

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 44 (1987)

Heft: 4

Artikel: Metodo di apprendimento della tattica individuale e collettiva nella pallacanestro [terza parte]

Autor: Monnier, Maurice / Hefti, Georges

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1000057>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 30.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Metodo di apprendimento della tattica individuale e collettiva nella pallacanestro

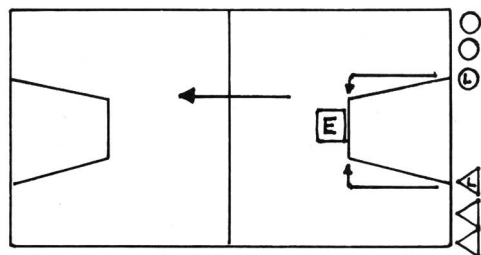
III parte

di Maurice Monnier, con la collaborazione di Georges Hefti

Traduzione di Dario Bernasconi

Esercizio 24

Tema: 3:3



Esecuzione:

2 squadre di 3 giocatori già costituite; ognuna di essa designa un leader che cerca d'impossessarsi del pallone tenuto dal monitor. Questi dà il segnale, ai due leader, di entrare sul terreno e fa rotolare il pallone sul pavimento in una direzione oppure fa un tiro sbagliato, o lascia la palla, ecc. Il più veloce dei leader prende la palla, la sua squadra entra immediatamente sul terreno e attacca il canestro opposto contro la squadra dell'altro leader.

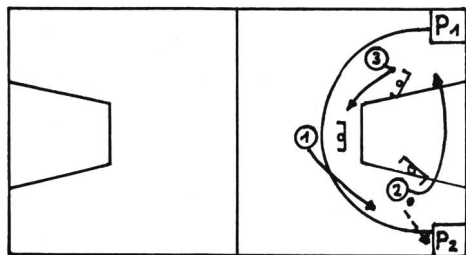
Se la difesa interviene o si produce un errore degli attaccanti, i ruoli si invertono

Accenti dell'insegnamento:

- utilizzazione degli spazi liberi
- incroci delle ali (sotto canestro)
- riequilibrio del gioco: palla al centro; palleggio ammesso:
 - per concludere un'azione allorché c'è nessun difensore tra attaccante e canestro
 - per organizzare l'attacco in attesa dell'appoggio: sul lato o dietro.

Esercizio 25

Tema: 3:3 con 2 passatori laterali



Esecuzione:

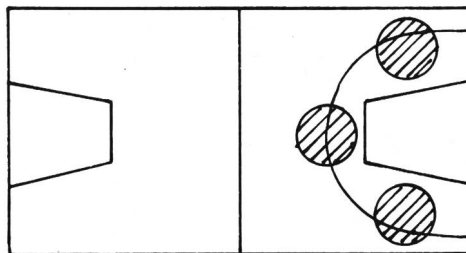
①, ② e ③ si passano la palla o la passano a P1 o a P2 per liberarsi dai difensori e realizzare un canestro

Cambiamento dei ruoli:

se i difensori intercettano la palla o la recuperano dopo un tiro sbagliato degli attaccanti, i ruoli si invertono ma restano gli stessi passatori. Questi vanno cambiati di tanto in tanto

Accenti dell'insegnamento:

- perfezionamento tattico: passare - smarcarsi - occupare di nuovo i 3 posti base
- giocare in funzione dell'equilibrio offensivo, della palla, dei compagni e degli avversari
- scoprire i vantaggi degli incroci fra giocatori, del piazzamento per mettere in scacco il difensore (blocco), di passare e andare dalla parte opposta al passaggio

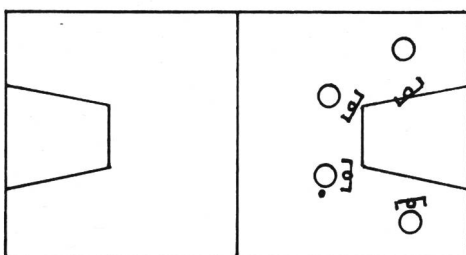


Osservazioni:

- palleggio ammesso: vedi l'esercizio 24
- possibilità di tirare dal posto assegnato a una distanza da 3 a 5 m
- utilità della linea dei tre punti per limitare la zona di gioco.

Esercizio 26

Tema: 4:4



Esecuzione:

①, ②, ③, ④ si passano la palla e cercano di realizzare un canestro nonostante la difesa di A, B, C e D

Segni convenzionali

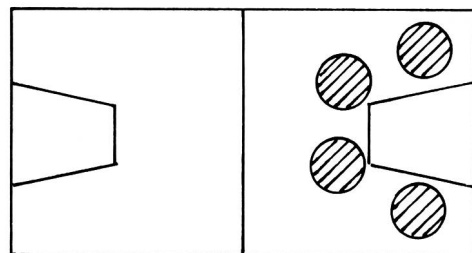
- = attaccante
- = attaccante con la palla
- ⊠ = difensore
- = spostamento di un giocatore
- ↘ = spostamento con cambio direzione
- | = arresto con blocco
- - → = passaggio
- ~ → = palleggio
- = tiro da lontano
- (curved) = tiro in corsa (vicino a canestro)
- ↗ = rimbalzo
- = passatore (fisso)

Cambiamento dei ruoli:

se gli attaccanti realizzano, mantengono il possesso della palla (vedi l'esercizio 25)

Accenti all'insegnamento:

- perfezionamento delle nozioni tattiche viste precedentemente
- far posto all'iniziativa e alla creatività dei giocatori, rispettando le regole e lo spirito del gioco
- occupare le 4 zone di base



Sotto forma di gioco:

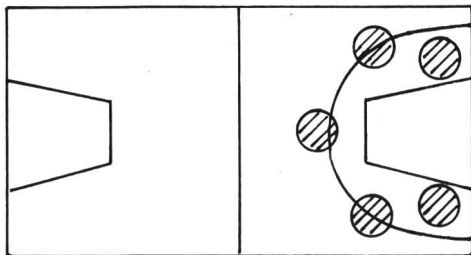
- si può giocare un incontro ai 20 punti o a tempo
- i giocatori devono imparare a riconoscere i falli personali e ad annunciarli: questo modo di fare dovrebbe essere applicato anche nei giochi 2:2 e 3:3
- non si tirano tiri liberi: la squadra penalizzata conserva la palla.

Organizzazione offensiva: (piazzamento 1-2-2)

- cinque posizioni di base da occupare e rioccupare

Esercizio 27

Tema: 5:0

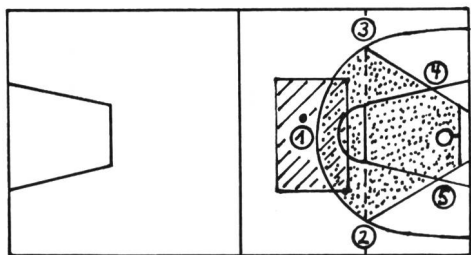


- localizzazione facile delle posizioni con l'aiuto delle linee del terreno (utilizzazione della linea dei tre punti)

Vantaggi:

- sistema universale: nessuna specializzazione dei giocatori
- ogni giocatore riceve e passa la palla
- a turno, ogni giocatore si trova nella situazione di poter tirare
- il gioco è rapido, vario e la sua realizzazione tecnica relativamente facile
- le soluzioni tattiche sono:
 - scoperte dai giocatori stessi
 - suggerite dall'allenatore
 - allenare sistematicamente
- I giocatori devono:
 - assumere il loro ruolo
 - guardar giocare i loro compagni di squadra
 - tener conto della difesa
 - adempiere alle azioni tattiche
- I contatti, vista la migliore occupazione del terreno, sono poco numerosi.

Organizzazione e realizzazione del sistema 1-2-2



 Zona d'organizzazione d'attacco 1-2-2

 Zona dei tagli a canestro

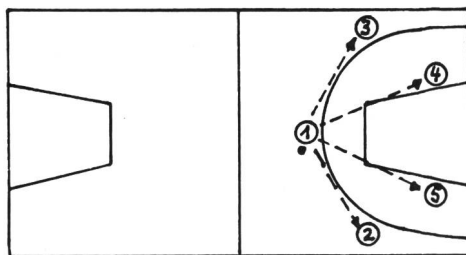
Principi:

1. *Passare*: 4 possibilità di passaggio
2. *Muoversi*: andare verso canestro per ricevere e tirare
3. *Continuare*: una posizione si libera, poi un'altra: ciò richiede la rioccupazione delle posizioni.

Esecuzione:

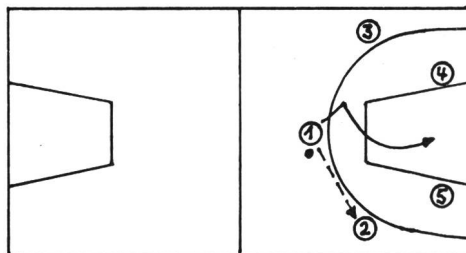
- lo schema inizia, il più delle volte, quando la palla arriva nella zona d'organizzazione

1. Passare



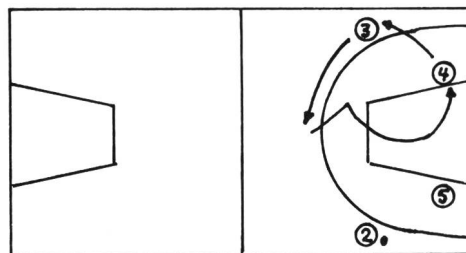
4 possibilità.

2. Taglio



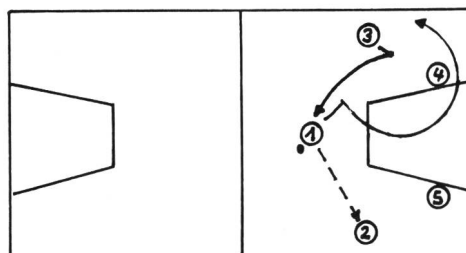
Taglio verso canestro: la posizione di 1 si libera.

3. Continuare

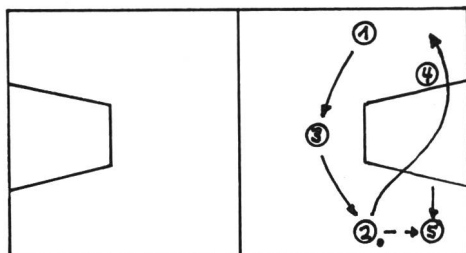


Rioccupare tutte le posizioni.

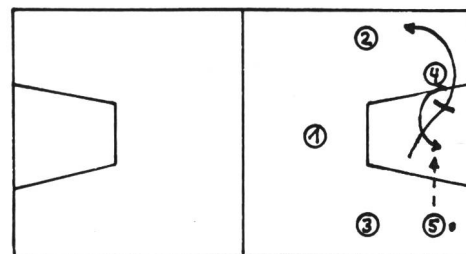
Qualche soluzione:



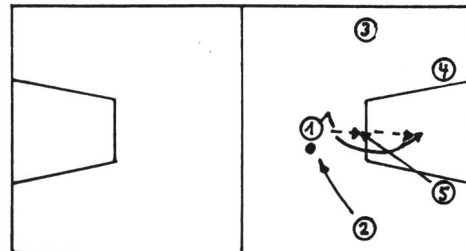
Passare e tagliare nell'imbuto centrale e poi girare dietro il post (4).



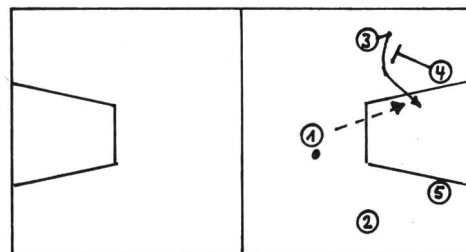
Tagliare dall'ala.



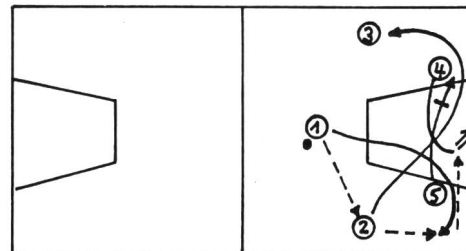
Incrociare sotto canestro.



Venire in post per ricevere e passare al giocatore che ha girato attorno.



Taglio dell'ala dopo aver fatto un incrocio con il giocatore interno.



Andare in angolo ①, ricevere e passare dopo un secondo incrocio sottocanestro.

- il giocatore in zona d'organizzazione è autorizzato a palleggiare fintanto che i suoi compagni si piazzano
- ogni volta che lo schema si squilibra (giocatori mal piazzati, troppo vicini gli uni agli altri, ecc.) la palla deve tornare, in zona d'organizzazione, a un giocatore che diventa N. 1 e che, in caso di necessità, dà agli altri l'ordine: «a posto!».

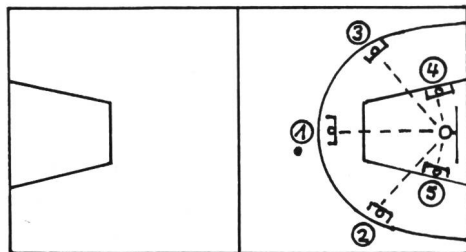
Piazzamento dei difensori

1. fase: priorità all'attacco → difesa passiva:
 - i difensori si mettono a 1 m dall'attaccante designato

- hanno l'attaccante in faccia e la schiena al canestro: sono quindi sull'asse attaccante-canestro
- cercano di mantenere questo piazzamento durante tutto lo svolgimento dell'attacco

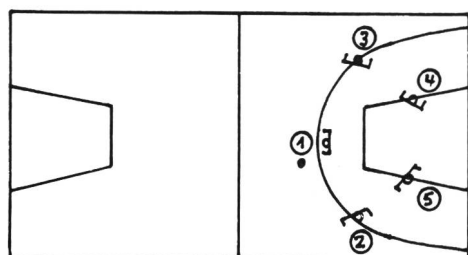
Esercizio 28

Tema: 5:5 sotto canestro

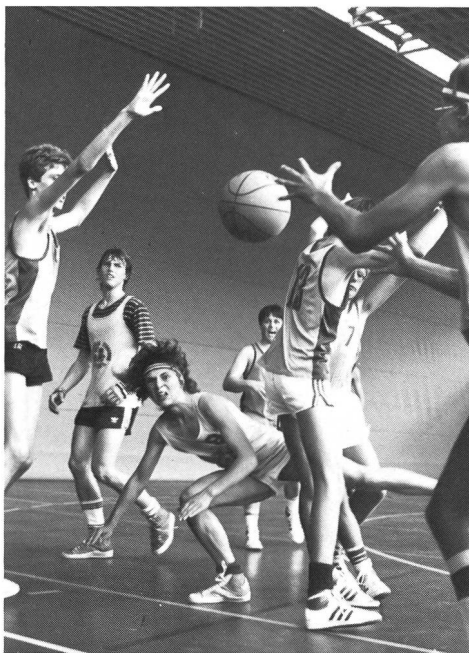


Osservazioni:

- con giocatori principianti o relativamente deboli offensivamente, è auspicabile chiedere ai difensori di mettere le mani dietro la schiena. La loro difesa consisterà nel mantenere la posizione «attaccante-difensore-canestro» seguendo il movimento offensivo degli attaccanti
 - se necessario, è possibile lavorare sugli spostamenti offensivi in successione senza palla, immaginando le differenti soluzioni (questo lavoro dà eccellenti risultati con giocatori giovani)
2. fase: aumento progressivo del contrasto:
- i difensori, dovendo mantenere la posizione «attaccante-difensore-canestro», possono utilizzare le braccia e le mani per infastidire gli attaccanti
 - i difensori sugli attaccanti senza palla possono anticipare-mettersi sulla linea di passaggio - lasciare la posizione «attaccante-difensore-canestro»
 - per gli attaccanti ciò significa che i movimenti di smarcamento senza palla devono intensificarsi (vedi es. 5). L'attacco si arricchirà tagliando più volte dove ci sono spazi liberi
 - più si eleva la qualità del gioco, più è auspicabile l'introduzione dei principi di difesa più «sostanziosi» (aiuto, recupero, saltare in avanti, raddoppi, ecc.)



- la famosa dialettica tattica deve svilupparsi progressivamente: opposizione rinforzata = obbligo di trovare nuove soluzioni d'attacco e necessità di migliorare il bagaglio tecnico dei giocatori.



Esercizio 29

Tema: 5:5 su tutto il campo

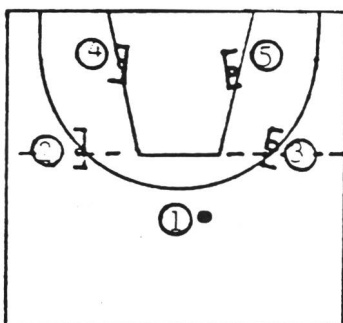
Offensivamente, il gioco della pallacanestro si sviluppa in 3 fasi:

1. Il contropiede, ossia un passaggio rapido della difesa all'attacco, per tirare senza contrasti difensivi. Questa prima fase può anche corrispondere al «portare» la palla in zona di organizzazione
2. Il gioco di transizione che corrisponde a un'azione offensiva rapida e breve si conclude con un tiro facile davanti a una difesa male organizzata
3. Gioco organizzato.

Al livello trattato, il gioco di transizione dovrebbe essere accantonato. Il contropiede dev'essere sviluppato al massimo con i giocatori giovani. Il gioco organizzato è la fase più difficile da realizzare.

Esercizio 30

Tema: 4:4 con un passatore di palla



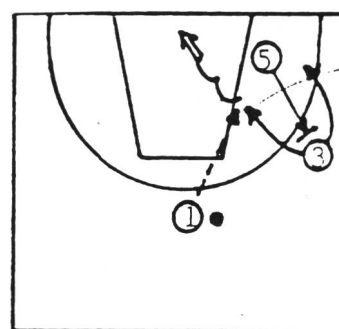
Esecuzione:

- ① - passatore senza avversario - organizza e distribuisce il gioco degli attaccanti che esercitano le situazioni offensive per coppie piazzate in posizione di pivot o di ali

Accenti dell'insegnamento:

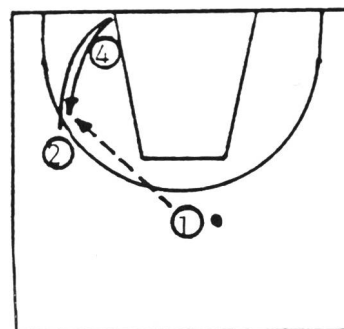
- allenamento dei principi offensivi a coppie:
 - pivot-ala a destra e a sinistra
 - pivot-pivot sotto canestro

1. Blocco del giocatore interno (pivot) sul difensore del giocatore esterno (ala) che taglia a canestro davanti o dietro il blocco per ricevere la palla da ①.

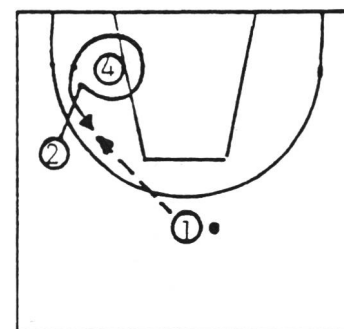


2. Utilizzazione dei pivot da parte delle ali per liberarsi dalla difesa individuale

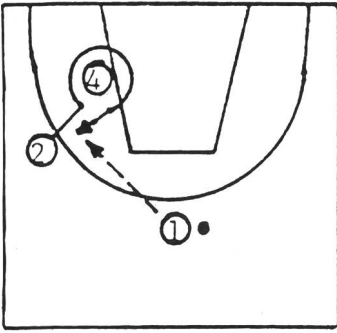
- 2.1. Andare dietro il pivot e uscire



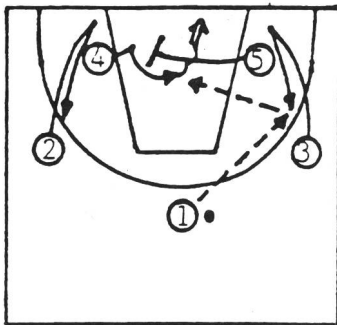
- 2.2. Girare attorno al pivot dall'interno



2.3. Idem all'esterno

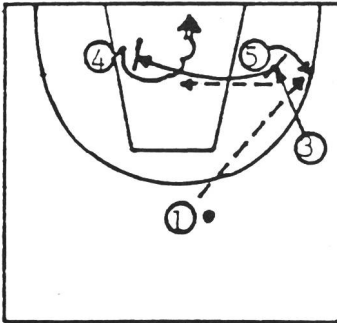


3. Blocco fra pivot sotto canestro e passaggio dall'ala

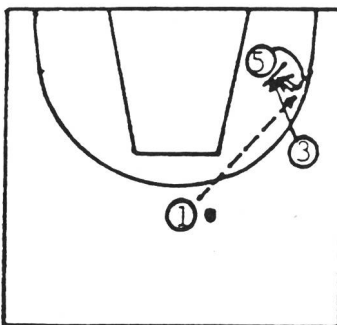


4. Blocco dell'ala per il pivot che esce

4.1. Tiro del 5 dietro il blocco



4.2. ③ va per un blocco per ④ sotto canestro che riceve la palla da ⑤

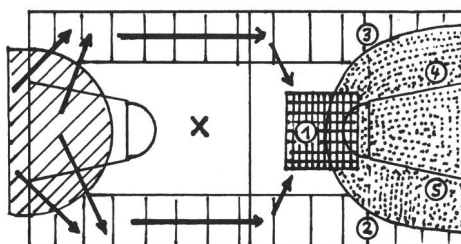


Progressione:

- una squadra gioca in attacco per un tempo determinato (3-5 minuti). La pressione della difesa deve essere sempre più forte
- forme di gioco: alternanza attacco-difesa (vedi es. 26)
- integrazione dei principi per coppie nei giochi 5:5 sotto canestro
- gioco su tutto il campo.

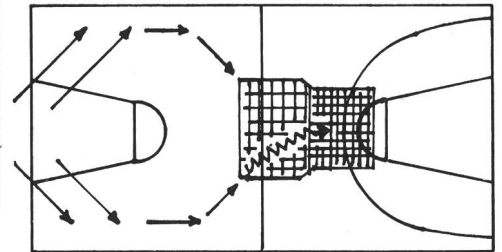
Espressione schematica del gioco su tutto il terreno

- Zona di recupero della palla (canestro subito, rimbalzo difensivo, intercettamento, errori degli attaccanti)
- Zona di aperture, dove la palla viene portata in avanti
- Zona di organizzazione dell'attacco 1-2-2
- Zona di realizzazione dell'attacco 1-2-2
- X** Zona centrale

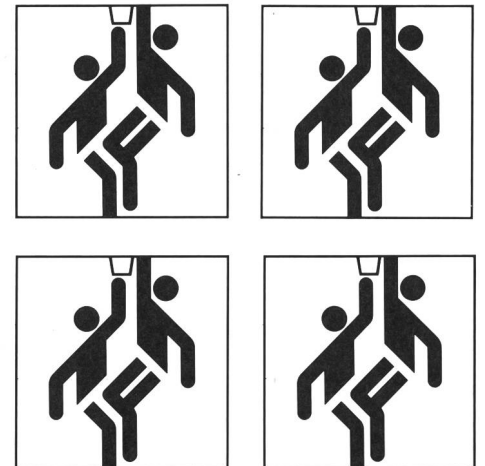


Osservazioni:

- evidente che queste zone sono teoriche. A seconda dei casi, è possibile un loro spostamento in varie direzioni o in tutte le direzioni
- esiste comunque una leggera contraddizione fra la progressione degli esercizi che vanno da un canestro all'altro e che fanno passare i palloni attraverso la zona centrale X, zona a forte concentrazione di giocatori, al momento del passaggio dalla zona di difesa a quella d'attacco
- nell'evoluzione delle acquisizioni tattiche, si potrà far reintrodurre la palla al centro, prima linea di metà campo e, di conseguenza, restringere la zona d'organizzazione. Il giocatore N. 1 avrà la possibilità di aumentare i palleggi d'organizzazione.



Restringimento della zona d'organizzazione dell'attacco 1-2-2. (Fine) □



Lenk
- das ganze Jahr!

Kurs- und Sportzentrum Lenk (KUSPO)

Modernste Unterkunfts-, Verpflegungs- und Schulungsräume. Sportanlagen mit Mehrzweckhalle. Für Vereine, Schulen, Klubs und Gesellschaften.
450 Betten (3 Chalets).

Informieren Sie sich **heute**, damit Sie schon **morgen** planen können.

Kurs- und Sportzentrum
CH-3775 Lenk Tel. 030/3 28 23