potere, chi ha il potere è il giocatore senza palla sotto canestro, fronte al campo, con il compagno davanti sulla linea dei 3 punti; chi non ha il potere è di schiena al campo, con il compagno dietro al giocatore posizionato sulla linea dei 3 punti

quando il giocatore con il potere lo decide, parte per ricevere la palla e nello momento l'avversario si gira per ricevere dal compagno con palla che dovrà farsi vedere utilizzando il palleggio, quando chi non ha il potere conquista 3 punti, prende il potere

➤ **2 contro 1 + 1 da metà campo !**

ragazzi divisi in 2 squadre disposte come nella figura,

l'Istruttore passa la palla a uno dei 2 giocatori in angolo per dare inizio a una situazione di 2 c 2 verso un canestro e in continuità a tuttocampo

Variante :

- passaggio iniziale ai giocatori a uno dei 2 giocatori a metà campo e inizio della situazione di gioco nella stessa metà campo di partenza

➤ **2 contro 2 in un piccolo spazio !**

giocatori divisi in due squadre disposte come nella figura, 2 difensori che partono da fondo campo e 2 attaccanti sulla linea dei 3 punti, uno davanti con palla e l'altro dietro, senza palla

il primo difensore corre verso gli attaccanti, e il gioco inizia non appena si sbilancia per andare a toccare la mano dell'attaccante dietro, senza palla, da quel momento inizia la situazione di 2 c 2 su un canestro e a seguire 2 c 2 tuttocampo

10'/15' ESORDIENTI

Proposte didattiche per la verifica della capacità di utilizzo dei fondamentali con palla in situazioni di gioco.

➤ **da 2 a 5 . . .scegli tu !**

ragazzi divisi in 2 squadre disposte come nella figura, l'Istruttore passa la palla per iniziare il gioco a uno dei giocatori posizionati di fronte alla squadra

il giocatore che riceve la palla, passa e ripassa la palla ai compagni tante volte quanti sono i giocatori che intende far giocare (min.2 – max 5), i giocatori coinvolti passano e corrono in campo occupando gli spazi, mentre gli avversari si preparano a correre in difesa non appena il giocatore con palla, invece di passare, si girerà per partire in palleggio.

➤ **4 contro 2 + 2 . . . girati !**

ragazzi divisi in 2 squadre disposte come nella figura, l'Istruttore passa la palla per iniziare il gioco a uno dei giocatori posizionati sull'angolo della lunetta

dal momento dell'ingresso della palla, inizia la situazione di 4 c 2 verso il canestro opposto, con i difensori che si devono rapidamente girare

.

➤ **dal 4 c 3 al 5 c 5 !**

ragazzi divisi in 2 squadre disposte come nella figura, l'Istruttore passa la palla per iniziare il gioco a uno dei giocatori a fondo campo, determinando una situazione iniziale di 4 c 3, perché la squadra che riceve il passaggio iniziale, potrà utilizzare immediatamente il primo giocatore della propria squadra della fila di metà campo

dopo il 4 c 3 iniziale, non appena la squadra in difesa recupera palla, potrà entrare in gioco il primo compagno dei difensori per ripristinare la parità numerica 4 c 4, ma non appena c'è cambio di possesso palla, la squadra che aveva iniziato tornerà in vantaggio numerico di 5 c 4 e così via fino al 5 c 5