

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 senza 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 senza la palla, in attacco e in difesa.

- **5 contro 5 + 2 dalla linea di metà campo**
situazione iniziale di gioco con disposizione delle squadre come nella figura

Il giocatore con palla della squadra in attacco, quando lo decide, parte in palleggio verso il canestro opposto, non appena supera la linea di metà campo inizia il 5 c 5

- **4 contro 2 + 2 . . . girati !**
giocatori divisi in 2 squadre disposte come nella figura, l'Istruttore passa la palla alla squadra in attacco per dare inizio al gioco
dal momento dell'ingresso della palla,
inizia la situazione di 4 c 4 verso il
canestro opposto, con tutti i giocatori
che si devono rapidamente muovere
negli spazi adeguati
.

10'/15' **AQUILOTTI** Proposta pratica per lo sviluppo delle abilità di movimento senza palla in attacco.

- **3 contro 3 in linea**
Bambini divisi in 2 squadre disposte come nella figura, il giocatore sulla linea di tiro libero della squadra in attacco decide quando partire e in che direzione muoversi; dal suo movimento nasce la situazione di 3 c 3, metà campo e tutto campo
Varianti : posizioni iniziali
- **guarda cosa fa !**
bambini divisi in due squadre come nella figura, la squadra con il potere ha i propri giocatori davanti, sia con palla che senza palla,

quando il giocatore con palla parte per toccare un cono, l'avversario dietro deve andare verso il cono opposto, mentre i compagni senza palla sul lato opposto, devono "vedere" il movimento e decidere come muoversi per ricevere e tirare a canestro prima dell'avversario; il primo che realizza dà il potere alla propria squadra

Varianti : posizioni di partenza, con e senza palla

10'/15' ESORDIENTI

Proposte didattiche di verifica delle competenze riferite ai fondamentali senza palla ed al movimento adeguato da realizzare per ricevere.

➤ **sfida di 2 contro 2**

giocatori divisi in due squadre come nella figura

il giocatore sotto canestro senza palla della squadra in attacco decide quando e dove muoversi per ricevere la palla e dare inizio alla situazione di 2 c 2 metà campo, se la squadra in attacco realizza, ripartirà in attacco nella situazione successiva, se non realizza si gioca 2 c 2 tutto campo

➤ **1 contro 1 alternato**

giocatori divisi in due squadre come nella figura

il primo giocatore con palla della squadra in attacco arriva in palleggio da metà campo e decide verso che lato spostarsi, nel momento in cui si sposta il compagno in angolo sullo stesso lato si muove verso il difensore e poi esce velocemente per ricevere la palla e giocare 1 c 1; gara a punti e inversione dei ruoli al segnale

10'/15' AQUILOTTI

Proposta pratica per lo sviluppo delle abilità di movimento senza palla in difesa (conoscenza delle linee di riferimento).

➤ **linea della palla e linea del canestro !**

giocatori divisi in 2 squadre posizionate a metà campo come nella figura,

quando il giocatore in difesa lo decide, parte verso un attaccante con palla, quando esce dal cerchio di centro campo, sceglie quale canestro vuole difendere, correndo velocemente sulla linea tra l'avversario e il canestro; gara a punti

➤ **linea del canestro e 2 contro 2**

giocatori divisi in due squadre disposte come nella figura

quando il giocatore senza palla parte dal lato opposto per ricevere la palla dal compagno che effettua la rimessa, il primo difensore entra rapidamente in campo per giocare una situazione di 1 c 1, se ruba la palla o partendo dalla rimessa, gioca poi 2 c 2 tutto campo, con l'entrata in campo del giocatore seconda fila dei difensori

➤ **linea di passaggio e 1 c 1 "se riesci"**

giocatori divisi in due squadre come nella figura, il primo giocatore con palla della squadra in attacco arriva in palleggio da metà campo e decide verso che lato spostarsi per passare e ricevere la palla dal compagno su quel lato, mentre i 2 attaccanti si passano la palla, il difensore pronto sullo stesso lato, entra e si posiziona di fronte alla linea di passaggio, quando lo decide, prova a rubare la palla, se non ci riesce deve recuperare velocemente in difesa, se riesce a rubare la palla, attacca verso l'altro canestro, contro il giocatore che era entrato senza palla

10'/15' **ESORDIENTI**

Proposte didattiche per la verifica della capacità di utilizzo delle linee di riferimento difensive in situazioni di gioco.

➤ **3 c 3 da sotto "sulle linee"**

giocatori divisi in 2 squadre e disposti come nella figura, una fila di difensori a fondo campo, sotto canestro, a terzetti, con una palla al 1° e due senza palla dietro, e attaccanti posizionati come nella figura, senza palla; quando il difensore con la palla lo decide, fa rotolare la palla verso il giocatore posizionato da solo su un quarto di campo e segue a difendere sullo stesso; i due difensori dietro entrano velocemente in campo a difendere sui 2 attaccanti posizionati sul quarto di campo opposto alla palla; situazione di 3 c 3 a metà campo con sviluppo di un 3 c 3 tutto campo per alcune azioni successive

➤ **4 contro 4 "volando" !**

giocatori divisi in 2 squadre disposte come nella figura, una squadra di difensori in fila a fondo campo e attaccanti divisi su 4 file nei 4 angoli della metà campo opposta

quando il primo difensore lo decide,
parte di corsa verso la metà campo,
seguito da 3 compagni, ogni difensore,
non appena supera la metà campo,
corre rapidamente a prendere un
avversario per giocare 4 c 4; il gioco
ha inizio non appena il primo difensore
supera la linea di metà campo

➤ **5 c 5 da ruota 3 contro 3 !**

giocatori divisi in 2 squadre disposte come nella figura, 3 giocatori per squadra in campo, che girano attorno al cerchio di centro campo, per dare inizio al 5 contro 5, l'istruttore passa la palla a uno dei giocatori a metà campo, determinando la squadra che inizia in attacco, in gioco entreranno i giocatori che stanno girando attorno al cerchio di centro campo, più 2 delle file laterali di metà campo