
Sistemi d'attacco con doppie uscite

Gli attacchi con disposizione iniziale doppia uscita sono di uso sempre più frequente. Sono utilizzati al pari di altri sistemi d'attacco che si usano al giorno d'oggi come **stagger**, **pick and roll**, **flex**, **1-4** ecc ma possono anche contenere al loro interno parte di questi sistemi offensivi.

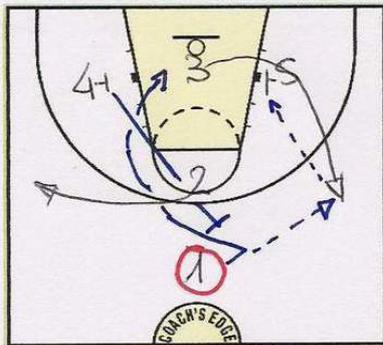
E' vero che tutti li usano, ma probabilmente anche perché effettivamente funzionano. Risultano altresì spesso imprevedibili per cui tengono le difese sempre sotto stress anche nel dover continuamente riconoscere le soluzioni possibili. Sono molto utili quando vogliamo far ricevere la palla ad un determinato giocatore in tempi rapidissimi e con discreta facilità. Mettere la palla nelle mani del nostro miglior attaccante non è mai cosa semplice

Possiamo disegnare all'interno degli attacchi con le doppie uscite **soluzioni per tutti i ruoli**. Sono alcuni anni che le uso, ma modifico tali attacchi a seconda dei giocatori che ho a disposizione. Una delle prime volte che le ho usate è stato per sfruttare la grande duttilità offensiva di **Pippo Frascolla** e la sua intelligenza cestistica. Si creavano soluzioni offensive sempre con vantaggi per noi. In seguito ho utilizzato tali giochi per tanti altri giocatori e giocatrici e nelle soluzioni successive venivano avvantaggiati anche gli altri giocatori che sfruttavano la grande pressione difensiva rivolta ai grandi attaccanti destinatari delle prime soluzioni. Insomma potete divertirvi a creare soluzioni offensive anche secondarie per tutti i tipi di giocatori.

Suggerirei di utilizzare questi sistemi d'attacco **non prima della categoria under 17**, in quanto il loro uso determina una finalità un po' tattica. Ma mi sembrano proprio adattissimi invece per introdurre cenni del discorso tattico a gruppi di fascia alta giovanile per continuare ad affinare le capacità tecniche specifiche dei giovani in formazione, migliorando e stimolando i giocatori nell'individuazione delle letture che di volta in volta si presentano.

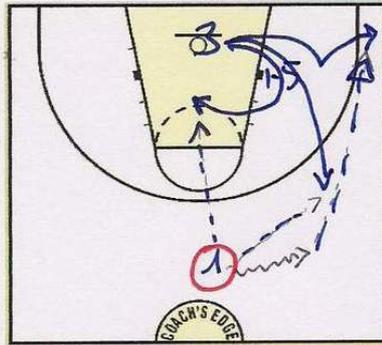
Le **doppie uscite** possono essere utilizzate non solo contro difese individuali ma anche contro zone, soprattutto quelle miste. La costruzione delle doppie uscite a 3 vs 0, o a 4 vs 0, e poi con difesa, sono utilizzabili anche nella prima e nella seconda fase di riscaldamento dell'allenamento

Lavorare sui dettagli e sullo spezzettamento di tali giochi ci dà la possibilità di migliorare individualmente i giocatori, ed esercizi sulle collaborazioni offensive con uscita dai blocchi sono utilissimi per abituare i nostri giovani alle letture, alle spaziature e al timing dei passaggi. **Un esempio** di tale tipologia d'attacco può essere quello descritto di seguito sui diagrammi allegati. Le continuità sono modificabili in tanti modi e da adattare alle esigenze dei raggiungimenti degli obiettivi all'interno di situazioni tattiche specifiche e funzionali ad essi.

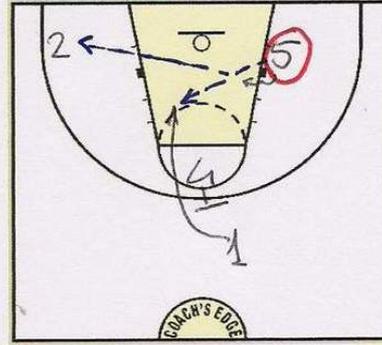


SOLUZIONE CON PASSAGGIO AL PIVOT

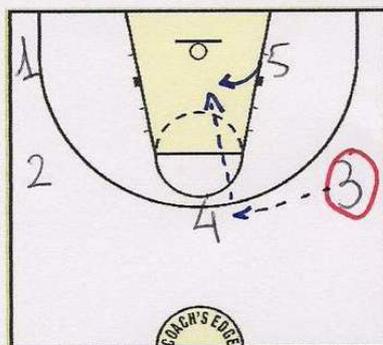
1 passa a 3 e riceve blocco cieco da 4



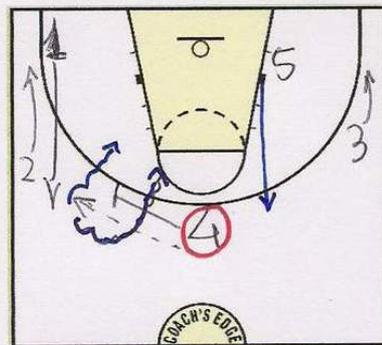
Soluzioni di tiro di 3 : dietro al blocco, in allontanamento, a ricciolo



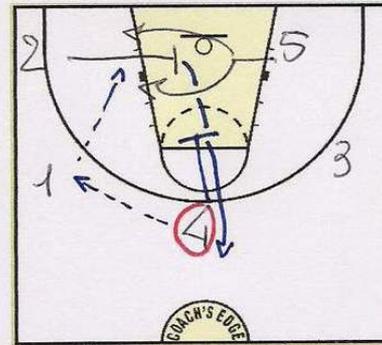
Soluzioni con palla in post basso. 1c1 spalle a canestro di 5, passaggio in back door a 1 che riceve blocco cieco di 4



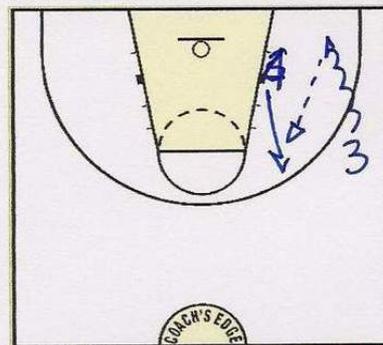
Soluzioni alto-basso: Passaggio di 3 a 4 e isolamento centrale del pivot 5 che si apre verso la palla tagliando fuori il suo difensore



Continuità : passaggio a 4 e ribaltamento con pick and roll

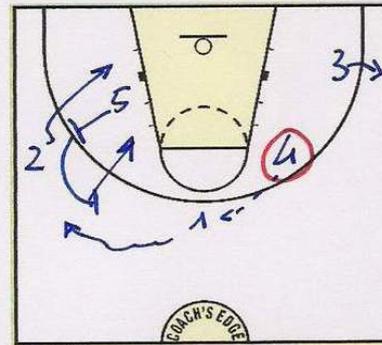


Oppure sul lato opposto: blocco della guardia per 5 e bloccare verticalmente il bloccante

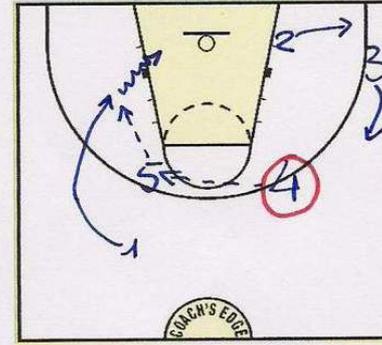


SOLUZIONE DOPO L'1C1 DELL'ALA

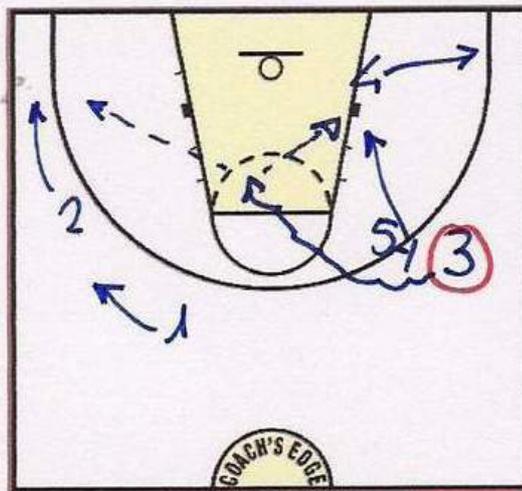
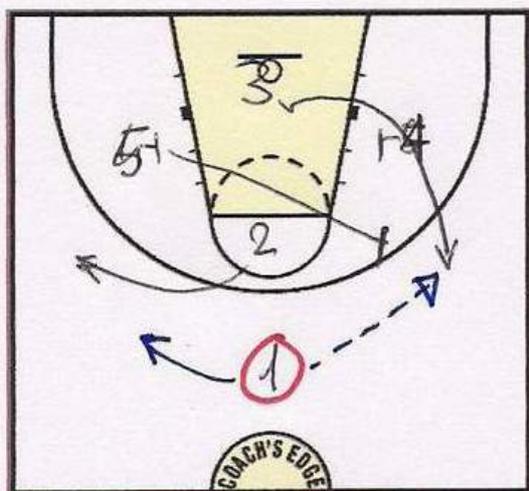
Il pivot del lato forte si spazia e riceve



Passaggio al playmaker che riceve un blocco da 5 dopo che lo stesso 5 ha bloccato per la guardia. Il difensore di 1 rimarrà decisamente nel blocco di 5. Lavorare sul timing del blocco

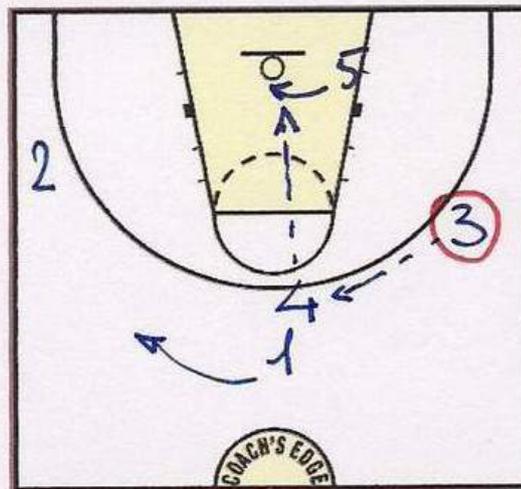
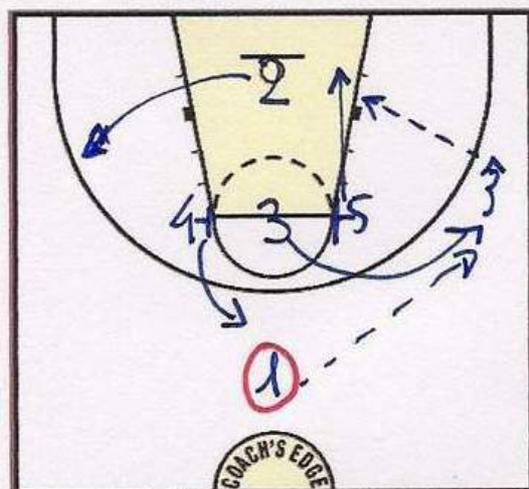


Variante: passaggio al post e back door del play maker



SOLUZIONE RAPIDA CON PICK AND ROLL PER L'ALA
 Soluzione adatta quando mancano pochi secondi alla fine dell'azione, o per sfruttare un netto vantaggio

Pick and roll 3-5



SOLUZIONE CON DOPPIA USCITA ALTA
 Sfruttare l'isolamento del 5

Oppure alto basso