

by **Claudio Papini**

La transizione dall' **attacco** alla **difesa** e viceversa



The Transition from **Offense** to **Defence** and Vice Versa

UNO DEI MIGLIORI INSEGNANTI DEI FONDAMENTALI NEL BASKET ITALIANO. NEI SUOI 18 ANNI A RIMINI HA FORMATO DECINE DI GIOCATORI CHE HANNO POI GIOCATO A TUTTI I LIVELLI E NUMEROSI DI LORO IN NAZIONALE.

Il contropiede è uno degli aspetti più eccitanti dello sport e soprattutto del basket, dove il possesso di palla, dalla difesa all'attacco e viceversa. Cambia frequentemente e rapidamente.

I giocatori devono essere in grado di adattarsi a diverse situazioni:

- * **Non ho il possesso di palla, devo difendere**
- * **Ho il possesso di palla, devo attaccare**
- * **Sono in attacco. Perdo il possesso di palla, devo difendere**

Questo continuo cambiamento del gioco, dall'attacco alla difesa e dalla difesa all'attacco, sono transizioni mentali o cambiamenti di mentalità, basati sul possesso o meno di palla.

Per giocare in contropiede, i giocatori devono essere in perfetta forma fisica, ma devono anche essere pronti mentalmente a questi cambi di mentalità.

Il contropiede inizia dalla transizione dalla difesa all'attacco, in base alle seguenti situazioni:

- * **Rimbalzo difensivo dopo un tiro sbagliato**
- * **Violazione dei 24 secondi**
- * **Passaggio rubato**
- * **Pallone rubato al chi ha la palla**
- * **Passaggio rubato su rimessa**

Per creare e terminare il contropiede, preferisco il contropiede primario.

Una volta che abbiamo la palla, i giocatori devono andare alla massima velocità verso il canestro offensivo e seguendo la via più breve prima che la difesa possa recuperare e disporsi.

Io penso personalmente che il contropiede secondario comporti dei limiti a quanto detto sopra.

Soprattutto i giocatori di livello giovanile, pensando a diverse soluzioni del contropiede secondario (primo traino, tipi di taglio) non si

ONE OF THE TOP FUNDAMENTALS TEACHER IN ITALIAN BASKETBALL. DURING HIS 18 YEARS WITH THE RIMINI TEAM CREATED TENS OF PLAYERS, WHO PLAYED AT DIFFERENT LEVELS AND WITH THE NATIONAL TEAM.

The fast break is the most exciting aspect of any sport. The ball possessions, changes frequently and quickly from offense to defense and vice versa.

Players must be able to adapt to these ever-changing situations:

- **I don't have the ball possession, I must play defense**
- **I have the ball possession, I play offense**
- **I play offense, I loose the possession of the ball, I must play defense**

This continuous changes of play - from offense to defense and from defense to offense - are "mental transitions" or involve the changing of mentality, based on having the ball or. To playing a fast break, players must be in a excellent phisycal condition, and they must also be mentally prepared for these style of play.

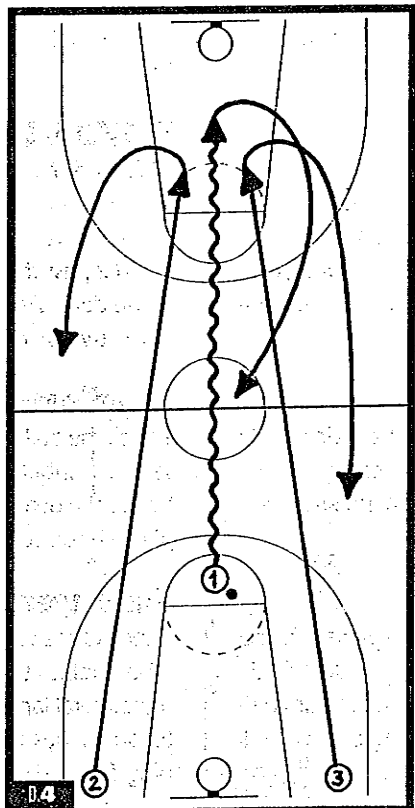
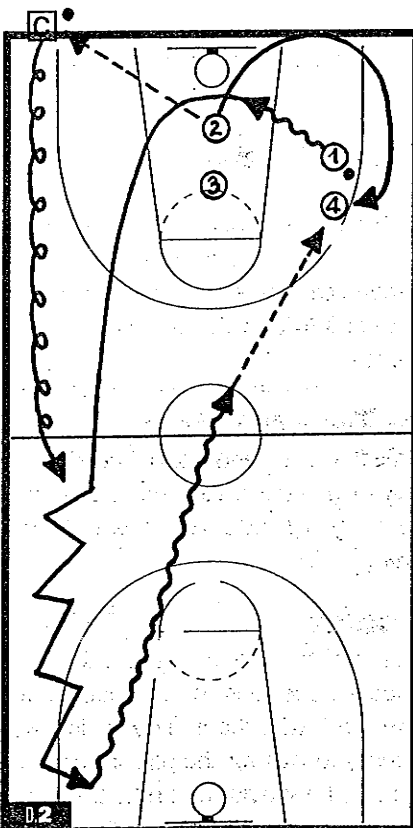
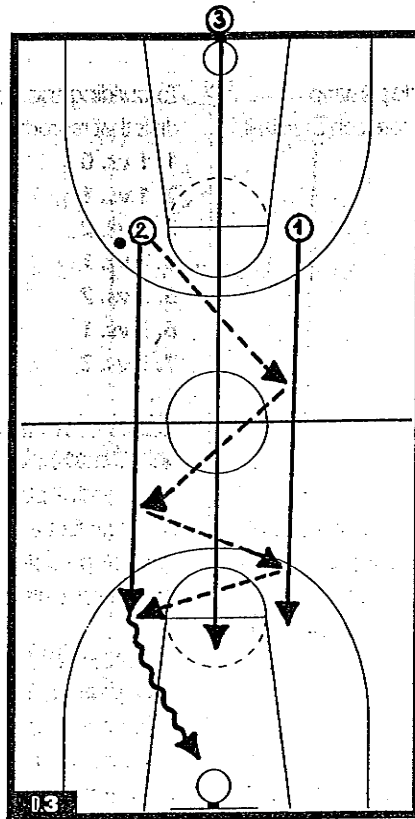
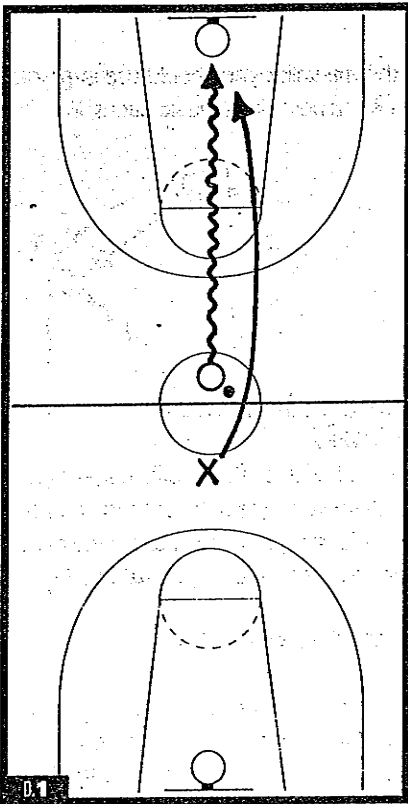
The fast break starts from a transition from defense to offense, due to following situations:

- **A defensive rebound after a missed shot**
- **A 24 second violation**
- **A stolen pass**
- **A stolen ball to the offensive player**
- **A stolen out-of-bounds pass**

To start and finish the fast break, I prefer the primary fast break.

Once we have the ball, players must run at full speed toward the offensive basket in the most direct route, before the defense could have the possibility to recover and set up. I personally think the secondary break as some limitations to the above concept. Especially at the youth level the players often think to the different solutions of the secondary fast break (first trailer, types of cut), and therefore they are not aware of the favorable options of the primary fast break.

notes



Notes section with horizontal lines for writing.

accorgono delle favorevoli occasioni del contropiede primario. Per costruire questo tipo di mentalità ci si deve allenare con esercizi il più simile possibile a situazioni di partita, come:

1. 1 c. 0
2. 1 c. 1
3. 1 c. 2
4. 2 c. 1
5. 2 c. 2
6. 3 c. 1
7. 3 c. 2

Test di velocità con e senza palla

Un attaccante con la palla ed un difensore dietro di lui qualche passo distante. L'attaccante va a canestro il più velocemente possibile, ed il difensore deve toccare la schiena dell'attaccante prima che questi possa segnare il canestro (**diagr. 1**).

Transizione dall'attacco alla difesa

Due file di giocatori, una in angolo e l'altra in area, con l'allenatore con palla fuori dal campo vicino alla linea di fondo. 1 va a canestro e nello stesso tempo, l'allenatore fa rotolare la palla sul terreno verso l'angolo opposto. 1 corre verso la palla la supera ed esegue spostamenti difensivi. Poi prende la palla palleggia verso metà campo, la passa a 4 e va alla fine della fila dietro a 3. Dopo il tiro di 1, 2 prende la palla, la palla all'allenatore e va dietro la fila di 4 in angolo. 4 fa gli stessi movimenti di 1 (**diagr. 2**).

RECUPERO DIFENSIVO Due contro uno

Il difensore 3 dietro la linea di fondo, 1 e 2 attaccanti con palla all'altezza della linea del tiro libero. 1 e 2 si passano la palla e devono andare al tiro prima del recupero difensivo di 3 (**diagr. 3**). Tornando indietro, 2 e 3 giocano due contro uno contro 1.

Uno contro due - due contro uno

1 con la palla vicino alla linea del tiro libero e 2 e 3 vicino alla linea di fondo. 1 va rapidamente a canestro e cerca di tirare prima del recupero difensivo di 2 e 3. Tornando indietro 2 e 3 attaccano contro 1 (**diagr. 4**).

Due contro zero

1 getta la palla sul tabellone, prende il rimbalzo e passa a 2, che va in palleggio verso il centro del campo, mentre 1 va sulla fascia laterale destra. 2 passa a 1, che va a tirare da sotto. In questa situazione, 1 ha la tendenza ad aspettare il passaggio invece di correre avanti. Per evitare questo dovrebbe correre fin sotto il canestro ed uscire, ma non aspettare il passaggio (**diagr. 5**).

To building this type of the mentality, you should use in practice drills that reproduce as similar as possible game situations, like:

1. 1 vs. 0
2. 1 vs. 1
3. 1 vs. 2
4. 2 vs. 1
5. 2 vs. 2
6. 3 vs. 1
7. 3 vs. 2

Quickness test with and without the ball

An offensive player with the ball and a defensive player behind him, few feet away. The offensive player dribbles to the basket as quick as possible and the defensive player must touch the back of the offensive player before he could make a lay up (**diagr. 1**).

Transition from offense to defense

Two lines of players, one in the corner and the other one in the lane, and the coach with the ball outside the court near the baseline. 1 goes to the basket. At the same time the coach rolls the ball on the floor to the opposite angle. 1 run toward the ball, goes over it and makes defensive slides. Then he catches the ball, dribbles toward the mid court, passes to 4 and goes at the end of the line, behind 3. After the shoot of 1, 2 catches the ball, passes to the coach and goes behind the line of 4 in the corner. 4 makes the same moves of 1 (**diagr. 2**).

DEFENSIVE RECOVERY Two on One

The defensive player 3 behind the baseline, 1 and 2, the offensive players with the ball, at the free throw line extension. 1 and 2 pass the ball among each other and must shoot before the defensive recovery of 3 (**diagr. 3**). Going back, 2 and 3 play two on one against 1.

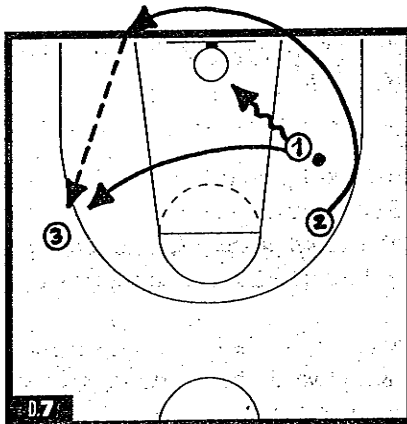
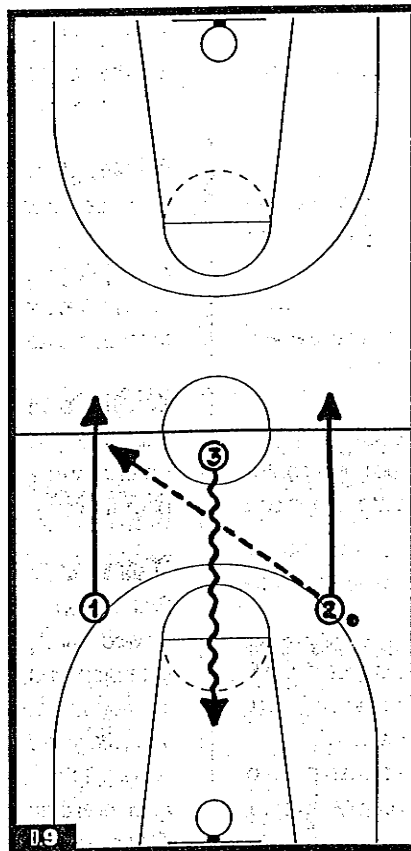
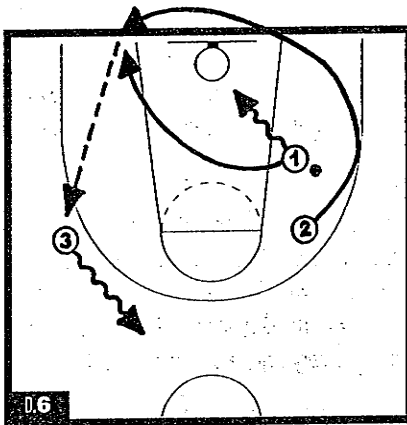
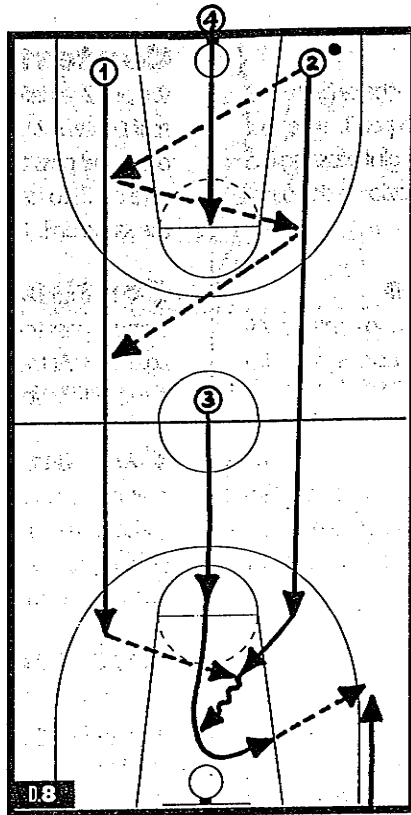
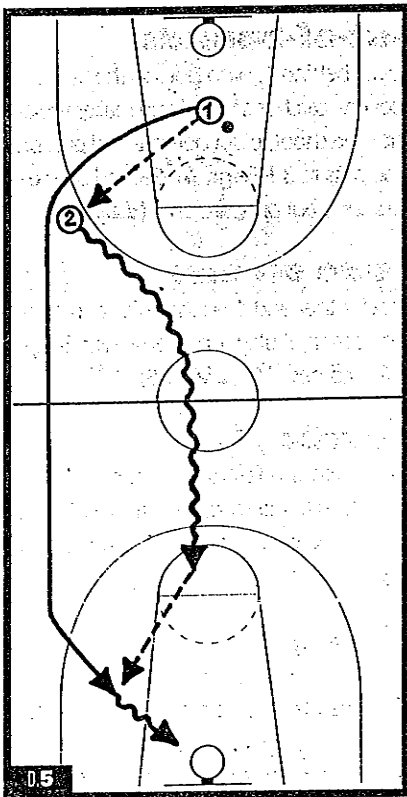
One on Two- Two on One

1 with the ball at the free throw line and 2 and 3 near the baseline. 1 dribbles quickly toward the basket and tries to shoot before the defensive recovery of 2 and 3. Going back, 2 and 3 play offense versus 1 (**diagr. 4**).

Two versus none

1 throws the ball to the backboard, rebounds and passes to 2, who dribbles to the middle of the court, while 1 goes on the right lateral lane. 2 passes to 1, who shoots a lay up. In this situation 1 has the tendency to wait for the pass instead running forward. To avoid this, he should run under the basket and come back, and not wait for the pass (**diagr. 5**).

notes



Handwritten notes area with horizontal lines for writing.

Anticipo sulla rimessa

Mettiamo 2, il difensore, dietro a 1 che va al tiro, anche se battuto 2 cerca di recuperare, prende la palla e fa la rimessa per 3. 1 dopo il tiro va in difesa e mette pressione su 2 per impedirgli il passaggio a 3 (**diagr. 6**). Seconda possibilità nello stesso esercizio: 1, dopo il tiro va a pressare 3 (**diagr. 7**).

Continuità: due contro uno

1 e 2 si passano la palla e poi giocano due contro uno contro 3. Alla fine dell'azione 3 attacca con 5 contro il difensore 4 sale alto (**diagr. 8**).

Due contro uno statici

1 e 2 si passano la palla con i piedi rivolti a canestro e senza fare finte. 3 cerca di intercettare la palla e se riesce va a canestro nell'altra metà campo, altrimenti saranno 2 e 1 che andranno al tiro (**diagr. 9**).

Uno contro zero

Due sono le possibili soluzioni di uno contro zero:

L'attacco intercetta o ruba palla o il giocatore in transizione d'attacco riceve un passaggio. Se non vi è alcun difensore tra lui e canestro, lui va diritto a canestro per la strada più corta, senza girare la testa e pronto a ricevere un fallo cattivo. Queste le differenti opzioni:

1. se il difensore è distante va a canestro
2. se il difensore recupera, si arresta estende il braccio interno per difendere la palla e fa un tiro di potenza.

Uno contro uno

1 sbaglia di proposito il passaggio e passa a 2, il difensore, e poi va a difendere su 2 che diventa attaccante. Giocano uno contro uno a tutto campo (**diagr. 10**).

Si può anche giocare in modo opposto con 2 che passa ad 1 ed inizia a difendere. Per rimediare ad un errore difensivo, si deve essere molto aggressivi sulla palla.

Uno contro uno con allenatore

L'allenatore passa la palla all'attaccante 1 che gioca uno contro uno con 2. Alla fine dell'azione 2 attacca e gioca a tutto campo con 1 (**diagr. 11**).

Due contro uno

Prima Opzione. 1 passa a 2 e difende. 2 palleggia direttamente contro 1 e passa a 3 solo quando 3 è al di sotto della linea di tiro libero, e tre va a canestro (**diagr. 12**). Seconda Opzione: se 1 recupera su 3, 3 passa indietro a 2 che va a canestro (**diagr. 13**).

Una nota: se l'attaccante senza palla è alla stessa altezza o più alto rispetto al difensore, chi ha la palla non la passerà perché non vi è alcun vantaggio.

Contested out-of-bounds

We put 2, a defensive player, behind 1, who goes to the basket. Also if beaten, 2 tries to recovery, catches the ball and makes the out-of-bound pass to 3. 1, after the shoot, plays defense and puts pressure on 2, to harassing the pass to 3 (**diagr. 6**). Second choice on the same drill: 1, after the shoot, put pressure on 3 (**diagr. 7**).

Continuity: two on one

1 and 2 pass the ball to each other and then they play two on one against 3. At the end of the action, 3 plays on offense with 5 against the defensive man 4, who comes high (**diagr. 8**).

Two on one static

1 and 2 passes each other with the feet toward the basket and without making any fake. 3 tries to intercept the ball and if he succeeds goes to the basket on the other half court, if not 2 and 3 goes to the rim (**diagr. 9**).

One versus None

Two are the possible situations of one versus none: the offense intercepts or steals the ball, or the player on offensive transition receives a pass. If there is no defensive player between him and the basket, he goes straight to the rim in the shortest route, without turning is head and ready to receive a tough foul. Here are the different options:

1. If the defensive man is far away, make a lay up.
2. If the defensive player recovers, he makes a stop, with the internal arm extended to protect the ball and makes a power shoot.

One on One

1 makes purposely a wrong pass to 2, the defensive man, and then attacks 2, who plays on offense. They play one on one on full court (**diagr. 10**). You can also play on the opposite way, with 2, who makes the pass to 1, and starts to defense. To correct to an offensive mistake you need to be very aggressive on the ball.

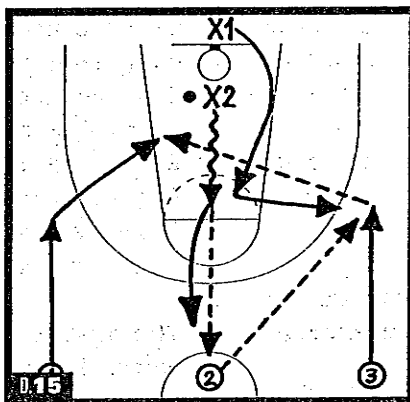
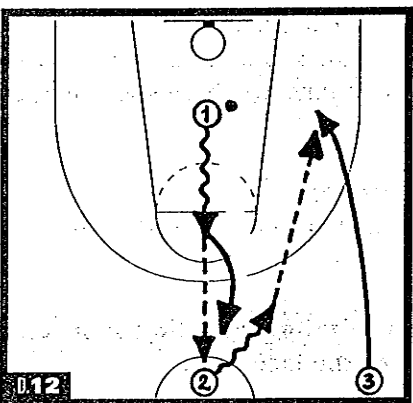
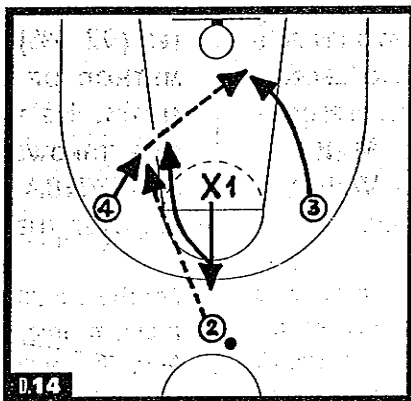
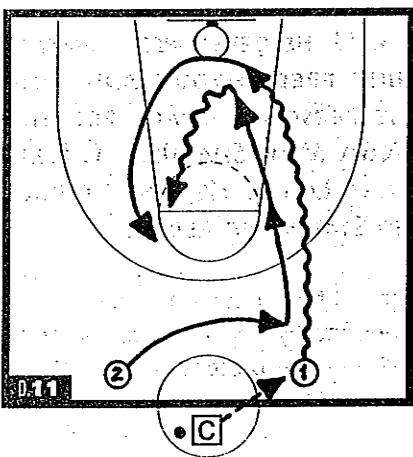
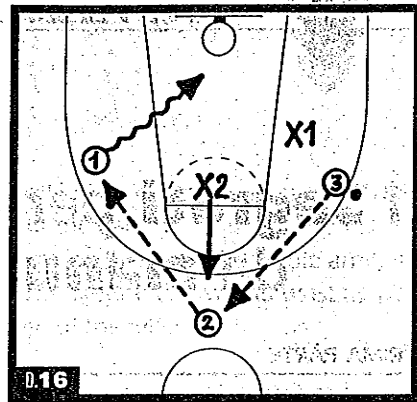
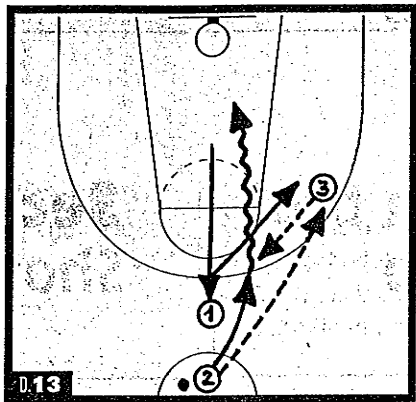
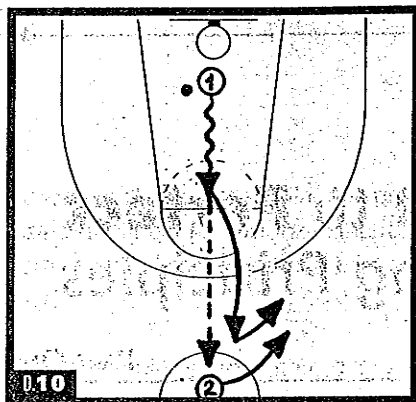
One on One with the Coach

The coach passes the ball to the offensive man 1, who plays one on one with 2. At the end of the action, 2 goes on offense and plays full court with 1 (**diagr. 11**).

Two on One

First Option. 1 passes to 2 and 1 plays defense. 2 dribbles right toward 1 and passes to 3 only when 3 is below the free throw line extension, and 3 goes to the basket (**diagr. 12**). Second option. If 1 recovers on 3, 3 passes the ball back to 2, who goes to the basket (**diagr. 13**).

A note: if the offensive player without the ball is at the same or higher level than the defensive player, the ball handler does not pass to him because there is no advantage.



notes

Tre contro uno: opzioni

Se X1 va direttamente a marcare 2, 2 passa a 4, il giocatore più distante dalla difesa e più vicino a canestro. 3 corre verso canestro per il rimbalzo offensivo, se c'è un tiro sbagliato, o per ricevere da 4, se 1 recupera su 4 (diagr. 14).

Tre contro due

X2 passa la palla a 2 e difende su di lui, mentre X1 gioca a "L". 2 passa a 3 e X1 gioca una difesa aggressiva su di lui. 3 può passare la palla a 1 che è libero e che va a canestro (diagr. 15).

Se 3 non può passare ad 1 o penetrare a canestro, passa a 2 e 2 a 4 (diagr. 16).



Three on One-Options

If 1 goes directly on 2, 2 passes to 4, the player most distant from the defense and nearest to the basket. 3 runs toward basket for the offensive rebound, if there is a missed shot, or for receiving from 4, if 1 recovers on 4 (diagr. 14).

Three on Two Drill

X2 passes the ball to 2 and plays defense on him, while X1 plays "L" defense. 2 passes to 3 and X1 plays aggressive defense on him. 3 can pass the ball to 1, who is free and goes to the rim (diagr. 15). If 3 cannot pass to 1 or drive to the basket, gives the ball to 2 and 2 to 4 (diagr. 16).

