

DAL MINIBASKET AL BASKET: SVILUPPARE LE CAPACITA'

Appunti dalla lezione del 19 maggio 2002 al Clinic di Riccione.

Relatore Gaetano Gebbia, Responsabile Settore Squadre Nazionali F.I.P..

- **SPAZI E CONTROLLO PALLA**
 - **GIOCO**
 - **TECNICA E TATTICA**

- **LA SPAZIALITA' ED IL CONTROLLO DELLA PALLA**

- **Andature** (perché il lavoro svolto sui piedi ci offre la possibilità di far migliorare la reattività).
- **Fondamentali di palleggio** (tutto il nostro lavoro, infatti, deve essere teso allo sviluppo del controllo di palla).
- **Restringere progressivamente le aree di azione** (per abituare ad agire in spazi sempre più ristretti).
- **Giochi a coppie** (perché, lavorando a coppie si può agire sulla tecnica individuale dando, comunque, dei riferimenti precisi).
- **Parlare, per chiamare la posizione** (affinchè ciascuno si renda conto della posizione in cui si trova).

**IL COMPITO TATTICO (LEGGERE LE SITUAZIONI DI GIOCO)
DEVE ESSERE FACILITATO DALL'ABILITA' TECNICA
(CONTROLLO DELLA PALLA)**

- **IL GIOCO**

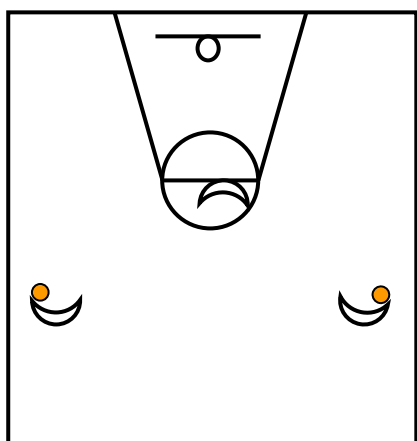
- **Spazi** (perché un elemento fondamentale per imparare a giocare è la giusta occupazione dello spazio a disposizione).
- **1 contro 1** (che è la base assoluta del nostro gioco).
- **Schieramenti utili** (perché, per giocare 1 c 1, bisogna creare i presupposti per farlo sviluppare. Pertanto, occorrerà lavorare sull'ottimizzazione dello spazio a disposizione, creando sempre degli schieramenti utili).

L'OBIETTIVO E' INSEGNARE A GIOCARE.
I FONDAMENTALI SONO UN MEZZO PER RAGGIUNGERE
L'OBIETTIVO.

• LA TECNICA E LA TATTICA

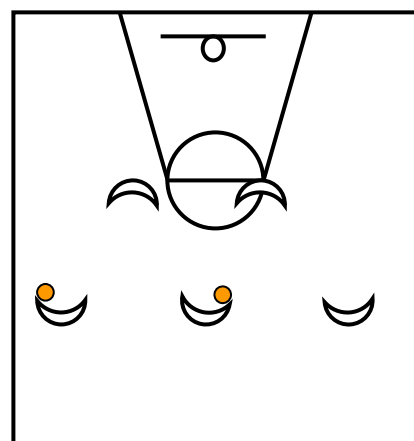
- **Situazioni variabili** (in cui il ragazzo debba continuamente adattare l'esecuzione tecnica).
- **Continue scelte** (per abituare il ragazzo ad adattare le tecnica in base alla propria posizione, a quella dei compagni ed a quella degli avversari).
- **Lavorare per battere** (sia nell' 1 c 1 con palla che senza palla: lavorare per battere l'avversario quando si ha la palla; passarla e lavorare, immediatamente, per riceverla di nuovo).

NON C'E' TECNICA SENZA TATTICA
ED ALLO STESSO TEMPO
NON C'E' TATTICA SENZA TECNICA



2 c 1:

Entrambi con la palla.
Scegliere in base alle scelte
del difensore.



3 c 2:

Due hanno la palla, il terzo
attaccante no.
Scegliere in base alle scelte
dei difensori.

**PROVIAMO AD INSEGNARE ATTRAVERSO I
COLLEGAMENTI:**

FONDAMENTALE CON PALLA	→	FONDAMENTALE SENZA PALLA
1 c 1 CON PALLA	→	1 c 1 SENZA PALLA
ATTACCO	→	DIFESA

Il minibasket è stato per troppo tempo un'isola chiusa in se stessa.

Con questo Clinic il minibasket si è aperto alla pallacanestro.

Va, pertanto, dato merito al minibasket di aver fatto questo passo verso il movimento basket e non viceversa.

Penso che questo possa essere molto importante per il movimento.

Gaetano Gebbia