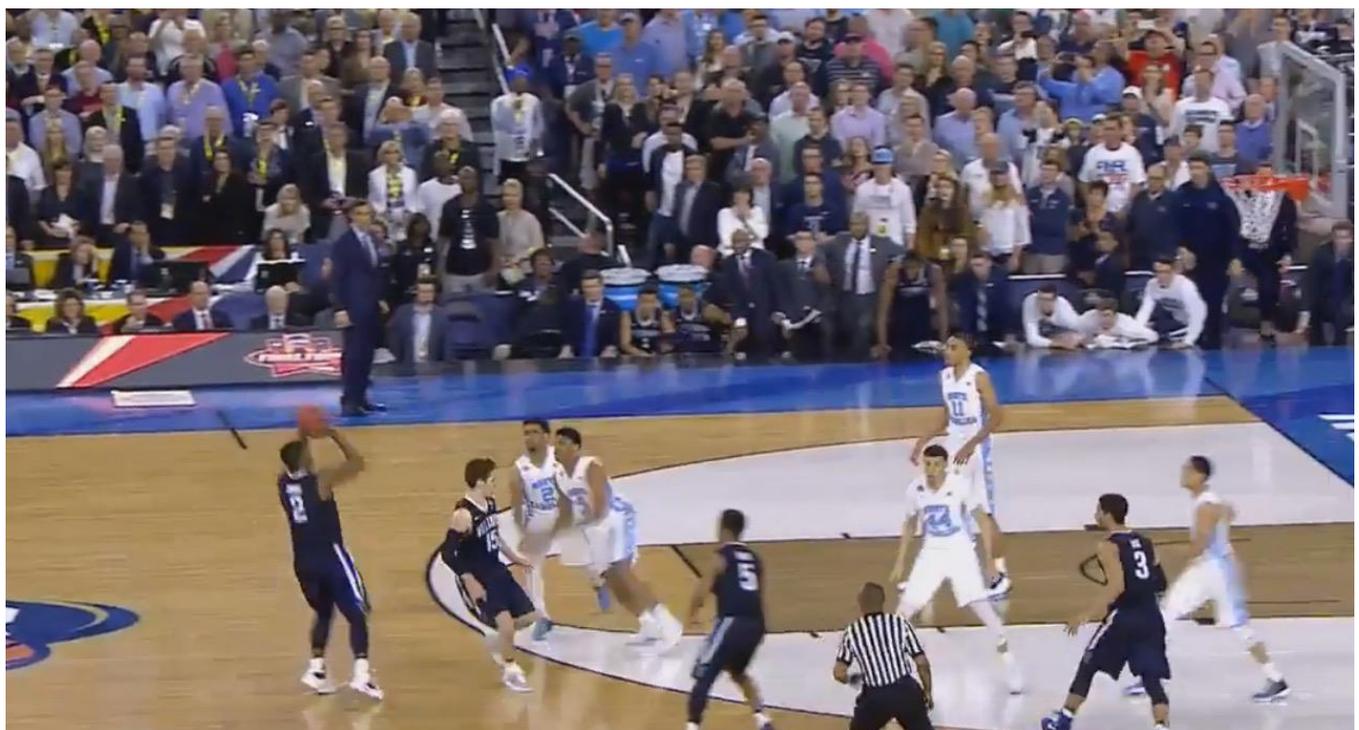


MOTION OFFENSE “SPREAD”

Appunti raccolti da Bruno Boero
Novembre 2018



Responsabile Editoriale: Cervati Marco



RINGRAZIAMENTI

Intendo rivolgere un ringraziamento particolare a coach Marcus Kirkland di Wingate University, North Carolina U.S.A. per aver voluto dividere con me le proprie esperienze ed idee sul modo più moderno ed attuale di giocare in forma libera in attacco, contribuendo in maniera assolutamente decisiva alle idee esposte in questo breve studio.

Mi ritengo onorato di conoscere la sua Famiglia e di aver potuto lavorare con lui in preparazione ed alla realizzazione del "Chanta Camp" per numerosi anni consecutivi, conoscendolo come Coach e come Amico.

A lui dedico un sincero grazie per la disponibilità e la generosa collaborazione con il nostro gruppo estivo di lavoro, scherzosamente ed ambiziosamente soprannominato dei "Big Ten".

In qualità di coach di lungo corso, operante nelle più svariate situazioni e in differenti aree geografiche, è stato sempre per me un privilegio lavorare con altri coaches, assistenti, e giovani atleti: essi hanno certamente contribuito a sviluppare nuove idee, a cambiare e migliorare un sistema di attacco tanto facile quanto efficace ed attuale.

Sarà per tutti voi una fantastica scoperta ed esperienza vedere i tempi ed i modi con cui le vostre rispettive squadre giovanili miglioreranno la comprensione del gioco offensivo sotto la vostra sapiente guida.

Bruno Boero

Copyright 2018



MOTION OFFENSE

Nella formazione giovanile, il gioco offensivo in forma libera sviluppa un bagaglio di conoscenze ed esperienze indispensabili per poter affrontare – in seguito – qualsiasi altra forma di organizzazione di attacco, in quanto il superamento dei vincoli di tempo, spazio, incertezze, scelte e decisioni migliora la capacità di azione dei singoli e del team. Un sistema fondato sulla capacità di lettura delle singole situazioni, e reso ordinato dall'applicazione di semplici regole che sviluppano le capacità di creare opportunità offensive, viene anche definito "gioco per letture".

Il ***motion offense*** è una tipologia di gioco di squadra in attacco che crea e sfrutta il movimento della palla e dei giocatori, dove tutti e cinque i giocatori sono coinvolti con il medesimo grado di libertà, iniziativa e creatività, controllo dei ritmi (tempi) e degli spazi di gioco, e dove l'azione dei compagni non è mai preventivamente conosciuta.

Saper guardare il gioco attraverso gli occhi di un compagno permette di svolgere azioni più precise e con maggiore capacità di anticipazione.

Il motion offense differisce da qualsiasi altro modello di attacco in quanto non presenta alcun obbligo di seguire tracce pre-ordinate, definite o ripetitive, né soluzioni previste inizialmente. È un fluire di movimenti illimitati regolati dal rispetto di posizioni principali e di regole di base semplici, formulate da ciascun allenatore per la propria squadra, al fine di creare: isolamenti, linee di penetrazione e di scarico, di taglio, collaborazioni con i blocchi, rovesciamenti di palla dovuti semplicemente alla lettura ed alla successiva reazione ("read & react").

Le origini del motion offense sono abbastanza incerte e lontane, anche se molti osservatori tendono ad attribuirle al famoso coach Hank Iba (1904 – 1993) di Oklahoma State, vincitore del campionato universitario nel 1939 e tre volte presente ai giochi olimpici con la squadra Usa, o alla squadra condotta dal suo assistente coach Bloomer Sullivan di New York Renaissance (Rens) in quello stesso periodo.

Seguirono le differenti versioni proposte da coach Bobby Knight (Army, Indiana University, e Texas Tech, sino alla stagione 2007-2008).

Poiché giocare con il motion offense richiede un insegnamento stabile e perfezionato dei fondamentali individuali e di squadra, molte squadre continuano a giocarlo a tutt'oggi ad ogni livello: Hi-School, College (Wildcats, N.C. Di Coach Bob Mckillop), ed NBA (Boston Celtic's di coach Brad Stevens con il suo famoso "read and react", e San Antonio Spurs di coach Gregg Popovich, in Europa ricordiamo il gioco del CSKA di coach Ettore Messina).

Due o più giocatori che si muovono sul campo seguendo pensieri, idee o movimenti diversi, principi e regole non condivise, non potranno mai collaborare utilmente come Squadra.

Perciò occorre utilizzare un linguaggio verbale e non-verbale che generi, prepari e consenta la migliore coordinazione e collaborazione tattico-motoria nell'ambito del team.

Ecco lo scopo dichiarato di un qualsiasi "Motion Offense".

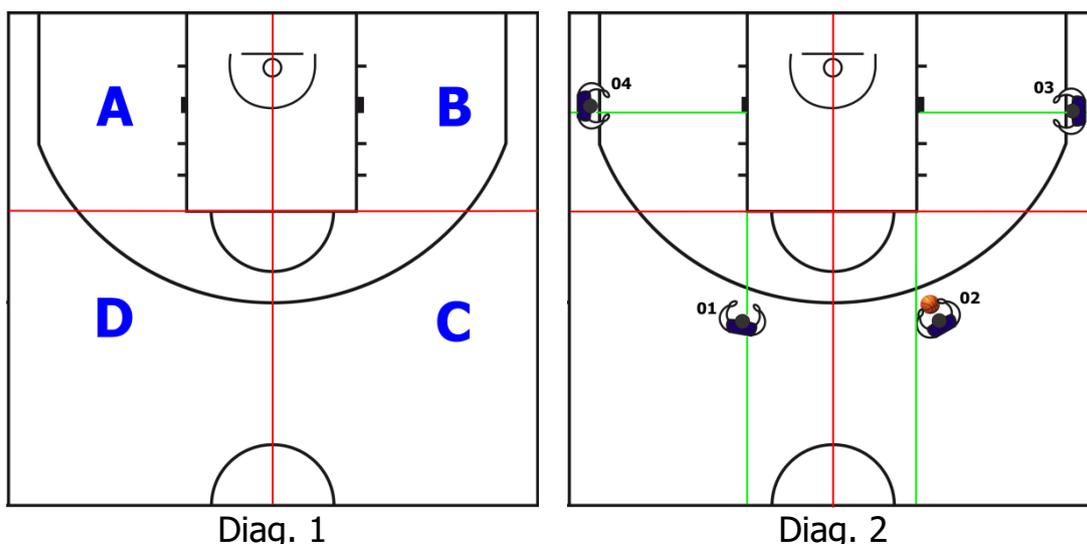


Motion Offense – "SPREAD"

La metà campo di attacco viene idealmente divisa in quattro spazi o quadrati. Li distinguiamo nel diagramma #1 (A – B – C – D).

Essi verranno occupati ciascuno da un solo giocatore perimetrale che si porrà vicino alla linea dei tre punti (vedi diagramma #2). Sul prolungamento delle linee verdi.

Vedremo in un secondo tempo dove e come collocare il quinto giocatore. Tali spazi (o quadrati) permettono di orientare i giocatori nella distribuzione degli spazi, evitando caotiche situazioni di traffico o assembramenti.



PRIME REGOLE DI ORGANIZZAZIONE SUL CAMPO

Sono necessarie per una distribuzione equilibrata degli spazi, e non limitano in alcun modo le scelte dei giocatori: anzi, ne sviluppano l'ordine necessario a favorire il movimento dei compagni. Inizialmente favoriscono le situazioni di uno-contro-uno con e senza palla, per passare poi a situazioni progressivamente più complesse, ove i giocatori avranno minori spazi, ed anche maggiori informazioni da "trattare".

A) DOPO OGNI PASSAGGIO BISOGNA MUOVERSI CAMBIANDO POSIZIONE.

B) È VIETATO RIMANERE IN DUE IN UNO STESSO SPAZIO (PERCIO' VIENE ESCLUSA QUALSIASI MANOVRA DI HAND-OFF).

C) NON È CONSENTITO LASCIARE UNO SPAZIO VUOTO.

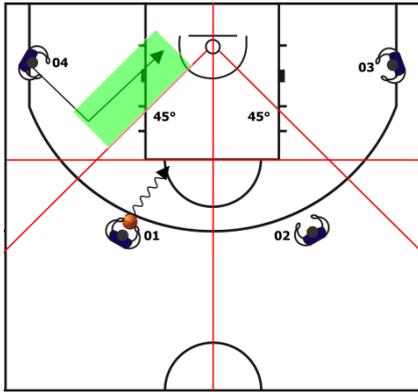
Pertanto sarà consentito giocare in: rotazione, dai e vai, dai e scambia posizione, dai e cambia (con blocco lontano dalla palla), penetra e scarica, ma non in pick & roll, eccezion fatta per i casi che verranno più avanti descritti.

Con uno schieramento così largo, si favorisce l'uno contro uno con palla, ma anche senza palla, perché avremo sempre appropriati angoli di tagli back – door come raffigurato negli spazi verdi nei diagrammi da #3 a # 5.

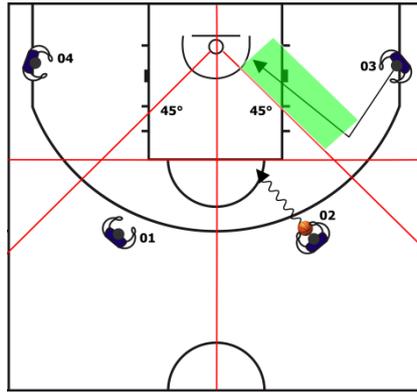
Il nostro segnale per il taglio back door è dato dal semplice fatto che un difensore tenti di anticipare la ricezione di palla sulla linea dei tre punti, in una qualsiasi delle quattro posizioni perimetrali descritte (vedi diagrammi #3, #4, #5).



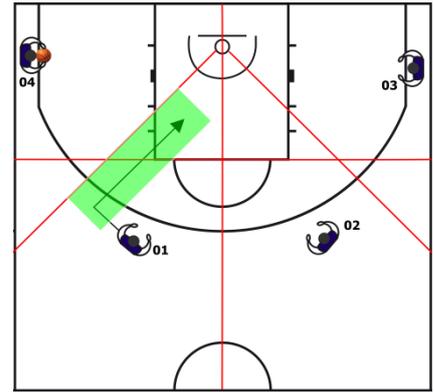
MOTION OFFENSE "SPREAD"



Diag. 3



Diag. 4

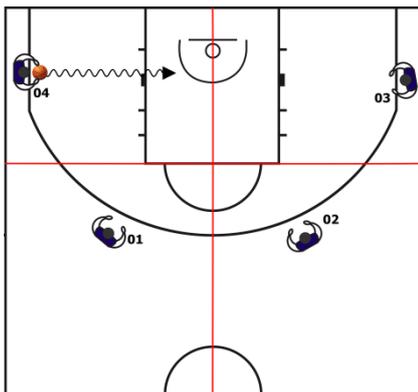


Diag. 5

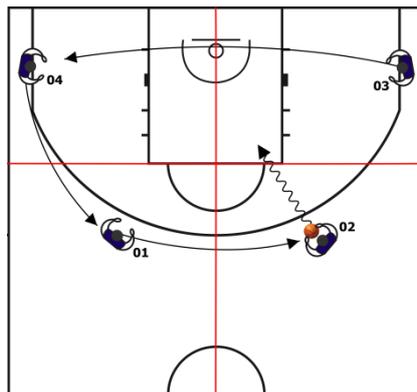
Soprattutto si favorisce 1vs1 con palla, all'insegna della seguente regola:

D) "QUANDO HAI LA PALLA, E NON C'È NESSUNO TRA TE E LA LINEA DI FONDO, CERCA DI PENETRARE" (diagrammi da #6 a #8), perché potresti non trovare alcun aiuto difensivo.

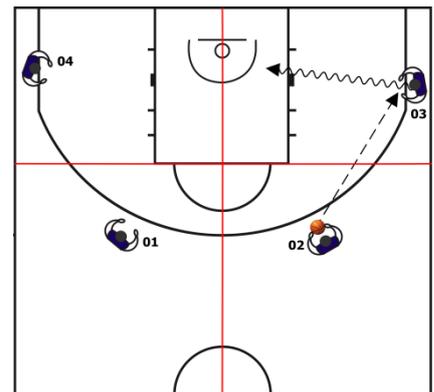
L'uno contro uno sul fondo può venire considerato una azione di clear-out, tanto più con l'azione di cui parleremo nel diagramma 29 di pagina 14.



Diag. 6



Diag. 7



Diag. 8

REGOLE DI SCELTA

Seguendo queste semplici regole di gioco (e quelle che verranno esposte in seguito) ciascun giocatore riceve e trasmette informazioni tecniche e tattiche circa il proprio operato e le proprie intenzioni; dopo aver riconosciuto una situazione, ogni giocatore pone in essere un comportamento o iniziativa che i compagni devono riconoscere e favorire, anche se tale iniziativa non è preventivamente conosciuta (si favorisce in tal modo comunicazione ed adattamento).

E quanto maggiore sarà il grado di sviluppo del nostro gioco, tanto più prontamente i giocatori si adatteranno alle differenti situazioni create dagli avversari, stabilendo un equilibrio ideale tra regole di scelta e libertà di azione.

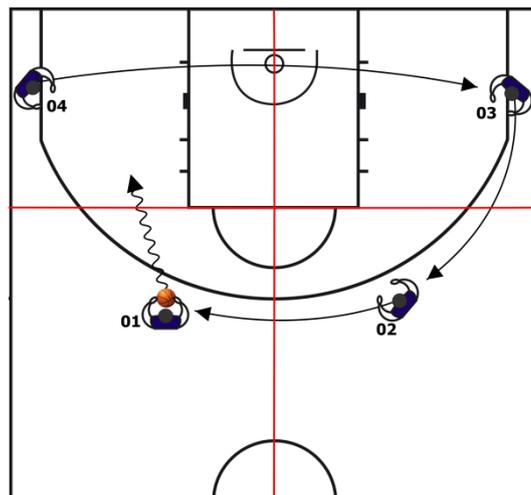
Nei diagrammi da #9 a #16 vediamo alcuni esempi delle possibili soluzioni indicate, che corrispondono ad altrettanti esercizi preparatori, da svolgere inizialmente in modalità 3 vs.0 e poi 4 vs.0 nella metà campo.



RUOTARE (#9)

Nel senso della palla.

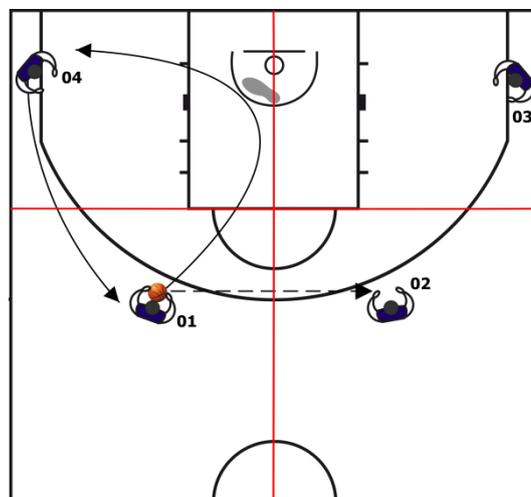
Verso destra e verso sinistra, secondo la cosiddetta "regola dell'orologio".



Diag. 9

OPZIONI GUARDIA – GUARDIA (#10)

Colui che esegue il taglio deve sempre finire con almeno un piede dentro lo "smile" e successivamente "aprirsi" sempre guardando la palla.

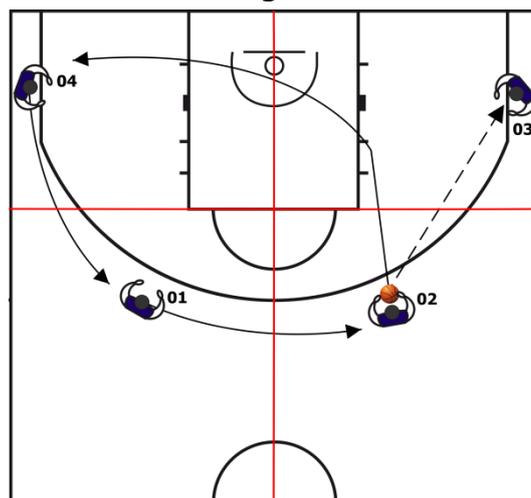


Diag. 10

OPZIONI IN DAI E VAI (#11)

GUARDIA – ALA

Come sopra, con un piede dentro lo "smile" e tenendo d'occhio la palla.



Diag. 11

DISCIPLINARE I TAGLI

Un qualsiasi taglio non può mai essere interrotto.

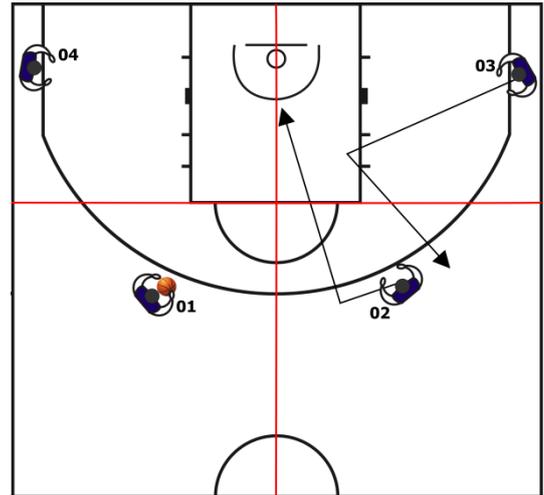
Da un taglio non si deve tornare indietro.

Mai eseguire due tagli contemporanei; in questo caso, chi dei due attaccanti ha la maggiore visione del campo, si deve adattare, e recedere dal taglio (vedi diagramma #12).



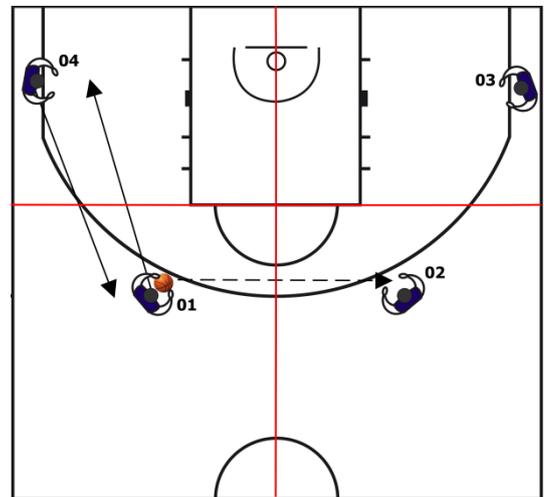
MOTION OFFENSE "SPREAD"

03 recede dal taglio e si adatta rimpiazzando 02 (# 12).



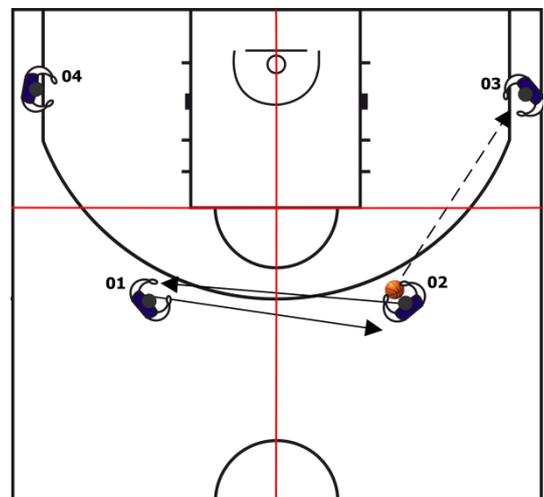
Diag. 12

DAI E SCAMBIA POSIZIONE (#13)
Dopo passaggio guardia-guardia.



Diag. 13

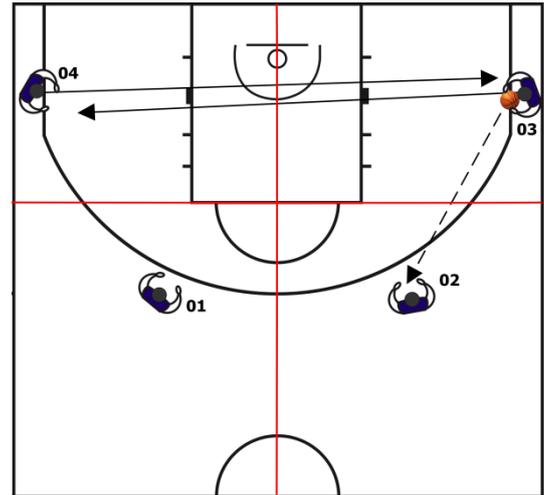
DAI E SCAMBIA POSIZIONE (#14)
Dopo passaggio guardia-ala.



Diag. 14

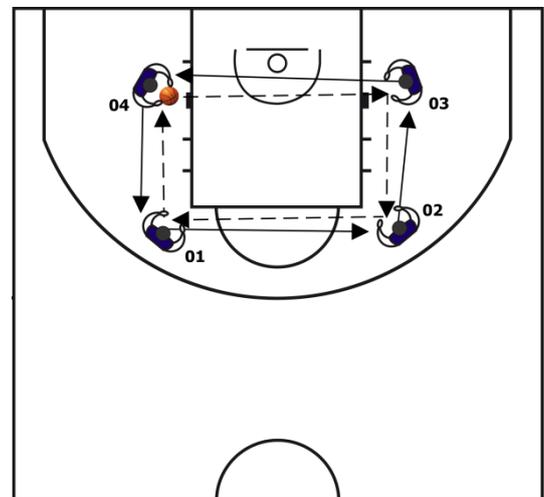


DAI E SCAMBIA POSIZIONE (#15)
Dopo passaggio ala-guardia.



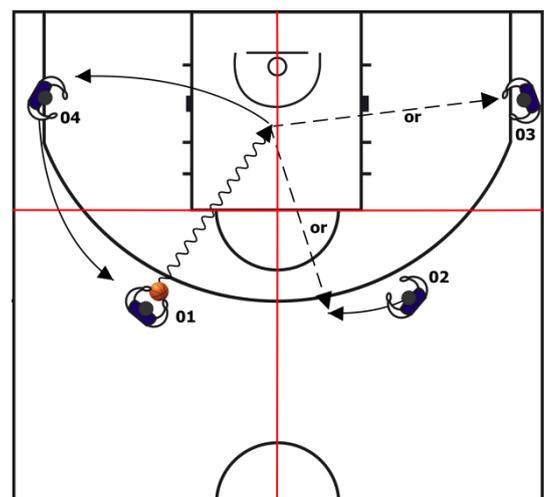
Diag. 15

DAI E SCAMBIA A 4 GIOCATORI (#16)
04 passa a 03, e scambia con 01, e così via,
mentre la palla viene passata sempre in senso
orario.
In 30 secondi 04 deve ritornare alla posizione
di partenza per 5 volte.
Poi cambiare senso di rotazione della palla



Diag. 16

**OPZIONE DI PENETRA E SCARICA PARTENDO
DALLA POSIZIONE DI GUARDIA (#17)**
Esercizio: 4 vs0 con penetra e scarica solo delle
guardie: la penetrazione deve avvenire sino ai
confini dello "smile"; segue passaggio, e poi
penetrazione. Si conclude con un tiro dopo 10
passaggi.

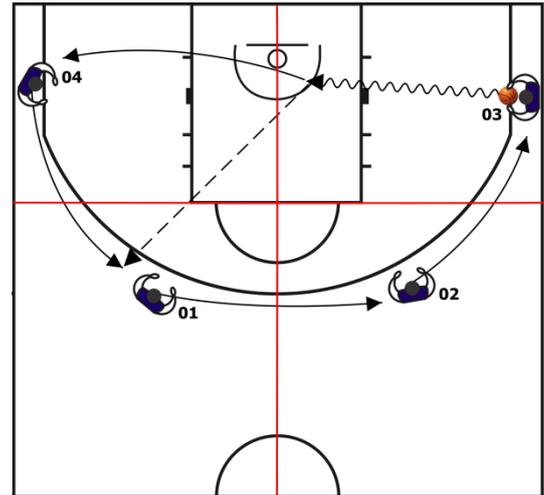


Diag. 17



**OPZIONE DI PENETRA E SCARICA PARTENDO
DALLA POSIZIONE DI ALA (#18)**

Esercizio: 4 vs0 come sopra solo delle posizioni
di ala: segue passaggio, e poi penetrazione.
Esercizio: 4 vs0 con penetrazione sia dalle
guardie che dalle ali.



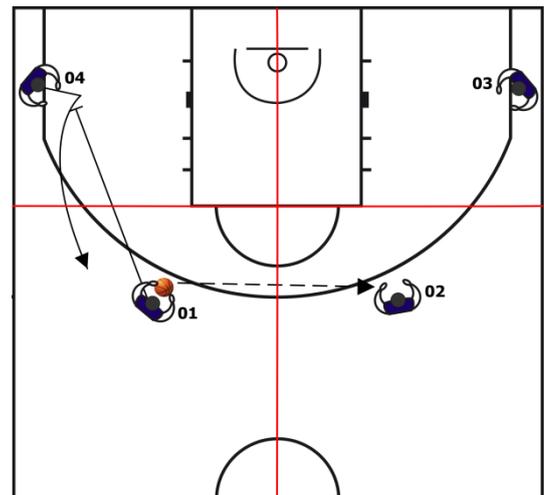
Diag. 18

LAVORO CON BLOCCHI

Dopo aver preso consuetudine di queste semplici manovre di squadra, si potrà introdurre gradualmente anche il lavoro con i blocchi, a partire dalle categorie Under 14 , Under 15 e Under 16.

Il segnale obbligatorio per colui che porta un qualsiasi blocco sarà di tenere un braccio alto e piegato, con pugno chiuso. Vediamo alcune opzioni:

DAI E CAMBIA CON BLOCCO VERTICALE (#19)
Sul passaggio da guardia 01 a guardia 02.

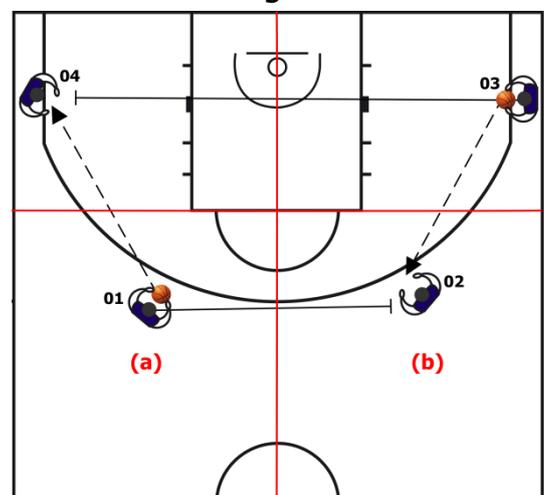


Diag. 19

**DAI E CAMBIA CON BLOCCO ORIZZONTALE
(#20)**

Sul passaggio guardia-angolo: vedi soluzione
(a) nella parte sinistra del #20.

Sul passaggio angolo-guardia: vedi soluzione
(b) a destra del #20.

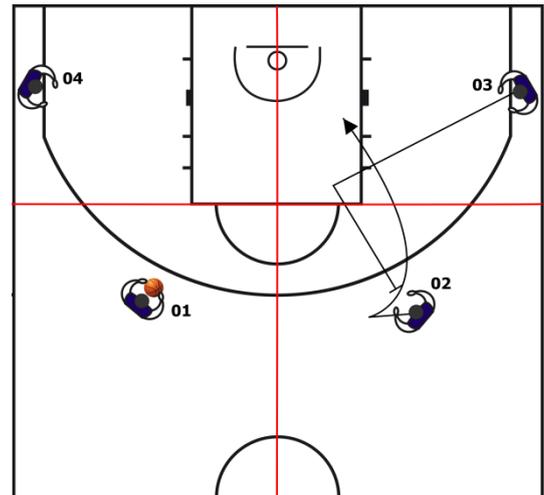


Diag. 20



BLOCCO CIECO (#21)

E' possibile ogni qualvolta la palla è in opposizione:(sia in posizione di guardia (01) che di ala (04)), con i medesimi movimenti lontano dalla palla: il giocatore 03 porta un blocco cieco per il compagno 02.



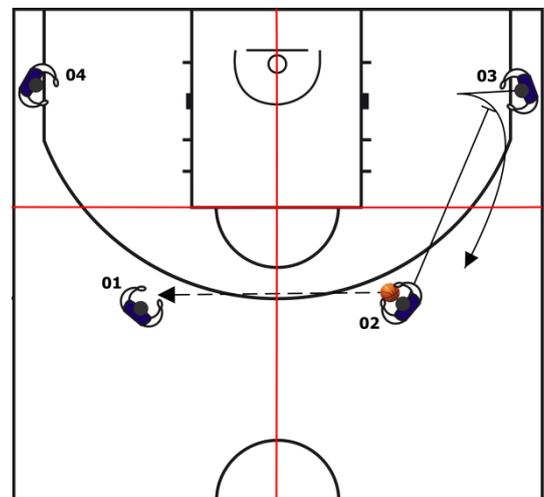
Diag. 21

DAI E CAMBIA CON BLOCCO VERTICALE (#22)

Come esercizio e regola di restrizione, eseguire cinque passaggi prima di poter concludere a canestro. Nella metà campo: prima 4 vs.0 poi 4 vs. 4.

Poi con soluzione libera.

Infine una transizione a tutto campo



Diag. 22

In ciascuna di queste esercitazioni l'allenatore deve curare:

- che i giocatori abbiano i piedi orientati a canestro,
- che tutti guardino la palla,
- che gli AA.II. del giocatore che riceve palla siano "carichi".





IL GIOCATORE INTERNO

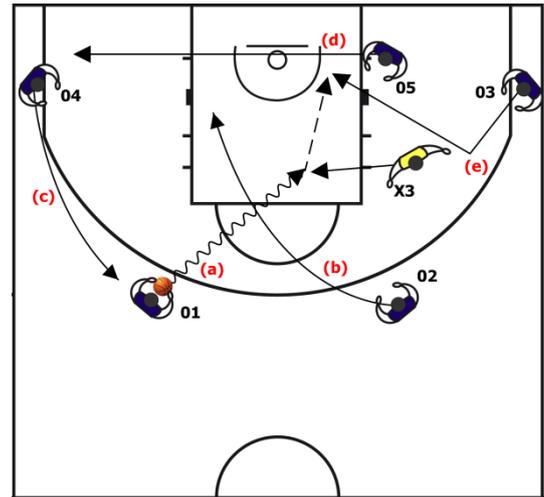
E' finalmente arrivato il momento di inserire il quinto giocatore (05) in post basso dalla parte opposta alla palla (in opposizione). Salvo casi specifici, questa posizione verrà occupata dal primo giocatore che arriva in attacco. È ovvio che questa nuova situazione di gioco ridurrà gli spazi liberi. E tale giocatore 05 si dovrà adattare più degli altri, in quanto ha una visione più ampia ed un maggior numero di informazioni circa lo sviluppo di una determinata azione di gioco.

PENETRA E SCARICA CON OPZIONE "BACK DOOR" (#23)

01 penetra, ed 02 taglia dietro di lui (vedi segmenti "a" e "b"). Mentre 04 rimpiazza ("c"), 03 può eseguire un taglio backdoor ("e") sul probabile aiuto di X3.

Il giocatore interno (05) libera il lato ("d"), e si porta in opposizione, pronto a ricevere sullo scarico.

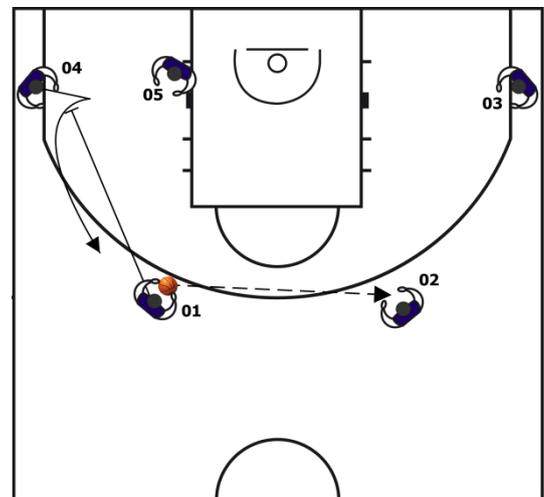
Ma resta inteso che egli riceverà solo nel caso in cui X5 vada a fermare 03 oppure l'avanzamento della palla fuori dallo "smile". Perché in tal caso X5 non avrà più il tempo di recuperare sul giocatore interno 05.



Diag. 23

BLOCCO VERTICALE (#24)

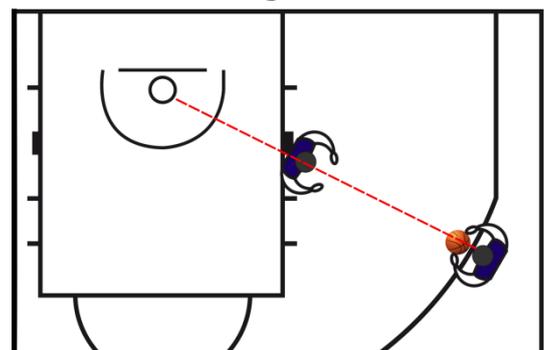
Di 01 per 04: 05 rimane in opposizione di palla, ed incomincia a muoversi verso la linea di fondo.



Diag. 24

ALLINEAMENTO (#25)

Con palla in ala (03), il giocatore interno 05 sul lato palla deve sempre rispettare l'allineamento palla – canestro, sulla medesima linea retta. Idem sul lato opposto.

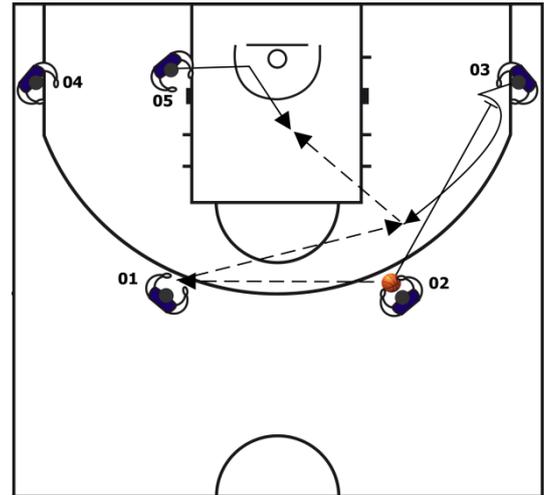


Diag. 25



BLOCCO VERTICALE (#26)

Quando la palla arriverà in mezzo (ad 03) 05 può prendere posizione dentro l'area e ricevere per una conclusione ravvicinata.



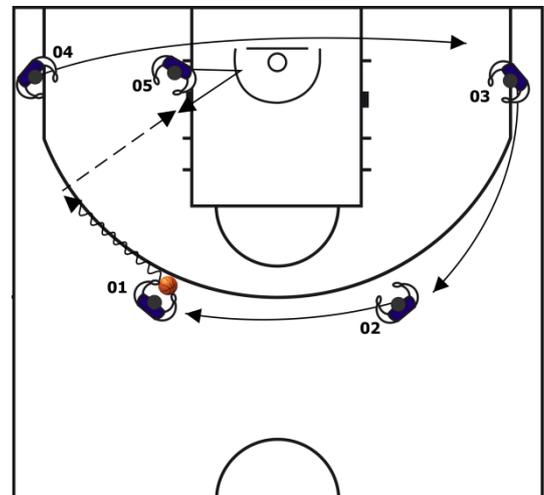
Diag. 26

PALLA IN POST BASSO (#27)

Ricevendo la palla, il post basso dovrà sempre cercare di giocare uno contro uno; se non è possibile una conclusione individuale, cercherà di rovesciare il gioco sulla guardia o sull'ala del lato opposto (ribaltamento).

Come regola generale, con palla in post basso tutti ruotano, nel nostro caso in senso orario. Ovvero colui che passa (04) si muove inducendo il compagno a tagliare sul fondo.

Questo è il movimento base che inizialmente è indipendente dal comportamento dei difensori. Idem sul lato opposto.

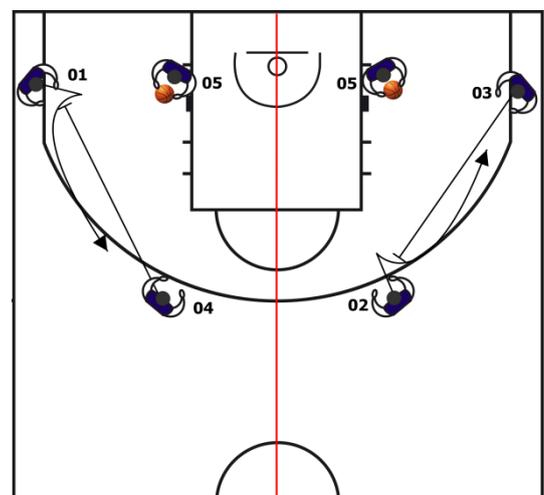


Diag. 27

PALLA IN POST BASSO (#28)

Ora si può aggiungere una regola: chi ha passato al giocatore interno (nella fattispecie 04 a sinistra ed 03 sul lato destro) porterà blocco (in alto o in basso) al compagno perimetrale vicino, il che dà origine ad un incrocio sul post.

Solo più avanti nel tempo si svilupperanno altri parametri di lettura dei comportamenti difensivi.



Diag. 28



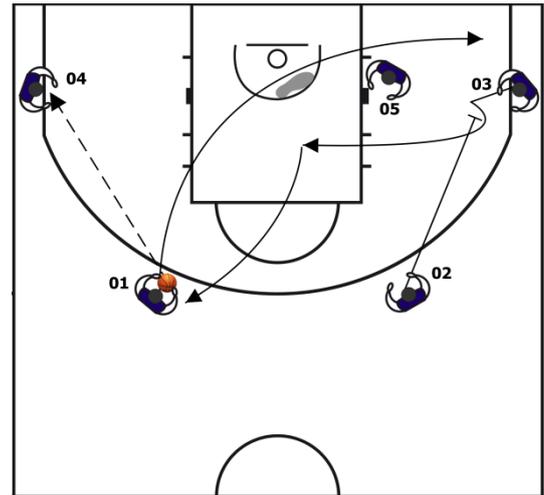
MOTION OFFENSE "SPREAD"

Ala fine sarà cura dell'allenatore di costruire progressivamente situazioni con:

- ala-interno.
- Guardia – ala – interno.
- Aggiungere un giocatore perimetrale sul lato debole.
- Giocare 3 vs. 3 in un quarto di campo.
- Aggiungere la transizione.
- 4 vs. 4.
- 5 vs. 5.

BLOCCO VERTICALE (#29)

Palla in angolo: dai e vai della guardia 01, con un piede dentro lo "smile", e dai e cambia sul lato opposto tra 02 ed 03.



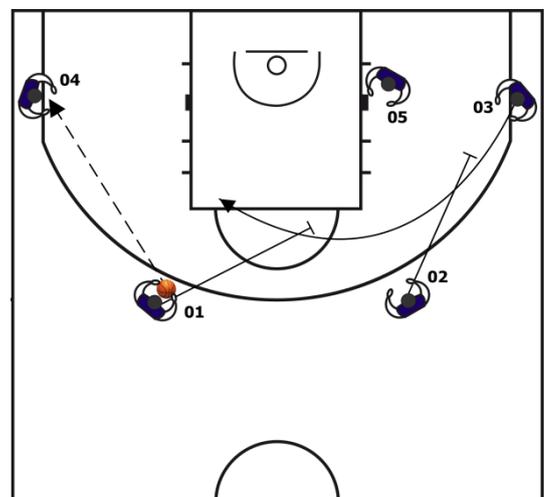
Diag. 29

Più avanti nel tempo si aggiunge una nuova regola di squadra:

PALLA IN ANGOLO (#30)

Quando la palla viene passata in angolo (o ala) si forma uno STAGGER in allontanamento dalla palla, composto dai successivi blocchi di 02 ed 01, costruiti per un taglio, un tiro od una penetrazione dell'ala opposta (03).

Ovviamente 02 ed 01, in fase di blocco, dovranno essere pronti a sfruttare un eventuale cambio difensivo per eseguire un taglio a canestro, e ricevere dal compagno 04.

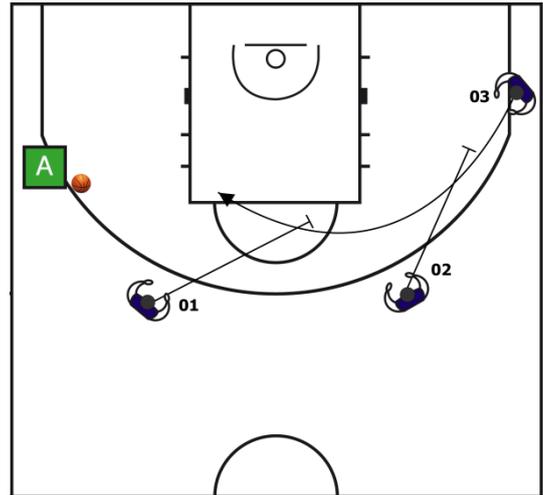


Diag. 30



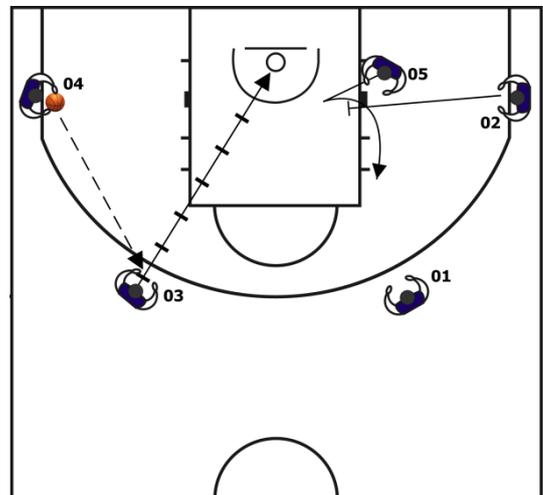
MOTION OFFENSE "SPREAD"

Per arrivare a questo si può iniziare a giocare 3 vs.0 e poi 3 vs.3 con appoggio in ala (C) vedi diagramma #31.



Diag. 31

PALLA ESCE DALL' ANGOLO (#32)
Avviene un interscambio con il giocatore interno 05, il cui posto viene occupato da 02.

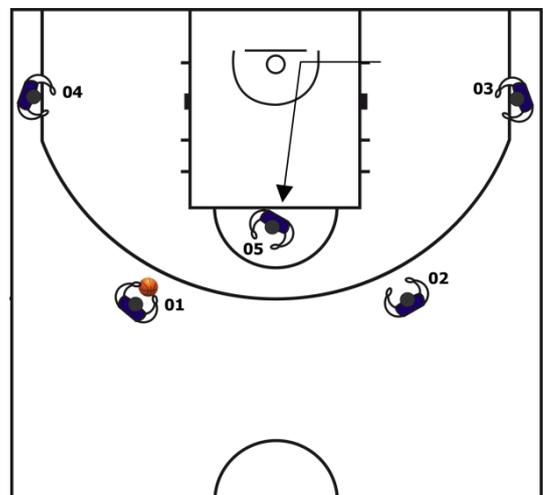


Diag. 32

Ora possiamo inserire una nuova regola.
L'interno 05 ha diritto di scambiare posizione quando riceve o porta un blocco per un compagno.

POST ALTO

Nel caso in cui la nostra squadra non disponga di un giocatore di alta statura, si preferisce giocare con un POST ALTO in lunetta (come nel diagramma #33) con funzioni di "playmaker avanzato".



Diag. 33

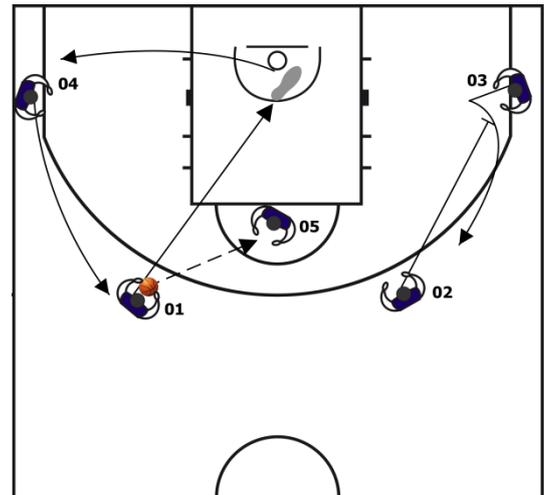


MOTION OFFENSE "SPREAD"

Tutte le regole rimangono identiche, salvo nelle seguenti situazioni di gioco:

PALLA IN POST ALTO = DAI E VAI (#34)

È d'obbligo che 01 metta almeno un piede dentro lo "smile". Contestualmente dai e cambia sull'altro lato del campo tra 02 ed 03.

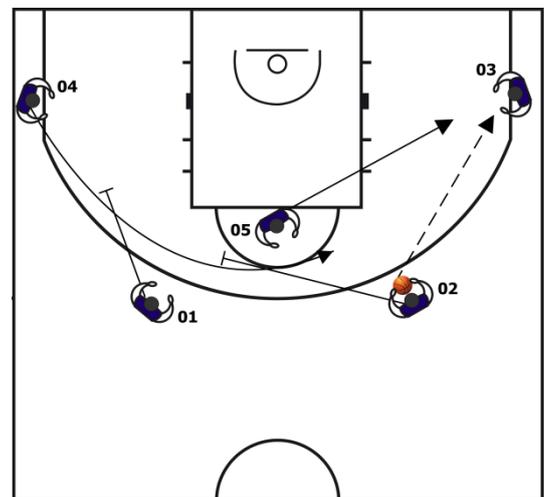


Diag. 34

PALLA IN ANGOLO (CON POST ALTO) (#35)

Resta in vigore la regola precedente: blocco "stagger" in opposizione, formato da 01 ed 02 per 04.

05 si allontana, preparandosi a giocare a due con il compagno 03 (P & R laterale).



Diag. 35

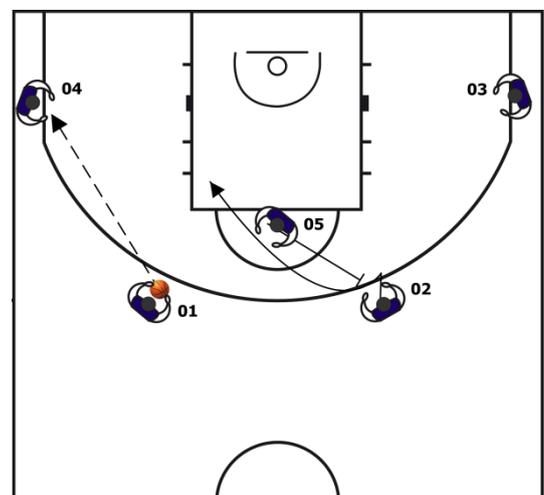
PICK & ROLL

La nostra regola è che la spalla del palleggiatore passi all'altezza dell'anca del compagno bloccante. Nel diagramma #35 si prevede una situazione di pick & roll tra 05 ed 03.

PALLA IN ANGOLO (#36)

Taglio "shuffle" della guardia del lato debole (02) sul blocco di 05, per ricevere e concludere a canestro.

Mentre 05 potrà tagliare dentro, oppure uscire per ricevere sul perimetro.

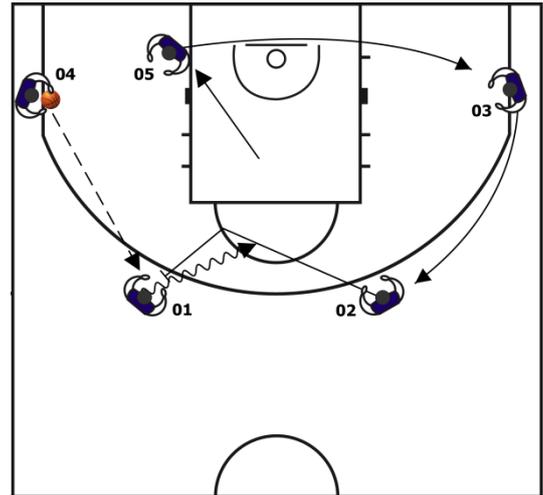


Diag. 36



MOTION OFFENSE "SPREAD"

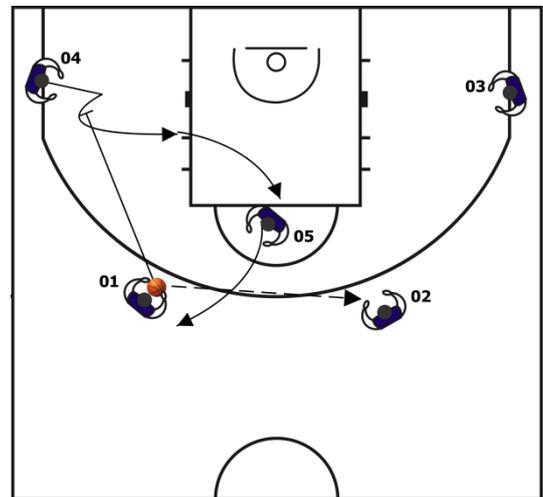
Nel caso in cui non sia stato possibile servire il taglio "shuffle" iniziale di 02, 04 ripassa la palla alla guardia 01 per consentire un gioco di "pick & roll" centrale tra 05 e 01. Nel frattempo 02 e 03 adeguano le loro posizioni sul campo, spostandosi sui "quadrati di pertinenza". (#37)



Diag. 37

BLOCCO VERTICALE

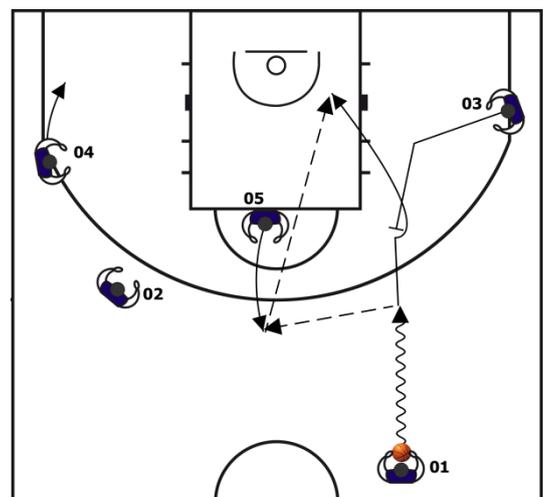
Sul passaggio guardia – guardia, 05 salta fuori in posizione di guardia, mentre 04 taglia a "riccio" sul blocco verticale portato da 01, se non ha una conclusione immediata di tiro, rimpiazzerà il post alto 05. (#38)



Diag. 38

BLOCCO "FLARE"

Dopo che 01 supera la linea di metà campo, il post alto 05 può salire in appoggio e ricevere (vedi diag. #39), mentre 03 piazza un blocco "flare" nei pressi del gomito dell'area per il compagno 01, che taglia e riceve.



Diag. 39



MOTION OFFENSE "SPREAD"

Come si evince, i giocatori potranno collaborare quanto meglio conosceranno le situazioni di gioco, le intenzioni ed i singoli comportamenti: ciò accadrà quando ciascun giocatore sarà in grado di acquisire anche la prospettiva d'azione dei quattro compagni.

Nelle fasi successive l'allenatore si occuperà anche di altri argomenti sin qui trascurati, quali:

- il rimbalzo offensivo,
- il bilanciamento,
- gli interscambi dei giocatori esterni ed interno,
- le triangolazioni;

allorquando la palla giunge in post, che metteranno ancor di più in evidenza la capacità intellettive e la creatività motoria individuali.



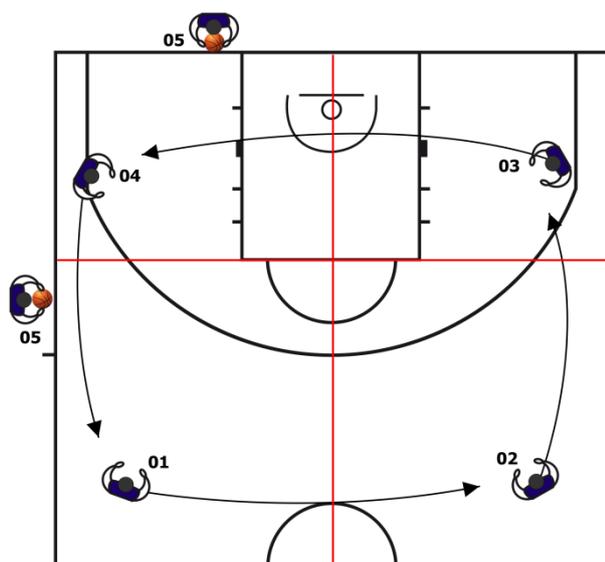


Rimesse in attacco: laterali e dal fondo

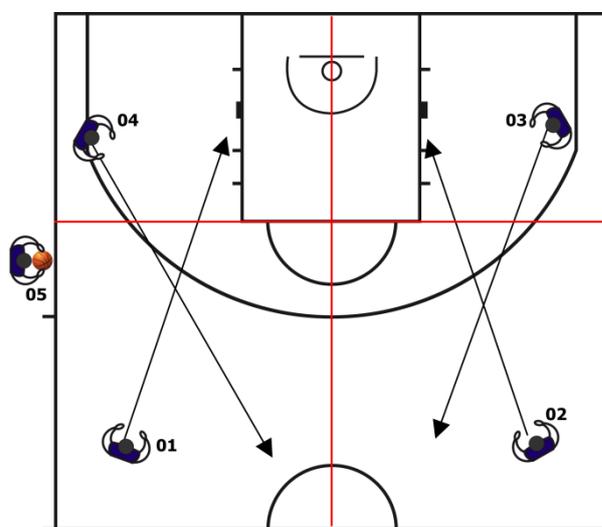
Seguendo lo stesso criterio dei "4 quadrati", i giocatori si schierano larghi scambiando o incrociando oppure ruotando, dopo aver stabilito un segnale di avvio (ad esempio, uno schiaffo sulla palla).

Precedenze e sequenza, come nei diagrammi #40, #41 e #42.

La regola generale è che – al segnale – partono per primi coloro che si allontaneranno dal canestro e/o dalla palla, e per ultimi i due giocatori che si avvicineranno ad essi; in particolare l'ultimo giocatore sarà proprio colui che andrà incontro alla palla per riceverla.



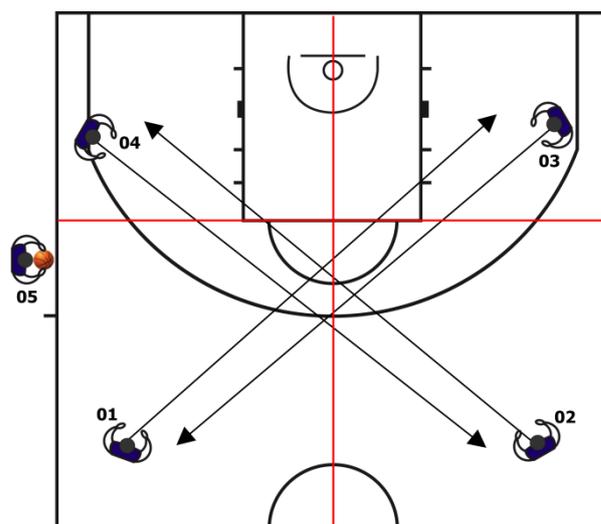
RUOTARE
Diag. 40



SCAMBIARSI
Diag. 41

Ad esempio: nel diagramma #42 secondo la regola esposta il giocatore 05 darà il segnale. Il primo taglio sarà di 01, seguito da 03 in avvicinamento alla palla. Il terzo taglio è di 04 che, allontanandosi sia dalla palla che dal canestro libererà l'ultimo taglio (in favore di palla) del giocatore 02.

Nel caso dei diagrammi #41 e #42 i movimenti si possono completare aggiungendo blocchi verticali e diagonali, seguendo gli stessi criteri, anche per le rimesse da fondo campo.



INCROCIARE
Diag. 42

Si suggerisce di giocare 4 vs.4 e successivamente 5 vs.5 dalla rimessa laterale o dal fondo, con transizione a tutto campo.

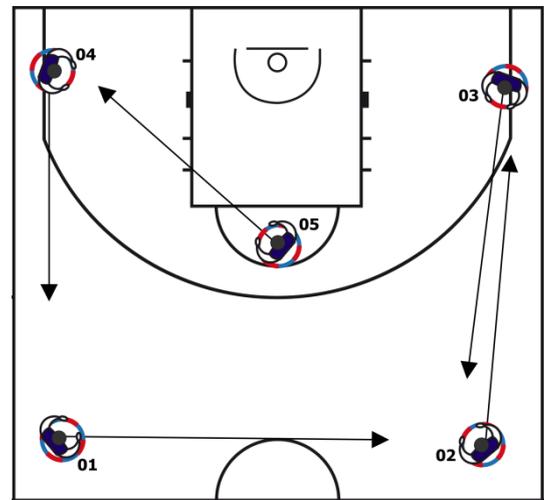


Giochi preparatori propedeutici

QUATTRO GIOCATORI SENZA PALLA NEGLI ANGOLI DI UNA META' CAMPO DENTRO I CERCHI.

Un "cacciatore" centrale cerca di occupare una qualsiasi posizione esterna, nel momento in cui i compagni stanno scambiando posizione.

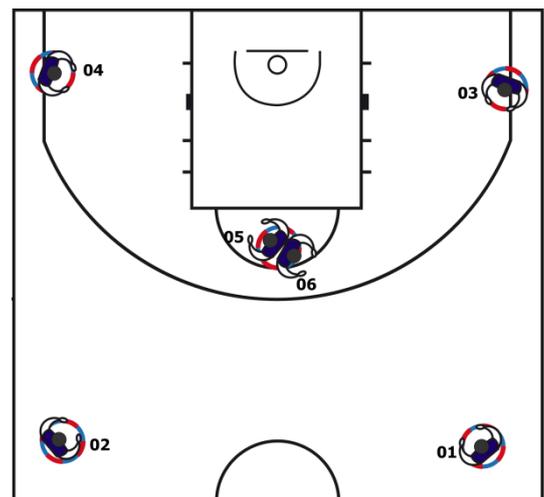
Prima al segnale del coach, dopo in forma libera, e sotto forma di gioco.



Diag. 43

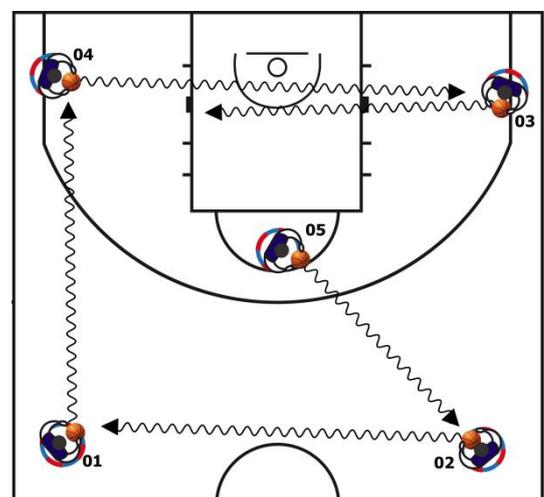
IDEM ... SENZA PALLA CON DUE GIOCATORI "CACCIATORI" IN LUNETTA.

Si può svolgere nelle due metà campo, impegnando in tal modo 12 giocatori contemporaneamente.



Diag. 44

POI IN PALLEGGIO: TUTTI E CINQUE I GIOCATORI CON PALLA, E CONTINUI CAMBI DI POSIZIONE.

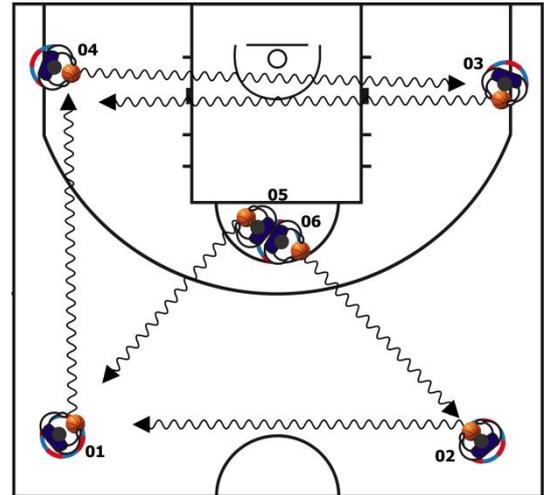


Diag. 45



MOTION OFFENSE "SPREAD"

IDEM ... TUTTI IN PALLEGGIO CON SEI GIOCATORI E SEI PALLONI.



Diag. 46

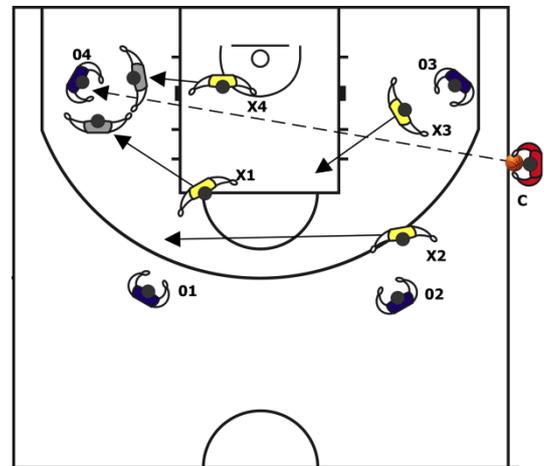
ESERCIZIO DI PASSAGGIO – RADDOPPIO.

Mentre la palla, passata dall'appoggio (C), sta raggiungendo 04, scatta il primo raddoppio (X1 e X4 su 04), mentre gli altri due difensori X2 e X3 si adeguano.

Solamente al secondo fischio 04 potrà passare ad un compagno.

Dopo il secondo segnale si concede all'attaccante con palla un solo palleggio.

Se un difensore tocca o intercetta la palla, si cambia da attacco a difesa.



Diag. 47



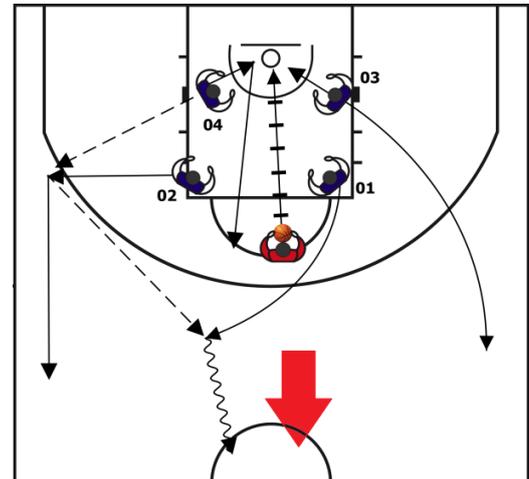


Transizioni a tutto campo: 4vs0

(PARTENDO DA RIMBALZO, O RIMESSA, O CORSA IN CERCHIO SOTTO IL CANESTRO).

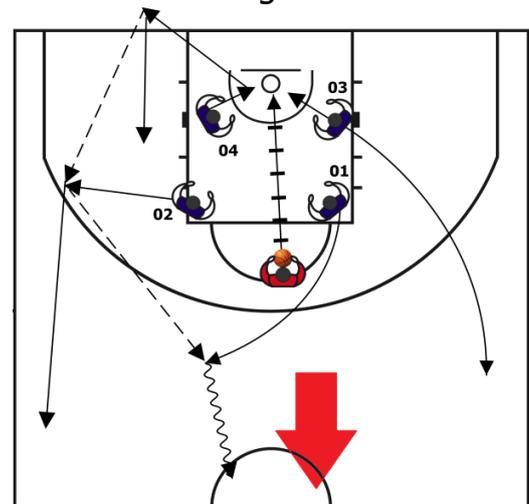
Per alcuni allenamenti è consigliabile aver un riferimento delle posizioni offensive ben visibile a terra (cerotti o cerchi o altro), sempre nella metà campo in cui avviene la transizione.

CONCLUSIONE NELL' ALTRA META' CAMPO: IN
ROTAZIONE
Vedi diagramma #9.



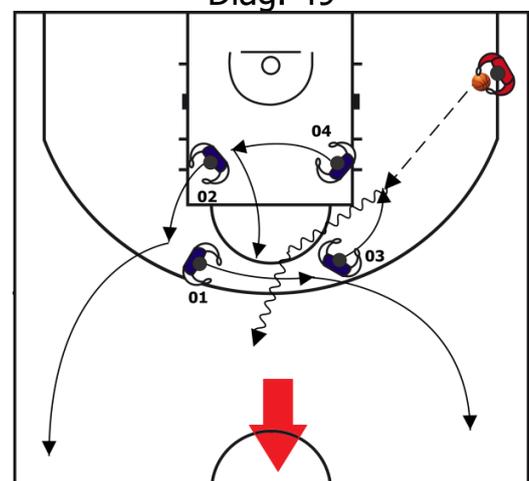
Diag. 48

CONCLUSIONE NELL' ALTRA META' CAMPO: IN
DAI E VAI
Vedi diagrammi #10 e #11.



Diag. 49

CONCLUSIONE: CON SCAMBIO DELLE
POSIZIONI
Vedi diagrammi #13, #14 e #15

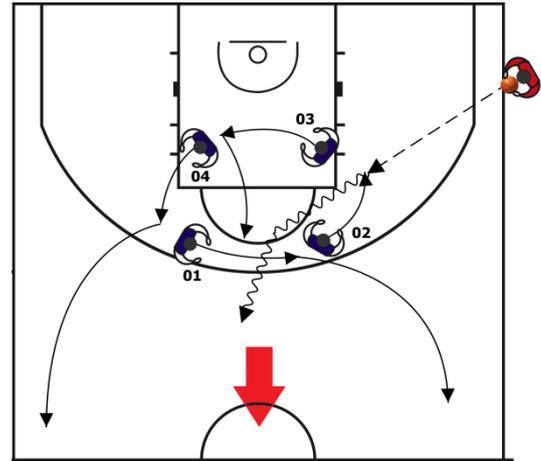


Diag. 50



MOTION OFFENSE "SPREAD"

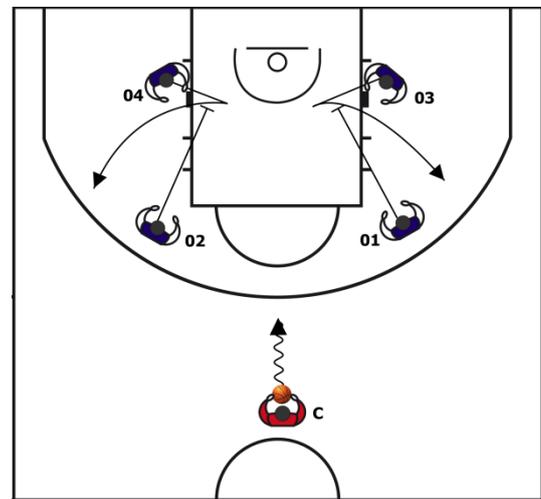
CONCLUSIONE CON: DAI E CAMBIA
Vedi diagrammi #19, #20 e #21 e #22
CONCLUSIONE CON PENETRA E SCARICA:
vedi diagrammi #17 e #18 di pagina 9 e 10.



Diag. 51

Poi alternare le differenti soluzioni in andata e ritorno a tutto campo iniziando con un giocatore di appoggio a centro campo (vedi diag. #51).

Nel diag. #51 il giocatore in appoggio (C) inizia il palleggio, mentre 01 e 02 bloccano in basso per liberare i compagni 03 od 04. Si prosegue il gioco 4 vs 0 nella metà campo, ad esempio con penetra e scarica. Poi con transizione. Infine 4 vs. 4.



Diag. 52

Infine: stessa procedura 5vs0 a tutto campo.

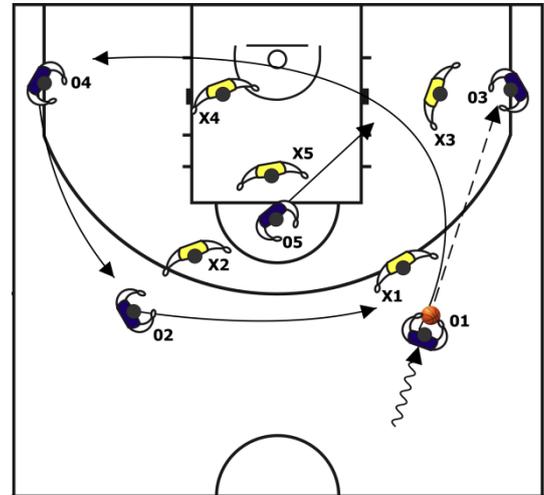
Poi 5 vs.5 a tutto campo, scegliendo la soluzione più opportuna, in relazione al comportamento della difesa. Per fare ciò, l'allenatore deve essere pronto a fermare brevemente il gioco, per rievocare l'accaduto in quella specifica azione.

Si suggeriscono periodici test di verifica e controllo, per il rispetto della continuità funzionale dei movimenti dei cinque giocatori in campo, anche introducendo regole di restrizione, che metteranno in evidenza le capacità cognitive o intellettive, oltre alla creatività motoria dei giocatori.



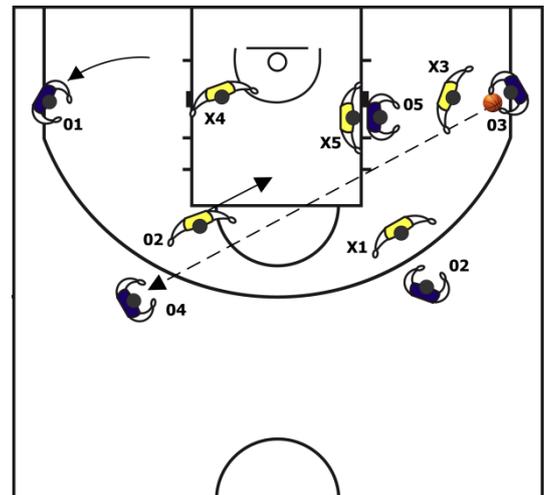
Lo "SPREAD" contro la zona

01 deve attaccare X1, "ingaggiandolo" con lo scopo di tenerlo vicino.
01 passa a 03 ed esegue un dai e vai .
05 scende a formare un triangolo con 03 ed 02 che ha rimpiazzato 01.
04 rimpiazza (diag. #53).



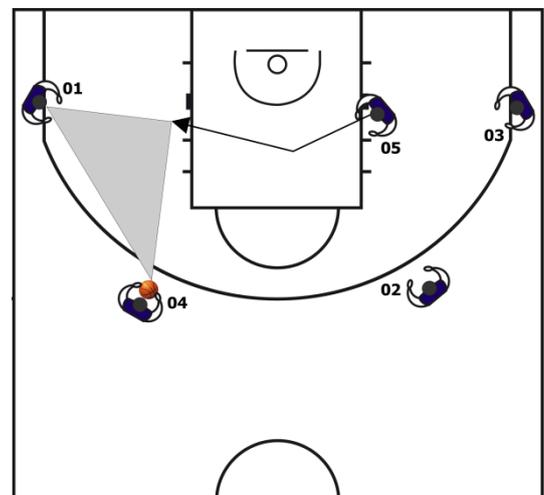
Diag. 53

03 cercherà un ribaltamento su 04 o su 01 in relazione al comportamento dei difensori X2 e X4 (diag. #54).



Diag. 54

05 taglia verso la palla, e riforma un triangolo con 01 e 04 (diag. #55).
Se il passaggio di "apertura" avviene al post alto 05, i concetti e i movimenti saranno gli stessi.



Diag. 55



CONCLUSIONI

Il motion offense allena l'attitudine di attivarsi in anticipo per usare le informazioni utili ricevute. In particolare:

- 1) comprendere i rispettivi compiti ed obiettivi.
- 2) Migliorare l'esecuzione tecnica e l'abilità per passare dai concetti teorici ai comportamenti più appropriati.
- 3) Allenare la ricerca di rievocazione delle singole azioni (feed back)
- 4) Sviluppare fiducia nelle proprie capacità' (autostima).
- 5) Verificare il clima didattico e motivazionale durante allenamenti e gare.

"PERCHÉ SCEGLIERE IL MOTION OFFENSE"

Si tratta di un gioco assolutamente libero che esige il rispetto di pochissime regole, e pertanto lascia l'iniziativa ai giocatori in campo, sui quali l'allenatore interverrà sostenendo criteri di lettura, scelta e condotta.

Inoltre offre molte opportunità per ogni singola posizione sul campo, proprio in virtù del fatto che si gioca partendo da posizioni larghe nella metà campo d'attacco, che potranno essere sempre diverse e che sono assolutamente intercambiabili.

È un sistema molto adatto per le categorie giovanili che iniziano a lavorare con i blocchi e sulle loro letture, ovvero squadre di categoria Under 15 e Under 16.

Per categorie inferiori escluderemo le soluzioni che prevedono il blocco "stagger" ed il "pick & roll", salvo inserirle a tempo debito.

Inoltre – per un coach – avere la metà campo divisa in quattro spazi, come mostrato nel diagramma #1, aiuterà ad orientare su qualsiasi concetto di tempo e di spazio anche per la difesa (lato forte e lato dell'aiuto, sopra e sotto la linea di tiro libero).

"NON IMPORTA CIO' CHE FAI, MA COME LO FAI!"

Buon lavoro a tutti
Bruno Boero