



## **MASTER NAZIONALE MINIBASKET 2016**

**Corso di Aggiornamento riservato a 29 Istruttori Nazionali Minibasket  
Norcia (PG) 14 - 17 Luglio 2016**

***Docenti: Maurizio Cremonini, Lucio Bortolussi, Roberta Regis,  
Francesco Grosso, Luca Paolasini.***



## **DISPENSA TECNICA**

***Estensore: Istruttore Nazionale Minibasket Guido De Alexandris***

## PREFAZIONE

***E' indubbiamente doveroso iniziare con un pensiero di solidarietà in segno di rispetto e di affetto verso "la nostra Norcia". Le immagini di devastazione causate dalla calamità naturale nota a tutto il mondo non possono che stringere il cuore a tutti noi che abbiamo partecipato ai Master 2015 e 2016 e che abbiamo conosciuto questo importante borgo in tutto il suo splendore monumentale, culturale e sacro. Forza Norcia! Noi ti abbiamo nel cuore e tifiamo affinché al più presto tu possa risorgere e ritornare così come ti abbiamo trovato in occasione di queste due nostre indimenticabili esperienze formative e di vita.***

Tuffiamoci ora nel viaggio del nostro Master 2016. Si dice che un viaggio sia innanzitutto un'occasione per conoscere se stessi, separarsi dalle certezze ancorate nel porto sicuro del personaggio che esprimiamo per esporci con coraggio al vento incerto dei nostri dubbi. Ogni nuovo incontro, riscoperta, sensazione suggeriscono un colore di quel "se stesso" che ciascuno di noi custodisce e che forse tiene celato.

Questo lavoro descrittivo è decisamente corpulento (arriva infatti a sfiorare le 200 pagine) ma scorre in forza di proposte di alta qualità e della curiosità che suscita l'interfacciarsi delle loro venature riposte in una cultura sportiva e umana a dir poco luminosa dei nostri docenti del Minibasket **Maurizio Cremonini, Lucio Bortolussi e Roberta Regis**. A questi nostri luminari si sono aggiunti in questo Master professionisti di valore e di spessore intellettuale quali **Luca Paolasini**, formatore degli allenatori di pallacanestro, e **Francesco Grosso**, tecnico federale del rugby. Molto graditi, utili ed apprezzati anche gli interventi del Presidente del Settore Federale Giovanile, Minibasket e Scuola, **prof. Eugenio Crotti, neo insignito con la Stella d'oro al Merito Sportivo**, una delle massime onorificenze del Comitato Olimpico Nazionale Italiano.

Il palinsesto di questo Master si è posato su due piani diversi perché i primi due giorni sono stati dedicati all'incontro con la Pallacanestro, le due giornate successive sono state rivolte alla scuola accompagnate anche dal confronto con la Federazione Rugby e specificatamente con il suo progetto nell'ambito scolastico. Il tema del Master è stato molto significativo ed affascinante: **"Confrontarsi per crescere: con la Pallacanestro, nella Scuola e con altre Federazioni (FIR)"**. Orientare i fari dell'attenzione sui propri modelli, sulle proprie idee, confrontare la propria metodologia, i propri punti fondanti e compararli con quelli di altre discipline è indubbiamente un momento produttivo e quindi utile.

Durante i giorni del Master siamo stati inondati come dalla luce abbagliante di alcuni improvvisi scorci di mare e dall'inconfondibile melodia marina. Quest'esperienza è stata infatti un'onda di vitalità che ci ha cullati, trasportati e anche un motore di quell'aspirazione personale all'autodeterminazione a migliorarsi. Immergersi in questo Master ha offerto infatti le stesse sensazioni che si possono provare nel calarsi dentro l'acqua del mare, di un lago o di una piscina che sono uniche e diverse tra loro. Quando si ondeggia nel blu, la mente pensa mentre il corpo nuota. Così in un campo di Basket e di Minibasket la mente pensa mentre il corpo si muove nello spazio innescando così la sinergia del pensiero con l'azione. Diverse proposte di questo Master facilitano infatti la comprensione dei tratteggi del processo cognitivo e mnemonico. Queste stesse proposte aiutano a scoprire la bellezza di un giocosport come il Minibasket, che nel tempo si è evoluto in maniera davvero impressionante e interessante. Nel contempo costituiscono una vera e propria guida per rendere semplici i processi organizzativi al fine di migliorare la capacità di ogni Istruttore di affrontare in modo proattivo e costruttivo la quotidianità della palestra. Il programma che i docenti hanno sviluppato è stato infatti ricco di strumenti pratici ed esempi che indicano

come raccogliere le informazioni, programmare le scadenze, decidere e pianificare gli obiettivi.

Ogni Istruttore può trovare pertanto delle risposte significative nelle pagine lucide e intime di questo elaborato che riporta dettagliatamente gli insegnamenti dei docenti i quali, con accuratezza quasi chirurgica, con un linguaggio straordinario per il connubio tra coerenza e chiarezza, ci aiutano a capire meglio le loro riflessioni, tratteggiate senza lasciare nulla al caso. Nel tessuto sontuoso dello stile, alto e al tempo stesso colloquiale dei docenti, si annidano perle di riflessione intrigante e perspicace sul modello di riferimento del Minibasket, frutto del loro accuratissimo lavoro nella veste di staff tecnico nazionale Minibasket.

Questo corpo docente possiede infatti in cascina un prezioso fieno di cultura, sensibilità ed esperienza di palestra, sa suonare perfettamente la tastiera della spiegazione, sempre distesa su un'armonia di stile fra arguzie ben distribuite e sapienza nei contenuti.

Non mi resta che augurarvi un buon viaggio nella lettura di questo testo, frutto di un mio lavoro lungo, faticoso e impegnativo, impreziosito dalle illustrazioni di un ricco corredo, godendovi il linguaggio arguto del cast dei relatori.

**21 Novembre 2016**

**Guido De Alexandris**

## A Norcia 29 Istruttori Nazionali per il Master d'aggiornamento MiniBasket



A Norcia è in svolgimento il **Master per Istruttori Nazionali Minibasket** organizzato dal Settore Minibasket FIP.

In programma dal 14 al 17 luglio, nella località umbra i 29 Istruttori stanno compiendo l'aggiornamento didattico, suddiviso in lezioni in aula e sessioni pratiche in palestra.

Ad alternarsi al microfono i membri dello staff tecnico del Settore Minibasket **Maurizio Cremonini, Lucio Bortolussi e Roberta Regis.**

Durante il Master ci sono stati importanti momenti di confronto con il Formatore Nazionale CNA **Luca Paolasini** e con il Coordinatore delle Attività Scolastiche della Federazione Italiana Rugby, **Francesco Grosso.**

Ufficio Stampa FIP, **15 Luglio 2016.**

**I 29 ISTRUTTORI NAZIONALI MINIBASKET PARTECIPANTI AL MASTER 2016**

ALEOTTI	ERIKA	MIRANDOLA (MO)
AVIGNI	ANDREA	VARESE
BIZZOTTO	CARLA	BASSANO D. GRAPPA (VI)
BONOMI	MARCO	BERGAMO
BUSA	FABRIZIO	PIACENZA
CANNAVINA	GIANLUCA	CAMPOBASSO
CIGALA	PAOLO	CONEGLIANO (TV)
DE ALEXANDRIS	GUIDO	VENEZIA-MESTRE
DI GENNARO	VINCENZO	CORATO (BA)
GALIPO'	CONO	S. AGATA MILITELLO
GAMMA	GIANLUCA	ODERZO (TV)
HODKIN	PETER JAMES	STOCCOLMA (SVEZIA)
LODDO	MONICA	CAGLIARI
MALAGISI	ARIANNA	TORVAIANICA (ROMA)
MANTI	ANDREA	IVREA (TO)
PANTALEO	DAVIDE	MODENA
PIO LOCO DETTO BOSCARIOL	ENRICO	TORINO
PIROVANO	MARCO	VARESE
RIGON	MARISA	SARCEDO (VI)
RIZZO	MATTEO	SAN GIORGIO su LEGNANO (MI)
SCHINCA	ROBERTO	ALBA (CN)
SEMPRUCCI	AGOSTINO	LANUVIO (ROMA)
SESSI	ELENA	PADOVA
SGAVICCHIA	MARCO	PASSO CORESE (ROMA)
SPARACO	OLIMPIO	CASERTA
TRONCA	FEDERICA	FIUMICINO (ROMA)
TROTTA	FRANCESCO	SAVONA
VANACORE	GIUSEPPE	LA SPEZIA
VARALDO	PIERPAOLO	GENOVA



## **OMAGGIO A NORCIA**

(fonte: "Gazzetta di Norcia")

### **IL TARTUFO NERO DI NORCIA**

#### **STORIA E RICERCA DEL "PRINCIPE" NERO**



L'origine della parola tartufo fu per molto tempo dibattuta dai linguisti che giunsero alla conclusione, non definitiva, che derivasse da *terrītūfru*, volgarizzazione del tardo latino *terrae tufer* (escrescenza della terra) dove *tufer* sarebbe usato al posto di *tuber*. Recentemente lo storico Giordano Berti ha dimostrato in modo convincente che il termine *tartufo* deriva dalla somiglianza che nel Medioevo si ravvisava tra questo fungo ipogeo e il tufo, pietra porosa tipica dell'Italia centrale. Il termine *tartufo* cominciò a diffondersi in Italia nel Seicento. Le prime notizie certe sul tartufo compaiono nella *Naturalis Historia* di Plinio il Vecchio. Nel I secolo d.C. il filosofo greco Plutarco di Cheronea trasmise l'idea che il magnifico fungo nascesse dall'azione composta dell'acqua, del calore e dei fulmini. Da questa teoria molti poeti, tra cui il Giovenale, spiegarono che l'origine del prezioso fungo si deve ad un fulmine scagliato da Giove nelle vicinanze di una quercia (albero ritenuto sacro al padre degli dèi). Giove era anche famoso per il suo portentoso dinamismo sessuale. Ecco perché al tartufo, da sempre, si sono riconosciute proprietà afrodisiache. Il medico Galeno si esprime in questo modo: "il tartufo è molto nutriente e può disporre della voluttà". Per alcuni il suo aroma era una sorta di "quinta essenza" che provocava sull'essere umano un effetto estatico. La raccolta del tartufo in Umbria e nella zona di Norcia è legata alle tipologie e alle stagioni. Gli unici mesi nei quali la "cava" o ricerca del tartufo non è consentita sono Maggio e Settembre. Secondo la tradizione antica per la raccolta veniva impiegato un maialino. Il problema di tale metodo è che il maiale è ghiotto di tartufi ed occorre trattenerlo per impedirgli di mangiare il ritrovato. Inoltre, anche l'addestramento non risulta molto agevole. Al giorno d'oggi, invece, si impiegano esclusivamente cani ben addestrati. Non si cercano razze particolari ma incroci di piccola taglia. Il tartufo nero di Norcia è uno dei prodotti più preziosi della gastronomia italiana. Scoprire dove nasce, come si cerca, è un'esperienza

unica che arricchisce la vostra cultura gastronomica facendovi apprezzare meglio anche il suo aroma e i suoi abbinamenti a tavola. Nei mesi in cui si può cercare il tartufo nero si parte all'avventura con un "cavatore" (cacciatore di tartufi) e il suo cane sapientemente addestrato. In pochi sanno che esistono sette diversi tipi di tartufo nero, ognuno con la propria stagionalità, con le proprie peculiarità e il proprio valore. In base al tipo di tartufo nero e alla stagione, la ricerca si orienta in zone diverse per esposizione al sole, altitudine e conformazione del terreno. Un'esperienza diversa da vivere in mezzo alla natura. Consigliamo scarpe adatte per una passeggiata in campagna, meglio pantaloni lunghi. La durata della "caccia al tartufo" dipende dal numero di persone coinvolte, dal livello di allenamento a camminare e dalle condizioni atmosferiche.

### **Mostra del Tartufo Nero**

Norcia è l'appuntamento più importante in Italia sul tartufo nero e non solo. Norcia diventa la protagonista gastronomica dell'ultimo week-end di febbraio e il primo di marzo con una tradizione che risale agli anni '50. "Nero Norcia", la Mostra Mercato del Tartufo pregiato e dei prodotti tipici, avvicina il pubblico ai sapori e ai saperi genuini del luogo e consente di scoprire le eccellenze gastronomiche di altre regioni d'Italia. Un palcoscenico privilegiato per raccontare i territori come veri e propri giacimenti golosi e culturali. Tra continuità ed innovazione, la celebre manifestazione dedicata a "Re Tartufo" offre anche un articolato programma ricreativo, folkloristico e ricco di convegni. Ci sono incontri e degustazione del pregiato diamante nero della tavola. Anche le "Norcinerie", antico metodo di lavorazione della carne di maiale, sono le protagoniste della rassegna. Nel ricco paniere delle proposte non mancheranno eventi collaterali, quali mostre pittoriche e fotografiche, spettacoli teatrali, dimostrazioni dal vivo di alcune arti: lavorazione del formaggio, della carne di maiale e persino del ferro battuto. Prosciutti dal mondo Durante il ponte dei Santi la città della Valnerina che ha dato il nome all'antica arte norcina, Norcia, ospita la III edizione di "Prosciutti dal Mondo", una tre giorni interamente dedicata al prosciutto, "Il Re della Norcineria". Una vera e propria kermesse, che offrirà la possibilità di gustare una rigorosa selezione dei migliori produttori a livello nazionale e non solo: dalla 'nduja calabrese, passando per la finocchiona toscana, il culatello parmense, il San Daniele, il crudo di Parma, fino alle eccellenze straniere, dai patanegra spagnoli Iberico e serrano all'ungherese Mangalica, che si affiancheranno al padrone di casa, il Prosciutto di Norcia IGP. L'appuntamento prevede "Chiostro dei Prosciutti", con gli stand dei produttori selezionati, degustazioni guidate per conoscere i segreti dell'arte norcina e i migliori abbinamenti,

laboratori per bambini, vini e birre artigianali, produzioni artigianali di coltelli da taglio e, per finire un'esposizione delle storiche affettatrici e bilance Berkel.

### **Storia e tradizioni della Norcineria**

Secondo la tradizione, furono gli ebrei arrivati in Valnerina dopo la distruzione di Gerusalemme ad inventare la tecnica di conservazione della carne di maiale. Non potendo mangiarla per motivi religiosi, dovevano conservarla per poterne fare commercio. Dal XII al XVII sec. ci fu un forte sviluppo dei mestieri legati alla trasformazione di carni suine e, fra questi, s'affacciò la figura del "norcino". Col tempo tali professionisti iniziarono ad organizzarsi in corporazioni o confraternite, andando a ricoprire importanti ruoli all'interno della società e creando nuovi prodotti di salumeria. Papa Paolo V, con bolla del 1615, riconobbe addirittura la Confraternita norcina dedicata ai santi Benedetto e Scolastica. Otto anni più tardi papa Gregorio XV elevò questa associazione ad Arciconfraternita, alla quale nel 1677 aderì anche l'Università dei pizzicaroli norcini e casciani e dei medici empirici norcini. Laureati, benedetti e patentati, i norcini accrebbero la fama in varie parti della Penisola. La loro attività era solamente stagionale, in quanto il maiale veniva ucciso una volta all'anno, d'inverno. Lasciavano le loro città (Norcia, Cascia, Bologna, Firenze, Roma) ai primi di ottobre e vi ritornavano verso la fine di marzo, quando si trasformavano in venditori di paglia o d'articoli d'orticoltura. La figura del norcino ha mantenuto intatta la propria fama fino a dopo la seconda Guerra Mondiale. La comunità più numerosa di norcini, in questo momento, è di Roma, con la sua associazione civile istituita nel 1623. Da allora la salagione e la stagionatura di prosciutti, capocolli e salsicce è diventata una specialità degli abitanti di Norcia. Da qui l'appellativo di "Norcineria" dato all'attività e di "Norcino" al mestiere. Ancora oggi a Norcia si producono, oltre a un ottimo prosciutto crudo, capocolli, spallette, lonze, pancette e guanciali. Tra gli insaccati ci sono i salami ciauscoli, coppe e salsicce, prodotte anche con carne di cinghiale. La corallina La Corallina di Norcia è un salame ottenuto da un trito di tagli di suino provenienti da spalle e cosce. I maiali impiegati nella sua preparazione provengono da allevamenti locali e sono nutriti principalmente con ghiande, regime alimentare che permette di ottenere carni particolarmente saporite e dotate di ricercate note selvatiche. Alla carne macinata si aggiungono dadini di grasso di maiale tagliati al coltello; il tutto viene poi insaporito con sale, pepe e aglio marinato nel vino.

**La Corallina di Norcia** assume il nome dal particolare budello nel quale viene insaccato "corallo". Dopo un periodo di maturazione di qualche giorno, il salume è sottoposto a una leggera affumicatura con bacche di ginepro, alle quali si deve l'aroma caratteristico. Segue



la stagionatura, che si protrae per circa tredici mesi. Al taglio la Corallina di Norcia presenta colore rosso vivo, inframmezzato dal bianco del grasso; il profumo è speziato e aromatico; il sapore è sapido e piacevolmente dolce.

### **Norcia: “Migliore destinazione per famiglie del centro Italia”**

Norcia è molto orgogliosa come destinazione di questo riconoscimento che le è stato conferito, dopo due anni di verifiche, da una commissione composta da 5 Sociologi, 5 Tour operator Italiani e 5 Tour Operator Stranieri specializzati nel segmento famiglie. L'analisi molto seria si è basata su una matrice che misurava due diverse categorie di elementi. Valori della destinazione: natura, traffico, criminalità, inquinamento, distanze dai servizi principali utilizzabili dalle famiglie, ospitalità degli abitanti, qualità del cibo, qualità della materia prima alimentare utilizzata, valori sociali, valori familiari, vivibilità dei luoghi, clima, rapporto prezzo qualità, offerta ricettiva, numero delle associazioni impegnate in attività sportive e culturali. Offerta dei servizi: quantità dei servizi, qualità dei servizi, qualità dell'assistenza alle attività, valore culturale, valore educativo, valore ludico, impatto ambientale, impatto sociale, fruibilità, rapporto prezzo qualità, coinvolgimento del nucleo familiare, differenziazione dell'offerta, armonia tra offerta dei servizi e valori/caratteristiche della destinazione. In estrema sintesi ecco cosa offre Norcia alle famiglie. Come destinazione: immersa nella natura nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini, popolazione di cinque mila abitanti ospitali, clima sempre fresco d'estate alla sera, freddo secco d'inverno. Cittadina tranquilla, nessun problema di rumori, criminalità ed inquinamento. Tutto è raggiungibile a piedi nel centro storico e come in un piccolo mondo l'offerta copre in maniera buona tutte le necessità legate allo shopping, al cibo ed alla salute. L'offerta di materia prima di questo comune racchiude la più grande concentrazione di marchi di tutela alimentari Europei del centro Italia. La città di San Benedetto ha una offerta ricettiva differenziata sempre con un ottimo rapporto prezzo qualità. Ricca di associazioni sportive e culturali che organizzano eventi di mountain bike, scherma, calcetto, calcio, danza, nuoto, teatro, canto, musica, rievocazioni storiche come balestrieri, tamburi, processioni, patrimonio artistico ecc. Come offerta di Servizi Norcia propone: Escursioni a piedi con muli capaci di trasportare i più piccoli e cibi e bevande per pic-nic nel parco nazionale, Mountain Bike per tutti i gusti con guide specializzate, escursioni a cavallo anche con Poni, parco avventura, servizio di baby sitting, rafting per tutta la famiglia (da 2 a 75 anni), canoa lungo il fiume (da 14 a 70 anni), trekking e nordic walking con guida, corsi di musica classica (luglio ed agosto), corsi di cucina per tutta la famiglia (da 6 a 80 anni). Norcia è questo e molto ancora.

### L'abbazia di Sant'Eutizio, culla del monachesimo.



Sicuramente è meritevole di una visita la vicina Abbazia di Sant'Eutizio, sorta nel 470 e diventata famosa nel medioevo per aver ospitato la redazione di uno dei più antichi testi in volgare conosciuti, la *Confessio Eutiziana* (XI secolo), fu una scuola chirurgica famosa in tutta Europa. Il complesso, che ancora oggi ospita una comunità di monaci benedettini, comprende due cortili e una chiesa medievale in cui si ammira la tela del *Pomarancio Il Cristo crocifisso* e i *Santi Spes e Eutizio* (1602), insieme a un crocifisso dipinto da Nicola da Siena (XI<sup>o</sup> secolo) e il candido tempietto (1514) di Rocco di Tommaso da Vicenza che custodisce le spoglie dei Santi Eutizio e Spes. La suggestione del luogo, immerso nella sua solitudine è rimasta intatta. Ma è in ogni angolo dei monti Sibillini che si ha la sensazione di toccare l'intima essenza della natura, l'ineffabile bellezza dell'infinito. Tra sibille, antri infernali, abbazie, aquile reali, delizie gastronomiche e commoventi distese di fiori, tutto sembra evocare davvero le parole dello scrittore Guido Piovene, che definì i Sibillini "i monti più leggendari d'Italia".

## Pantani di Accumoli: uno spettacolo di colori negli altopiani di Norcia



Il cielo incontra la terra nei piccoli laghetti nascosti in una valletta lontano da tutto e da tutti. I Pantani di Accumoli sono questo, un verde smeraldo nella stagione estiva che rende ancora più forte il contrasto con il blu del cielo e il bianco di qualche nuvola che si riflette in questi specchi d'acqua. I cavalli allo stato brado, con i loro puledri, si muovono in libertà. In lontananza si vedono pascolare molte chianine. Sembrano, da lontano, dei grandi fiori bianchi disposti sulle verdissime colline che circondano la valletta. Le chianine hanno un carattere spigoloso, non amano essere troppo avvicinate. Ci tengono ai loro spazi. Si vede il Monte Vettore ed è chiaramente leggibile il percorso della catena dei monti Sibillini che attraversa l'Umbria e le Marche. Per gli amanti delle lunghe passeggiate quella dei Pantani può essere la tappa di un percorso più articolato. Per gli amanti del relax si può arrivare qui in una bella giornata, portarsi un bel plaid, qualche panino, qualche cosa da bere e fermarsi per godere uno spettacolo rilassante per il corpo e la mente. D'inverno è un bel percorso da fare anche con gli sci da fondo ricordandosi, però, che la neve potrebbe nascondere i laghetti che si trovano al centro della valle circondati da una staccionata di legno di sicurezza. Il sentiero da seguire è ben visibile, non occorre essere dei grandi camminatori per arrivare ai Pantani di Accumoli.

### **Le lenticchie di Castelluccio di Norcia**

*“NASCO IN MONTAGNA AI PIÈ DEL VETTORE,  
DELLE LENTICCHIE IO SON LA MIGLIORE.  
PER I BAMBINI IO SONO IL SOSTEGNO,  
PER I VECCHIETTI IL BASTONE DI LEGNO.”*

Recita così l'antico detto di nonno Sirio. Nelle sue semplici parole sono infatti racchiuse le principali qualità della lenticchia di Castelluccio. Il primo elemento che la contraddistingue da tutte le altre è sicuramente il luogo in cui nasce: l'altopiano di Castelluccio è situato ad un'altitudine di circa 1300 m sul livello del mare ed è caratterizzato da un clima con inverni piuttosto rigidi e gelate primaverili che si protraggono fino a Giugno; l'estate è molto breve e con forti escursioni termiche tra il giorno e la notte. Il terreno risulta essere particolarmente ricco di materiale organico, con un'alta percentuale di calcare che, al contrario di quanto si possa pensare, costituisce uno dei requisiti fondamentali per la crescita dell'ecotipo. La lenticchia di Castelluccio si differenzia da tutte le altre per la sua straordinaria resistenza alla siccità e al freddo dei lunghi inverni. Questo spiega il mancato utilizzo di diserbanti e pesticidi nel metodo di coltivazione del prodotto, rendendolo così unico al mondo. Nei baccelli si possono trovare da uno a tre semi di dimensioni piuttosto ridotte (con un diametro di circa 3/4 mm), dalla forma tondeggiante ed appiattita e dall'aspetto tigrato, il cui colore varia dal verde al marrone chiaro. La buccia particolarmente fina e tenera consente di cuocere direttamente il prodotto. “Sono un alimento caratterizzato da un elevato contenuto di proteine, una buona quantità di zuccheri e una quasi inesistente presenza di grassi. Sono ricco di vitamine, sali minerali e fibre, che costituiscono un elemento assai efficace nel processo di controllo del colesterolo e della pressione.”



**Castelluccio di Norcia, Monte Vettore, Piano Grande.**



## NORCIA: "LONTANA DAI LUOGHI COMUNI"

# PARCO NAZIONALE DEI MONTI SIBILLINI



### Legenda

- Confini comunali dei Comuni
- Confini provinciali di Umbria
- Confini della Regione Umbria
- Strada
- Strada Nazionale
- Strada Provinciale
- Strada Regionale

- Punti Topici (Monte S. Angelo, M. S. Angelo, M. S. Angelo, M. S. Angelo, M. S. Angelo)
- Punti di Partenza per Escursioni
- Punti di Partenza per Escursioni
- Punti di Partenza per Escursioni
- Punti di Partenza per Escursioni
- Punti di Partenza per Escursioni

- Stazione Sperimentale
- Stazione Sperimentale
- Stazione Sperimentale
- Stazione Sperimentale
- Stazione Sperimentale
- Stazione Sperimentale



## **Il Parco Nazionale dei Monti Sibillini**

Vi incanterà con i suoi paesaggi nascosti. Tra le cime dei Monti Sibillini si trova il più grande altopiano carsico d'Europa, un luogo ricco di suggestioni, storia e magia. In ogni stagione Castelluccio rinnova il suo splendore. Mutano i suoi colori e i profumi. E' il luogo dove fare sport out-door: mountain bike, deltaplano, parapendio, sci di fondo, trekking a piedi e a cavallo. Il cielo incontra la terra nei piccoli laghetti nascosti in una valle lontano da tutto e da tutti, dove i cavalli allo stato brado, con i loro puledri, si muovono in libertà. Il luogo ideale dove fare lunghe passeggiate e godersi lo spettacolo.

## **Gastronomia**

Come sorprendere e sorprendersi tra i fornelli dopo una vacanza a Norcia. Palazzo Seneca /Casa Bianconi, durata minima 2 ore, prenotazione obbligatoria. Tradizione, varietà ed eccellenza nelle produzioni hanno fatto di Norcia una delle capitali della gastronomia italiana grazie all'eccezionale paniere di prodotti offerti: tartufo nero, salumi, prosciutto, formaggi, lenticchie, farro, roveja, trote fario, carni fresche di maiale, chianina e cinghiale, frutti di bosco e funghi. Con il "Cavatore" caccia al tartufo nero di Norcia tra i boschi a 15 minuti da Norcia. Norcia è la patria del tartufo nero pregiato, "Tuber melanosporum vittadinis", uno dei prodotti più preziosi della cucina italiana. Vi faremo apprezzare i suoi abbinamenti a tavola. Alla scoperta di esperti viticoltori e produttori d'olio extravergine d'oliva dell'Umbria. Possiamo farvi aprire le porte delle cantine e dei frantoi più famosi. Potrete partecipare, in autunno, alla raccolta dell'uva ed alla sua spremitura o comodamente degustare i nostri eccellenti vini seduti su delle botti, passeggiando tra i filari delle viti o rilassati su poltrone davanti ad un camino acceso. Oppure provare le diverse spremiture degli oli umbri su un soffice pane di casa.

## **Misticismo**

Il segreto della cripta è conservato dal "monaco con le chiavi" e dalle regole di San Benedetto. La Compieta è l'ultima preghiera della sera, recitata in latino ed accompagnata da canti Gregoriani. La giovane comunità di monaci Benedettini di Norcia la dedica al santo Patrono d'Europa prima di ritirarsi nel monastero per poi riprendere il mattino seguente alle 4,30 con il "Mattutino".



## **Natura**

A piedi o in mountain bike parte da Norcia dalla zona marcite “la vecchia ferrovia”, lunghezza totale percorso 50 km, adatto per tutti. Qui dove un tempo passava un piccolo trenino a vapore che collegava Norcia a Spoleto, oggi riprende vita un sentiero fantastico immerso nel verde. Luogo ideale per gli amanti del trekking, del nordic walking e della mountain bike. Perfetto anche per chi ama fare jogging.

## **Visite: Alla scoperta dei migliori artigiani.**

Distanze e tempi variabili in base alle mete che si vogliono raggiungere. Possiamo accompagnarvi a scoprire tra i nostri piccoli borghi magici botteghe artigiane dove, da generazioni, ci si tramanda l'arte del restauro, della creazione di gioielli o della realizzazione di capi in filati nobili, come il cashmere di cui l'Umbria è uno dei distretti del lusso più importante d'Europa.

## *I docenti*



> **Maurizio Cremonini.** È nato a Brescia nel 1956 ed è allenatore di Pallacanestro dal 1978. Istruttore Nazionale Minibasket dal 1982, Allenatore e Responsabile di Settore Giovanile e Minibasket in società di Serie A (Brescia), Serie B (Montichiari) e Serie C (Rovereto – Gardone ValTrompia e Mazzano) dal 1976 al 2004. Premio Nazionale “Tricerri” come migliore Istruttore Nazionale Minibasket d’Italia per l’anno 1996. Docente per la FIP Settore Minibasket di Clinic e Corsi di Formazione e Aggiornamento in ambito Nazionale ed Internazionale per Istruttori Minibasket, Allenatori di Settore Giovanile e Insegnanti di Scuola Primaria e Secondaria di 1° Grado. Responsabile Tecnico per la Federazione Italiana Pallacanestro Settore Minibasket dal 2001. Master in relazione e comunicazione didattica della Pallacanestro alla SIPI – Scuola di Psicologia Integrata, nel 2004. Autore di dispense - libri e video didattici per la Federazione Italiana Pallacanestro.



**Maurizio Cremonini relatore in un Clinic di Minibasket.**



*“Ad un nuovo istruttore consiglieri di provare ad innamorarsi del suo ruolo. Insegnare minibasket è amore per quello che si fa, se non t’innamori lascia perdere!”*

**M. Cremonini**

## Minibasket, visita formativa della federazione danese a Roma

*Cremonini: "Tre giorni costruttivi per il movimento, a Febbraio saremo in Danimarca"; Bojsen: "Professionalità e idee innovative nel metodo d'insegnamento italiano"*

7 novembre 2016



Un'immagine della giornata al centro minibasket Don Baldo di Roma.

Si è conclusa sabato, con la festa/torneo presso l'Oratorio San Paolo Ostiense di Roma, l'iniziativa a carattere internazionale organizzata dal Settore minibasket del Comitato Regionale FIP Lazio in collaborazione con il **Settore Minibasket Nazionale**, che ha visto ospitare per tre intensi giorni una delegazione di 16 membri della Federazione Basket della Danimarca, in visita nella capitale con lo scopo di visionare e studiare i modelli didattici e metodologici utilizzati dai nostri istruttori e formatori Minibasket.

Tanti sono stati gli appuntamenti in agenda, a partire dall'incontro presso il **PalaFucini** per la presentazione pratica del modello didattico e metodologico di Minibasket da parte dello Staff Nazionale, passando per la presentazione teorica e poi pratica del sistema di EasyBasket presso il Centro Minibasket Don Baldo. Questa mattina spazio anche alla formazione con un Clinic allargato a tutti gli istruttori minibasket del Lazio presso il PalaToLive, con relatori **Maurizio Cremonini, Responsabile Tecnico Federale del Settore Giovanile, Minibasket e Scuola, e Roberta Regis, Coordinatore Tecnico Territoriale di Marche, Umbria ed Emilia Romagna.**

“Siamo soddisfatti, abbiamo vissuto tre giorni d’approfondimento del nostro modello condiviso con la Federazione Danese – le parole conclusive di **Cremonini**, “Sono tanti i riscontri positivi, che vanno dalla loro attenzione fino ai centri romani di Minibasket che abbiamo incontrato e che ci hanno ospitato con dedizione e voglia di farci conoscere le loro realtà. Sono iniziative molto costruttive per tutti, il 4, 5 e 6 febbraio andremo noi in Danimarca per approfondire i temi e le idee analizzate questi giorni”.

Dello stesso parere anche **Mads Bojsen**, responsabile della Delegazione Danese: “Vissuti tre giorni di esperienze dai contenuti molto alti, approfonditi e che hanno arricchito il nostro bagaglio tecnico. Abbiamo potuto veder spiegati tutti gli esercizi, con ragazzi di diversi livelli di età uniti da una chiara linea rossa: tutto è collegato, tutto è pensato, tutto è messo insieme in un modo che non avevamo mai visto prima. Torniamo in Danimarca colpiti da tanta professionalità e portando con noi le tante idee innovative del metodo d’insegnamento italiano”.





**LUCIO BORTOLUSSI**

- **Allenatore e Istruttore Nazionale Minibasket.**
- **Vice Presidente del Settore Scuola della FIP dal 2010.**
- **Componente dello Staff Nazionale Minibasket e Scuola dal 2010 per l'ambito metodologico e didattico.**
- **Laurea in Lettere.**
- **Insegnante di Educazione Motoria nella Scuola Primaria.**
- **VicePresidente di un Istituto Comprensivo dal 1988 al 2011.**



**Lucio Bortolussi relatore ad un Clinic Minibasket.**





**16 Settembre 2015: Il casarsese Lucio Bortolussi all'Expo di Milano all'iniziativa EasyBasket.**

L'istruttore/educatore di Casarsa Lucio Bortolussi, componente dello Staff Nazionale Minibasket in rappresentanza della FIP, ha preso parte sabato 12 settembre scorso ai lavori di presentazione dell'iniziativa EasyBasket nel padiglione Klnder all'Expo di Milano. "Un sentito ringraziamento al nostro storico istruttore – afferma il presidente casarsese – che rappresenta degnamente la società di Casarsa Basket su tutto il territorio nazionale".

## **Casarsa diventa scuola di Minibasket**

*La certificazione dalla Fip di Roma,  
che attesta pure il Centro scolastico federale*



**Il tecnico Lucio Bortolussi**

PORDENONE, 12 aprile 2016. Grande soddisfazione in casa della Polisportiva Casarsa per l'importante attestazione ricevuta dalla Federazione italiana pallacanestro di Roma, che riconosce al centro minibasket casarsese lo status di "Scuola federale minibasket".

Una certificazione ottenuta grazie al superamento dei numerosi parametri qualitativi previsti dalla Fip per i centri minibasket del tipo qualifica specifica degli istruttori ai corsi federali, la collaborazione con gli istituti scolastici del territorio, il numero di iscritti, la partecipazione a campionati, gli anni di attività.

Ma non soltanto: per i numerosi interventi nei Progetti scuola è stata conferita anche la qualifica di Centro scolastico federale.

«La notizia del conferimento della Fip al settore minibasket mi riempie d'orgoglio»: queste le parole di un soddisfatto vicepresidente Loris Girardo, che aggiunge: «Ringrazio, in primis, Lucio Bortolussi – il quale tra l'altro ha scritto una sorta di "bibbia" sul minibasket che è diventato un testo di riferimento in tutta Italia –, tecnico federale, e tutto il suo staff. Perché con il loro encomiabile entusiasmo, impegno e professionalità danno un fondamentale contributo alla nostra società».



**ROBERTA REGIS**

**Diplomata all'ISEF di Urbino con la tesi sperimentale dal titolo "L'alfabetizzazione motoria nel Minibasket", è Allenatore Nazionale FIP, Formatore CNA, Istruttore Nazionale Minibasket e Formatore Nazionale Minibasket. Fa parte dello staff tecnico nazionale Minibasket per l'ambito metodologico e didattico. Docente per l'ambito metodologico della Scuola Regionale CONI Marche. Master in Psicologia dello Sport a Milano. Inoltre è stata responsabile tecnico del Settore Minibasket Aurora Jesi ed è Responsabile Tecnico Settore Minibasket del Nuovo Basket Ancona.**



**Roberta Regis docente ad un Clinic Minibasket.**

La Scuola Regionale dello Sport delle Marche organizza il **Seminario** dal titolo:

**“Esperienze di innovazione della metodologia di insegnamento in ambito motorio-sportivo”**. Ancona, 17 ottobre – 7 – 25 novembre 2016.

**Finalità:** Questo ciclo di incontri si caratterizza per un approccio olistico all'avviamento sportivo che attribuisce un valore non solo agli aspetti motori e funzionali ma anche alla sfera emozionale e cognitiva. Nei primi due incontri, partendo dagli sport di invasione abbiamo chiesto ai relatori di evidenziare quegli aspetti didattici trasversali, trasferibili in altri contesti. Le proposte che verranno presentate sono il frutto di sperimentazioni realizzate in contesti sportivi e scolastici e potenzialmente riproducibili nella quotidianità del lavoro in palestra o sul campo. Nel terzo incontro si affronterà il tema della voce, uno strumento che utilizziamo tutti i giorni, nel nostro lavoro di insegnanti e di tecnici ma che raramente è oggetto di una formazione specifica; anche in questo caso, in un'ottica olistica, partendo dall'educazione degli aspetti biomeccanici e fisiologici, verrà evidenziato come la voce sia l'espressione del nostro carattere e della nostra personalità. Come sempre è avvenuto in questa tipologia di incontri gli aspetti teorici sono integrati dalla parte esperienziale, poiché riteniamo che il proprio vissuto personale sia insostituibile in un processo di formazione.

**Destinatari:** Il corso è rivolto a allenatori dei settori giovanili, insegnanti di scienze motorie, studenti ISEF, educatori sportivi

**Modulo Organizzativo:** Il corso si svilupperà in 3 incontri, teorici e pratici.

**Prof. Roberta Regis** Diplomata Isef, Allenatore e Istruttore Nazionale di Minibasket. Componente staff nazionale Minibasket per ambito tecnico/didattico/metodologico. Formatore nazionale Minibasket e scuola, formatore Comitato Nazionale Allenatori. Ha svolto attività di insegnamento, coordinamento, tutoraggio e formazione in vari progetti di educazione motoria nella scuola primaria. Co-autrice del testo **“Insegnare il Minibasket”**.

#### Programma Lunedì 7 novembre 2016

ore 15.00 Dall'emozione al gioco, dalle prime conoscenze alle competenze per la crescita dei bambini autonomi, responsabili e collaborativi. Presentazione del modello della FIP per il Minibasket che si ispira a modalità applicative nelle quali le conoscenze e le abilità diventano competenze ed il piano di sviluppo funzionale-motorio si integra con il livello emotivo-cognitivo, in modo che i bambini che imparano a giocare possano comprendere il significato di ciò che apprendono e crescere come persone più libere, autonome, competenti. Tale modello presenta molte possibilità di trasferimento in altri contesti motori-sportivi. L'incontro prevede una parte teorica in aula ed una parte pratica in palestra. Durante l'incontro verrà presentato anche il manuale **“Insegnare il Minibasket”** realizzato da **Roberta Regis** con Maurizio Cremonini e Lucio Bortolussi, che rappresenta il riferimento della FIP per la formazione degli istruttori del settore minibasket.

Ore 15.30 Dall'emozione al gioco, dalle prime conoscenze alle competenze per la crescita dei bambini autonomi, responsabili e collaborativi – parte pratica – **Prof.ssa Roberta Regis**.

Ore 17.00 Dall'emozione al gioco, dalle prime conoscenze alle competenze per la crescita dei bambini autonomi, responsabili e collaborativi – parte teorica e dibattito - **Prof.ssa Roberta Regis**.

Ore 18.30 Termine dei lavori

**(Fonte: comunicato della Scuola Regionale dello Sport delle Marche)**



### **Curriculum di Luca Paolasini:**

- Formatore Nazionale Cna;
- Istruttore Corsi Allenatori 1° e 2° anno;
- Formatore ai Centri Avviamento Tecnici ed Alta Specializzazione Settore Squadre Nazionali;
- dal 1990 al 1998: settore Giovanile Ancona;
- dal 1998 al 2003 Capo Allenatore serie C (Adriatico Ancona, Vis Castelfidardo Basket);
- dal 2003 al 2005 Responsabile Settore Giovanile G.S. Robur Osimo (Legadue);
- dal 2005 al 2007 Staff Legadue e Capo Allenatore soc. satellite serie C Aurora Basket Jesi;
- dal 2007 al 2008: Assistente Serie B e capo allenatore u 18 eccellenza Stamura Basket Ancona;
- dal 2008 al 2009 Capo Allenatore Serie B Stamura Basket Ancona;
- dal 2010 al 2011 Capo Allenatore Serie A 2 femminile Ancona Basket;
- dal 2012 al 2016 Responsabile Tecnico Progetto Smile Basket Ancona;
- 2015 Assistente Allenatore Nazionale Italiana u 15 "Trofeo dell'Amicizia";
- 2016/17 Allenatore Centri Tecnici Femminili Marche.





**Francesco Grosso**

\*\*\*\*\*

### **La promozione e l'avviamento del gioco del rugby nella scuola: il primo corso per insegnanti**

Si è svolto alla Club House verdeblù "Sempre a Sostegno" il primo corso rivolto agli insegnanti organizzato dall'Equipe Rugby School del Cus Verona Rugby. Il corso, accreditato dal Miur, è stato strutturato su due pomeriggi di 4 ore ciascuno con la finalità di coinvolgere gli insegnanti nella formazione sportiva dei ragazzi, valorizzando il ruolo educativo dello sport all'interno del processo di crescita dei giovani.

Il tecnico inviato dalla Federazione Italiana Rugby, **Francesco Grosso**, ha saputo presentare una metodologia d'insegnamento per i principianti attraverso una progressione didattica fatta di esercizi stimolanti e divertenti che hanno permesso a quegli insegnanti digiuni di rugby ma appassionati di avere, alla fine, un po' più di dimestichezza con questa strana palla ovale!



11 Novembre 2016 - Fonte: <http://www.fip.it/veneto/>

## EUGENIO CROTTI PREMIATO CON LA STELLA AL MERITO DEL CONI



Il presidente del Coni, Giovanni Malagò, ha conferito al presidente del Settore Giovanile e Minibasket, il veneto **Eugenio Crotti**, la Stella d'oro al Merito Sportivo, una delle massime onorificenze del Comitato Olimpico Nazionale Italiano.

Un riconoscimento che premia il grande lavoro di Eugenio Crotti nel mondo del basket dove è stato per otto anni presidente del Comitato Regionale del Veneto, presidente della Consulta dei presidenti regionali, e successivamente Consigliere Federale da 11 anni e Presidente Nazionale del Settore Giovanile - Minibasket - Scuola da 7 anni.

Una vita dedicata al basket e soprattutto al suo sviluppo fra i giovani, che è valsa a Eugenio questa meritata onorificenza.

In foto la consegna della Stella al Merito a Crotti, fatta dal presidente della Fip, Giovanni Petrucci e dal vice presidente, Gaetano Laguardia.

## L'INTERVISTA: EUGENIO CROTTI: "CHE ONORE RICEVERE LA STELLA AL MERITO"

**Fonte:** <http://www.fip.it/veneto/>

È stato per otto anni presidente del Comitato Regionale Veneto, per quattro presidente della Consulta dei presidenti regionali; successivamente Consigliere Federale, questo il 12 anno, e Presidente Nazionale del Settore Giovanile, Minibasket, Scuola per 8 anni. Una vita dedicata alla pallacanestro e alla trasmissione della passione per il basket dai più piccoli fino alle nuove stelle. Sono queste soltanto alcune delle motivazioni che hanno convinto il CONI a insignire **EUGENIO CROTTI** della Stella d'oro al Merito Sportivo, una delle massime onorificenze del Comitato Olimpico Nazionale Italiano.

### **Eugenio, intanto complimenti. Quali sono le tue prime sensazioni?**

*"Diciamo che per noi dirigenti sportivi non è una cosa consueta ricevere dei premi. E non posso che essere felice di aver ricevuto un premio di questa importanza. Ma la cosa che mi ha fatto ancora più piacere sono stati gli attestati di stima e di amicizia ricevuti da tante persone su Facebook e altrove una volta pubblicata la notizia. Devo ammettere che e' stata un'ulteriore gratificazione".*

### **Ti aspettavi questo premio da parte del CONI?**

*"È una cosa che ha fortemente voluto il presidente federale Gianni Petrucci, considerato che al termine di questo mandato non mi ricandiderò per il Consiglio Federale. Un segno di riconoscenza per il lavoro svolto in 25 anni di Federazione. Il presidente si è fatto parte attiva per questo premio, segnalando il mio curriculum alla Commissione del CONI"*

### **Qual è il progetto realizzato che più ti porti nel cuore?**

*"Ne abbiamo fatti tanti. L'idea di una federazione attenta all'evoluzione della nostra società, e in particolare alle dinamiche che si attivano nel mondo della pallacanestro, e' sempre stata presente nel nostro agire. Ma più che un singolo progetto, sono contento di essere riuscito a creare staff di collaboratori. Lavorare assieme ad altre persone, per potersi confrontare e soprattutto per garantirsi che il lavoro di oggi possa avere un futuro, ritengo debba essere la massima soddisfazione per un dirigente che interpreta il suo ruolo come un servizio svolto per la collettività. La Federazione mi ha dato l'opportunità di realizzare tante cose, e dopo anni di lavoro nel Settore si corre il rischio di diventare gestori dell'esistente, innamorandosi delle proprie idee, e allora è giusto lasciare posto a chi possa dare ulteriore spinta al sistema, mantenendone l'efficacia e garantendone l'evoluzione. Ho agito così dopo gli 8 anni di presidenza in Veneto, lo rifaccio oggi. Quanto ai progetti realizzati mi piace ricordare quello definito 519, che ha dato origine all'integrazione tra attività giovanile e Minibasket, ai nuovi modelli tecnici di riferimento proposti nei percorsi formativi, ai Clinic integrati, ai Centri Tecnici Federali Regionali, fino a quello che e' una autentica pietra di paragone con la quale tutti coloro che si occupano di giocosport, in tutte le differenti federazioni sportive, dovranno confrontarsi oggi e in futuro: il libro realizzato da Maurizio Cremonini e dallo staff nazionale Minibasket, che sta' avendo grandi riconoscimenti da docenti delle facoltà di Scienze Motorie e dalla Youth Commission di Fiba Europe".*

### **Eugenio quale sarà il tuo prossimo impegno?**

*"Il presidente Petrucci ha in animo di convocare gli stati generali del nostro movimento, definiti in modo più moderno "Italbasket Sociale Forum: Futuro, idee e passione". L'idea è coinvolgere tutte le componenti del mondo federale e non, nel realizzare un percorso che ci porti ad avere obiettivi - e un metodo per realizzarli - per ciascun elemento di criticità presente nel nostro mondo. Ho accettato il compito di coordinare un gruppo di lavoro che sta preparando il percorso molto articolato che ci porterà all'incontro. Dove? Roma o forse Venezia. Il massimo per me sarebbe la Misericordia, ma di questo eventualmente discuteranno Petrucci e Brugnaro".*

**15 Novembre 2016**

**L'estensore del presente testo:****Guido De Alexandris**

- **Qualifica CNA: “Allenatore Nazionale” (dal 1981)**
- **Qualifica Settore Minibasket: “Istruttore Nazionale Minibasket” (dal 2001)**
- **Partecipante ai Master 2002, 2003, 2005, 2014, 2015 e 2016 per Istruttori Nazionali Minibasket;**
- **Insegnante di Easy Basket (dal 2013).**

**Attività tecnica:**

Come giocatore ha militato nella trafila dei campionati giovanili e dei campionati minori a Viterbo. Ha iniziato l'attività di allenatore di settore giovanile maschile a Viterbo **dal 1971 al 1975**. Trasferitosi a Mestre nel **1975**, ha allenato sempre squadre giovanili maschili, nell'ordine di tempo: Pallacanestro Giganti Zelarino, Canon Reyer Venezia; Basket Mogliano (squadre giovanili maschili e assistente allenatore della prima squadra in Serie D e poi in Serie C2); **dal 1989 al 1999** a Marghera (VE) come Istruttore Minibasket ed allenatore di squadre giovanili maschili; dal **1999 al 2001** al Settore Minibasket della Panto Reyer Venezia; **dal 2001 al 2008** come Istruttore Minibasket al Basket Mogliano. **Dal Settembre 2008 al Settembre 2013** è Istruttore al Settore Minibasket Umara Reyer Venezia; **dal 2012 al 2014** assistente allenatore al Settore Giovanile maschile Umara Reyer Venezia (Esordienti ed Under 13); **2015-2016**: Istruttore squadra Esordienti del Basket Mogliano Veneto; Responsabile Tecnico Centro Minibasket Casale sul Sile, Istruttore squadra Aquilotti '2006 del CMB Casale sul Sile; **2016-2017**: Istruttore squadre Aquilotti e Scoiattoli del Basket Mogliano Veneto (TV).  
Ha insegnato inoltre Minibasket nell'ambito dei progetti-scuola alle Elementari di Marghera e di Casale sul Sile. Collabora inoltre con la rivista tecnica web CNA VENETO TIME nel sito del Comitato Regionale Veneto FIP.

**Incarichi conferiti dalla Federazione Italiana Pallacanestro:**

- “Osservatore-CAF” al raduno di selezione della Nazionale “Cadetti” nel Giugno 1981 a Gorizia;
- Aiuto-Formatore allo Stage di 1° grado per giovani allenatori a Fiuggi (FR), Giugno-Luglio 1983;
- Rilevatore ai Clinics Internazionali FIP di: Montecatini (Maggio-Giugno 1982); Bologna (Maggio 1983); Firenze (Maggio 1985); Grado (Giugno-Luglio 1987); Bologna (Giugno 1988); Montecatini (Giugno 1989); Pesaro (Giugno 1990); Forlì (Giugno 1991); Cervia (Giugno 1992).
- Capo Rilevatori ai Centri di Alta Specializzazione maschile di Madonna di Campiglio: Settembre 1988, Settembre 1989 e Luglio 1990; ai Clinics Internazionali di Treviso (Giugno 1993 e Giugno 1994); Formatore dei Corsi “Tecnici Regionali” (corrispondente all'attuale qualifica di “Allievo Allenatore”) per la provincia di Venezia dal 1985 al 1994.
- Partecipante al 4° Corso Nazionale per Formatori dei Corsi per Tecnico Regionale (Madonna di Campiglio, 18-25 Luglio 1992).

***Ha realizzato numerose pubblicazioni tecniche di basket e Minibasket.***

## IL PROGRAMMA DEL MASTER

FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO  
 Settore Giovanile Minibasket Scuola  
 MASTER per ISTRUTTORI NAZIONALI MINIBASKET

*Confrontarsi per crescere:*

*con la Pallacanestro, nella Scuola e con altre federazioni (FIR)*

NORCIA 14/17 luglio 2016

### Giovedì 14 luglio

Arrivo entro le ore 16.00

Trasferimento in palestra

Ore 16.15 Apertura

- Presentazione del programma

Ore 16.30/18.30

- Conoscere la Pallacanestro e i suoi riferimenti fondanti
- Osservazione e analisi dei punti forti della pallacanestro e della formazione degli Allenatori

(relatore: Formatore Nazionale CNA Luca Paolasini)

Ore 18.30

- Approfondimenti – Dibattito e confronto con il relatore

Ore 19.15

- Assegnazione compiti gruppi di attività

Ore 20.30 Cena

Ore 21.30

- Approfondimenti sui temi assegnati nei gruppi di attività

### Venerdì 15 luglio

Ore 09.00/12.30 – Pratica

- Proposte dei gruppi di attività

Ore 13.00 Pranzo

Ore 16.00/17.30 – Pratica

- L'incontro con il Basket nei pre-requisiti e nei valori condivisi  
(R.Regis/M.Cremonini)

Ore 17.30/19.00 – Pratica

- Dal basket al minibasket  
(R.Regis/M.Cremonini)

Ore 20.30 Cena

**Sabato 16 luglio.**

Ore 09.00/12.30 – Pratica

- Approfondimenti per gruppi di attività
- Istruttori Nazionali a confronto

Ore 13.00 – Pranzo

Ore 15.30 Apertura del confronto FIP/FIR

- a cura di Lucio Bortolussi Vice Presidente Settore Scuola FIP

Ore 15.45/17.45 – Pratica

- Le proposte della Federazione Rugby per la Scuola Primaria  
(relatore: Francesco Grosso Coordinatore Attività Scolastica della FIR)

Ore 17.45/19.15 – Pratica

- La proposta Easybasket della FIP per la Scuola Primaria  
(relatori: R.Regis/M.Cremonini dello Staff Nazionale Minibasket e Scuola)

**Domenica 17 luglio.**

Ore 09.00/10.00 – Teoria

- Il modello di riferimento culturale per la proposta nella Scuola della FIR  
(relatore: Francesco Grosso della FIR)

Ore 10.00/11.00 – Teoria

- Il modello di riferimento culturale per la proposta nella Scuola della FIP  
(relatore: L.Bortolussi della FIP)

Ore 11.00 - Dibattito e confronto con i relatori

Ore 12.00 – Chiusura del Master

Ore 13 Pranzo

**Giovedì 14 Luglio 2016 ore 16,00 – 16,30: Apertura del Master.**

**Il saluto del prof. Eugenio Crotti, Consigliere Federale Nazionale e Presidente Settore Giovanile Minibasket e Scuola.**

Mi è assai gradito presenziare l'apertura di questo Master e di incontrare voi partecipanti che siete animati dal desiderio di migliorare sempre più il vostro bagaglio tecnico. Evidentemente Maurizio, Roberta, Lucio e il nostro staff, in tutte le loro occasioni di comunicazione, hanno tali capacità da stuzzicare in tutti la voglia di crescere professionalmente. Vi sarà consegnato in omaggio il bellissimo libro "*Insegnare il Minibasket*", che molto probabilmente sarà adottato da molte facoltà di Scienze Motorie come testo di prima importanza e di primo valore. È molto interessante da qualsiasi punto di vista, è assolutamente rivoluzionario e innovativo per molte ragioni per cui anche l'Europa lo ha apprezzato. Maurizio Cremonini, che frequenta la Commission FIBA Europe, appena lo ha presentato ha talmente suscitato l'interesse di tutti al punto che abbiamo deciso di tradurlo in inglese affinché abbia una funzione di stimolo all'intero movimento europeo. Riteniamo importante render noti il nostro impegno e la nostra ricerca per migliorare il Minibasket che, grazie al nostro staff, sta veramente riscuotendo successo in tutta Europa soprattutto in molti paesi in cui il Minibasket non è mai esistito oppure è esistito in forme simili al basket più che al Minibasket e quindi ci seguono da molti anni. Maurizio li informa sistematicamente riguardo l'Easy basket e le modalità di gioco nelle diverse categorie, imitate dalle più importanti nazioni europee che le hanno riconosciute come riferimento e come modello. A fronte di questi riconoscimenti viene spontaneo sottolineare come il nostro giocosport e il nostro Minibasket siano sostenuti da studi e ricerche scientifiche e i frutti di questo capolavoro sono raccolti in questo primo libro del nuovo modello. Posso anticipare che sarà soltanto "il primo libro" perché avevamo trascurato per un periodo la capacità di evolverci, ora abbiamo delle persone straordinarie che nutrono costantemente questa voglia di continuare a migliorare e di trasmettere anche a voi, che partecipate a questo Master, questa voglia di capire e di diventare più bravi quando vi recate in palestra. Io sostengo sempre che non è mai troppo tardi, anche per chi non è giovanissimo, per offrire la propria disponibilità a far migliorare le nostre strutture periferiche perché occorrono delegati provinciali e componenti degli staff regionali capaci. Persone che concedano una disponibilità al sistema che consenta di far diventare il nostro mondo più efficiente perché ammesso di avere il Centro Minibasket più funzionale e più organizzato di tutti gli altri ma se nel contorno il Minibasket è vissuto in maniera nociva tutta la sua abilità è vanificata. L'appello, pertanto, è rivolto alla vostra sensibilità affinché siate disponibili non solo nei confronti di voi stessi e del vostro Centro ma anche nei confronti dell'ambiente in cui operate. Se emergono delle disfunzioni sarebbe opportuno che offriate la vostra disponibilità a migliorare la situazione, a perfezionare tutto ciò che non funziona.

### **Maurizio Cremonini**

L'apertura dei lavori non può sicuramente prescindere dal puntare i riflettori sul programma di questo Master. E' doveroso riconoscere che questo vostro elevato livello di adesione in questi anni ci carica di responsabilità perché trovare sempre delle risposte che siano all'altezza delle vostre motivazioni che vi inducono a sacrificare alcuni giorni importanti è certamente molto impegnativo. Emerge sicuramente questo stimolo importante per un Istruttore che ha deciso di investire parte della propria vita per il Minibasket per cui il Master è un momento per ritrovare colleghi conosciuti al corso o incontrati in altre manifestazioni e sicuramente è una situazione utile e gradita. Il ritrovarsi insieme e interagire su un tema ben preciso per ricavare nuove idee e metterle a confronto è una strategia che usiamo sempre come modalità di formazione e di aggiornamento ed è un valore che non vogliamo disperdere.



Il tema del Master si appoggia su due strati diversi perché questi primi due giorni sono dedicati all'incontro con la pallacanestro, le due giornate successive saranno destinate alla scuola confrontandoci con chi, per conto della Federazione Rugby, si occupa di offrire qualità e progetto formativo nell'ambiente scolastico. Abbiamo intercettato un diffuso pensiero del seguente tenore: ***"In effetti nella nostra città, nel nostro paese, nel nostro territorio i tecnici del rugby divulgano delle proposte interessanti"***. Questa comunicazione ha stuzzicato il nostro interesse per cui abbiamo ritenuto utile studiare i contenuti di quel modello, da quali punti forti è sorretto, perché desta un certo interesse e perché riscuote un appeal nel mondo della scuola. Forse potremmo anche esitare sull'opportunità e sull'utilità di confrontarci con le altre discipline considerato che ormai da anni il Minibasket prima e poi l'Easy basket sono sempre stati bene accolti a scuola. E' necessario, quindi, mettersi in discussione? Sicuramente si possono attingere sempre alcuni spunti utili. Puntare i riflettori sui propri modelli, sulle proprie idee, confrontarle, ricavare uno spunto o comunque confrontare la propria strategia, i propri punti fondanti e compararli con altri è comunque un passaggio utile, costruttivo e fondamentale. In riferimento ad una metafora, ad un nostro ragionamento, la pallacanestro e l'Easy basket non sono due quadri rispetto al Minibasket, non è il nostro pensiero: Minibasket, Easybasket e pallacanestro non sono tre quadri diversi. Potrà anche sorgere qualche obiezione del tipo che tutti e tre hanno la stessa matrice, tutto sommato il protagonista è sempre il canestro... no! Il nostro ragionamento è stato diverso in tutti questi anni, cioè Minibasket, Easybasket e pallacanestro rientrano nello stesso quadro! Un'unica cornice abbraccia questi tre giochi, è come se in un quadro si possano avvistare una spiaggia, un mare, un orizzonte. Ciascuno può ammirare in quel quadro l'elemento che lo colpisce di più come i colori del mare, le onde, oppure l'orizzonte, il sole che tramonta e guarda oltre o è intercettato dal riconoscere alcuni colori che dipingono la spiaggia o la natura vicina. Questa analogia è parallela al nostro ragionamento mirato a costruire il modello che stiamo cercando di far accogliere. Se la nostra tesi sostiene che rientrano nello stesso quadro e lo confermeremo in questo Master, sussiste una costante che sorregge gli elementi che fondano l'Easy, il Minibasket e il Basket e che hanno la stessa matrice generatrice ed emerge un valore superiore a tutti i nostri ragionamenti: **la persona!** Tutto il nostro lavoro viene finalizzato in nome della persona, che può essere a scuola, che può essere in un Centro Minibasket, nella pallacanestro, ma deve trovare una continuità nel come vengono offerte le proposte didattiche. Il trattamento a scuola o nel Minibasket o nella pallacanestro deve esser sempre sostenuto da una stessa idea comune: **il valore della persona prima di tutto** e questa è una matrice che noi vogliamo riconoscere, sempre! Dalla pallacanestro all'Easy, ecco perché per un attimo abbiamo ommesso il focus del Minibasket anche se poi lo recupereremo. Ovviamente confermeremo anche la nostra idea di Minibasket, ovvero l'abilità di muoversi verso la scuola e verso la pallacanestro e in questa direzione occorre avere la consapevolezza dei contenuti da dover proporre.

Oggi concediamo spazio a **Luca Paolasini, formatore nazionale del CNA** e che vanta grande esperienza sia formativa che di pallacanestro sul campo avendo allenato squadre senior sia maschili che femminili di alto livello, oltre a tutte le categorie giovanili, nonché responsabile tecnico di settori giovanili. Attualmente il suo impegno è indirizzato a formare gli allenatori, dispensare agli allenatori l'idea di un modello di pallacanestro. Luca ha avuto la possibilità di lavorare con Andrea Capobianco, che di questo modello è assolutamente l'autentico propulsore. Luca ci illustrerà i postulati sui quali si fonda l'approccio formativo degli allenatori e quindi su cui si basa il modello di pallacanestro. Questo, infatti, è l'obiettivo al quale vogliamo riferirci e dedicare l'attenzione. Noi non siamo condizionati dalla pallacanestro ma vogliamo che i nostri bimbi sappiano muoversi incontro alla pallacanestro senza difficoltà, con una gradualità assolutamente adeguata, con il sogno di poter giocare a pallacanestro a tempo indeterminato, quindi oggi pomeriggio è dedicato alla pallacanestro.

Ore 16.30 - 18.30.

**relatore: Formatore Nazionale CNA Luca Paolasini**

**“Conoscere la Pallacanestro e i suoi riferimenti fondanti – Osservazione e analisi dei punti forti della pallacanestro e della formazione degli Allenatori”**

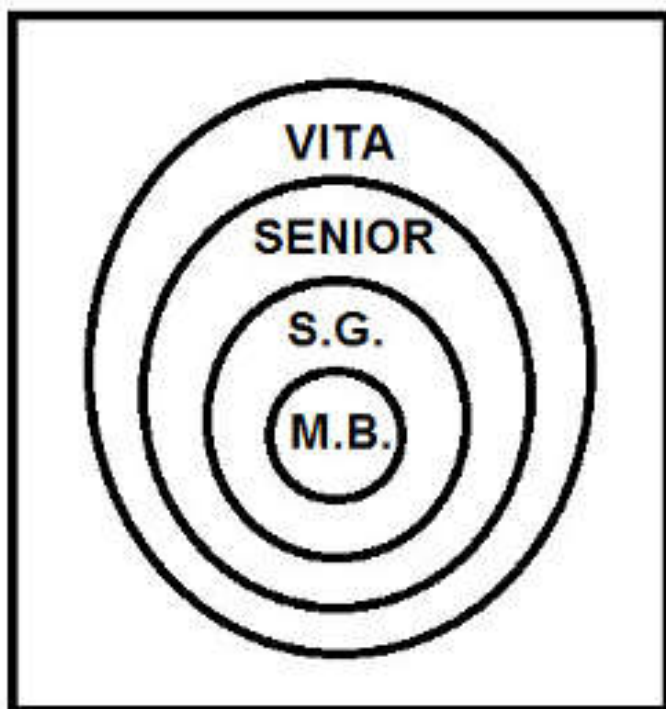
Ringrazio innanzitutto Maurizio e tutto il suo staff per due motivi:

- Innanzitutto, per quel che mi riguarda personalmente, ogni occasione d'incontro per parlare di pallacanestro è sempre motivo d'immenso compiacimento. E' uno sport che amo e mi è enormemente gradito dividerlo con delle persone che, se sono convenute in questa sede il 14 Luglio, dimostrano di esser veramente appassionati di questo gioco;
- partecipare ad un Master del Minibasket in questo momento, con questo staff, con questi responsabili in Italia, corrisponde a partecipare ad un corso di altissimo livello. Non mi occupo di Minibasket ma conosco le persone (con cui ho avuto anche l'onore di collaborare) e quindi avverto la responsabilità per questo incarico ma è anche motivo di grande soddisfazione.

Entriamo direttamente nell'argomento relativo all'allacciamento che collega il Minibasket con il Basket. Le modalità di trattazione saranno molto semplici poiché molti di voi Istruttori sono anche allenatori per cui la comprensione sarà più agevole. Ritengo che la semplicità, sia nella formazione che nella pallacanestro giocata, sia necessaria per capire non soltanto le mere proposte sul campo ma soprattutto a cosa servono. Ritengo che in questo momento storico emerga la necessità, per noi allenatori, di ritornare a parlare di pallacanestro e soprattutto di pallacanestro giocata sul campo. E' importante confrontarsi come una volta, a tavola, con i bicchieri, le posate e i piatti e trascorrere ore e ore a discutere di tecnica di Pallacanestro e non di altri argomenti che esulano dal gioco e che sostanzialmente per noi tecnici non sono molto importanti. Per chi allena non è importante la politica né altri aspetti ma concentrarsi direttamente sul campo.

La prima parte sarà riservata al modello di Pallacanestro. Nella Pallacanestro, come nella vita, non si può prescindere dall'avere un modello di riferimento. La consapevolezza di un modello di riferimento offre la possibilità di capire che il nostro pensiero è solo uno tra i tanti pensieri. La stessa consapevolezza del nostro modello di riferimento concede anche la possibilità di professare l'umiltà di verificare se le nostre proposte pratiche si rivelano coerenti con le idee che coltiviamo ed è una ricerca e una verifica continua. In genere i modelli possono essere condivisi e la condivisione chiaramente incrementa la credibilità e la stabilità del nostro modello, che potrebbe essere anche discusso. Se ci chiudessimo in noi stessi ed non accettassimo che anche una persona che manifesta idee diverse può diventare per noi una ricchezza, sicuramente non avremo un modello aperto e pronto ad accogliere le esigenze vere e momentanee. Nel caso pertanto di evidente non condivisione possiamo anche perdere l'occasione che ci può arricchire sul percorso del miglioramento o viceversa renderci conto se stiamo procedendo sulla giusta strada. Di modelli ne possono esistere tantissimi, la pallacanestro, nel corso degli anni, ha avuto diversi modelli. Il modello più in voga, forse 10 ed anche più anni fa, era di tipo settoriale. Un modello settoriale molto conosciuto in cui tutte le parti, sia pur componenti di un mondo che potrebbe essere lo stesso, si configuravano in tre settori separati: Minibasket, Settore Giovanile e Senior. Questo era un modello settoriale in cui ogni comparto curava la propria sfera, ogni settore, il Minibasket ad esempio, era una realtà a sé stante; il settore giovanile anch'esso era un

mondo distaccato e nel settore giovanile anche le varie categorie comparivano come una sfera distaccata. Infatti accadeva spesso in molte società che chi allenava l'Under 13 non comunicava con il collega dell'Under 14 e questo fenomeno purtroppo succede ancora e altrettanto l'ambiente delle squadre seniores era totalmente distaccato dalle giovanili. Per valutazioni, studi, osservazione di migliaia di partite e per il periodo storico che stiamo vivendo riteniamo invece che un modello più funzionale debba essere totalmente diverso e che s'identifica nell'integrazione delle varie parti. Siamo pertanto dell'idea che il modello più funzionale, considerando in questo momento la struttura sociale, sia quello **integrato**. A tal proposito, che significato assume la rappresentazione dei cerchi?



**Figura 1**

Quale sarà la definizione di questo modello? "Minibasket - Settore Giovanile – Senior – Vita": questo è un sistema che prevede delle sfere che includono una sequenza progressiva (Figura 1). La sostanza di un sistema integrato contempla la capacità di non disperdere le attività svolte in precedenza e di innestarle in quelle dello stadio successivo. La ricchezza dei lavori sviluppati nel Minibasket non possono essere dispersi nel passaggio al Settore Giovanile; il lavoro che viene svolto nel Settore Giovanile non può essere disperso al momento dell'accesso alla squadra senior. E' comunque importante sottolineare sempre che la priorità non spetta alla pallacanestro ma alle persone che condizionano, ovviamente perché sono persone, una propria vita, un proprio essere, un proprio comportarsi e che non può non esercitare un'influenza anche nella parte svolta da chi allena.

Il mondo, le sfere, la totalità: questo modello è basato sul fatto che le totalità includono le totalità inferiori e soltanto una parte delle totalità superiori. In buona sostanza io sono dell'idea che molti obiettivi e molte proposte presentate, ad esempio, sul campo di Minibasket siano molto utili poi nel corso dell'attività del Settore Giovanile.

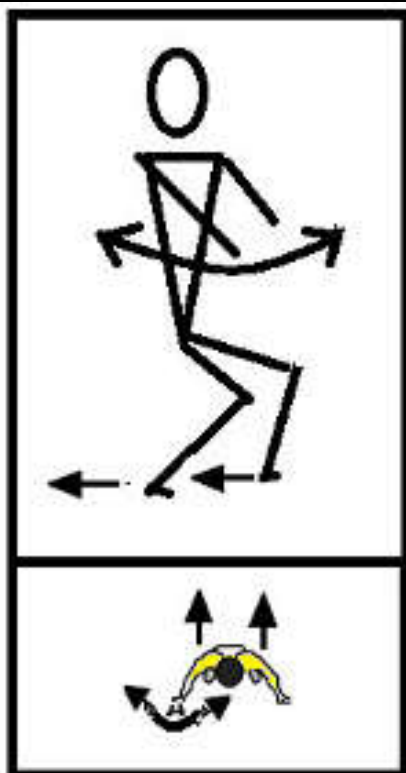


Figura 2

Casi pratici e concreti: tra gli obiettivi del Minibasket, ad esempio, la **Combinazione Motoria** deve diventare uno strumento per la pallacanestro nella situazione di difesa sull'attaccante con palla in cui si deve necessariamente muovere e differenziare l'uso delle braccia dall'uso delle gambe. Posso assicurare che non è facile difendere muovendo le braccia nella direzione indicata dalla Figura 2 ed eseguire dei movimenti con i piedi all'indietro. Oppure, sulle finte, il difensore viene battuto magari rimanendo basso sulle gambe e al tempo stesso avere la capacità di alzare un braccio per difendere sul tiro. Io ritengo che il Minibasket, in questi dettagli, ci possa essere di aiuto come ci può essere d'aiuto l'obiettivo del Minibasket sull'**Orientamento**, che si riconosce, in ambito di Settore Giovanile, nel "penetra e scarica", in cui si deve insegnare ai giocatori l'inserimento negli spazi giusti per ricevere degli scarichi, quindi in funzione del compagno, in funzione della difesa, in funzione del campo.

Altre considerazioni: lo stile di attività nel Settore Giovanile non può limitarsi al Settore o al campionato di riferimento. In Italia le divisioni sono strutturate per anni di nascita (Under 13, Under 14, Under 15 etc) ma se ci si limitasse a fissare come traguardo unico la vittoria del Campionato Under 13 o Under 14 significa non aver capito nulla del modello integrato. I campionati giovanili sono soltanto una fase di un ciclo più esteso e non l'obiettivo finale. L'obiettivo finale è di cercare di produrre più giocatori possibili per le squadre senior a qualsiasi livello, fermo restando che un **obiettivo imprescindibile si realizza nel formare giocatori/persone. Le persone hanno un'anima e proprio perché sono persone devono essere formate, non possiamo modellarle a nostro piacimento**, non è creta, né alcun'altra materia.

Riguardo al modello di basket integrato, qualsiasi azione che si sviluppa sul campo viene influenzata da tre aspetti. Sicuramente in una situazione di gioco quale sarà l'aspetto fondamentale? I fondamentali tecnici, poi affronteremo i fondamentali tattici.

 <p style="text-align: center;"><b>Diagramma 1</b></p>	<p>Qualsiasi tipo di movimento è influenzato anche da altri aspetti. Quali possono essere? Riflettendo su un tiro, un conto è tirare dalla posizione “A” e un conto è tirare dalla posizione “B” (Diagramma 1). Quale differenza può emergere? Tutti i bambini sono in grado di tirare dalla posizione “B” per un fatto di sfera, la sfera tecnico tattica e la sfera fisica. Può essere però la stessa situazione eseguire un tiro durante i tempi regolamentari o nei tempi supplementari a 10” dalla fine? Quale fattore può intervenire in questo caso? Dove può essere inserito? In una sfera mentale in cui compiere una scelta condizionata conferisce un senso di responsabilità che può sfociare in egoismo o viceversa in nascondersi e non avere mai la capacità di mettersi a disposizione della squadra, sia nel bene che nel male.</p>
---	--

Ogni azione che si sviluppa sul campo viene influenzata da tre sfere:

- **tecnico-tattica**
  - **fisica**
  - **mentale**

E' risaputo che la pallacanestro è identificata come un **gioco di vantaggi**. Cosa s'intende per "gioco di vantaggi"? Nel nostro modello di pallacanestro di integrazione tra le varie parti, integrazione tra le sfere tecniche, fisiche e mentali, prevediamo un modello di pallacanestro basato sui vantaggi. L'idea-base è: "**Vince chi riesce a comandare il gioco, sia in attacco che in difesa**". In attacco è più difficile costruirsi dei vantaggi e un vantaggio si costruisce grazie alla collaborazione di tutta la squadra. Una scelta che viene compiuta in autonomia deve essere sempre funzionale alla squadra. Prendere un vantaggio in fase di attacco può essere esemplificato concretamente attraverso la seguente situazione.



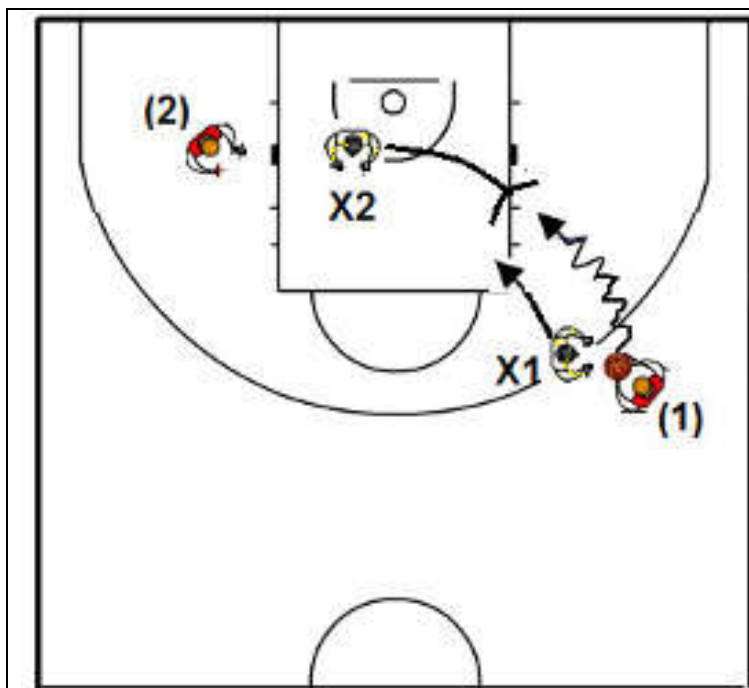


Diagramma 2

**2>2**, disposizione come da Diagramma 2.  
 “Prendere vantaggio”.

L'attaccante (1) riesce a battere con un'efficace partenza il diretto difensore X1. In questo momento X1 è battuto, se (1) sta avvicinandosi al canestro, cosa può succedere? In questa situazione due giocatori difendono su un attaccante e dall'altra parte è presente un altro attaccante, ossia (2). In questo momento (1) ha preso il vantaggio perché ha costretto due difensori, X1 e X2, a muoversi per chiudere la sua penetrazione e così (1) può scaricare al compagno (2) che si è venuto a trovare momentaneamente libero per effetto del movimento di aiuto del suo diretto avversario X2.

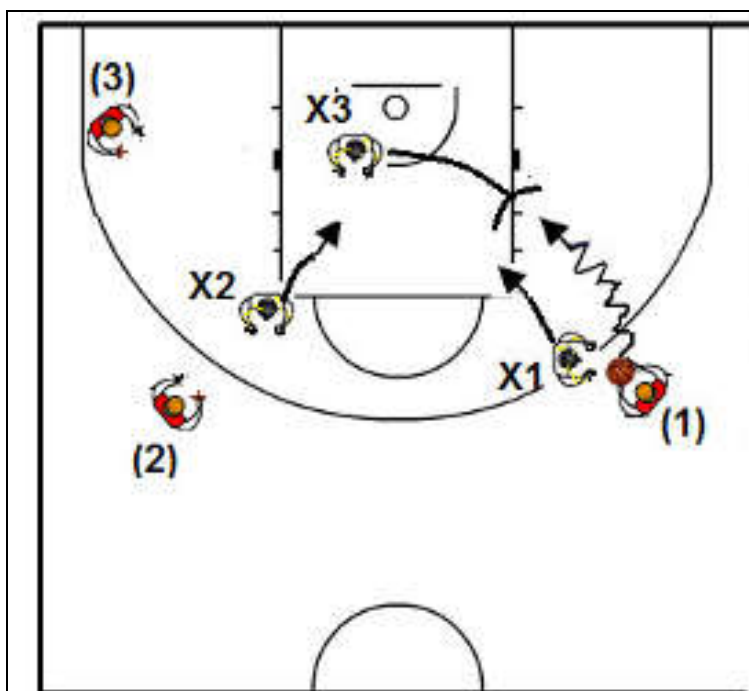


Diagramma 3

**3>3**, disposizione come da Diagramma 3.

Stessa situazione precedente, traslata al 3>3. Sul lato debole quanti attaccanti sono presenti e quanti difensori? Due attaccanti, ossia (2) e (3) contro un difensore, ossia X2: quale situazione si è delineata? Soprannumero a favore dell'attacco! (1) sta prendendo un vantaggio, qual è il problema per l'attacco? Non disperdere il vantaggio guadagnato! (1) ha preso vantaggio e (2) e (3) devono attivarsi per mantenere il vantaggio conquistato. Intanto, come si sono posizionati sul campo? Se (1) si muove verso canestro, (3) rimane in angolo; se viceversa rimane in mezzo, (3) va sotto. In sintesi: (1) ha preso un vantaggio, (2) e (3) devono mantenere il vantaggio conquistato spaziandosi adeguatamente, muovendosi!

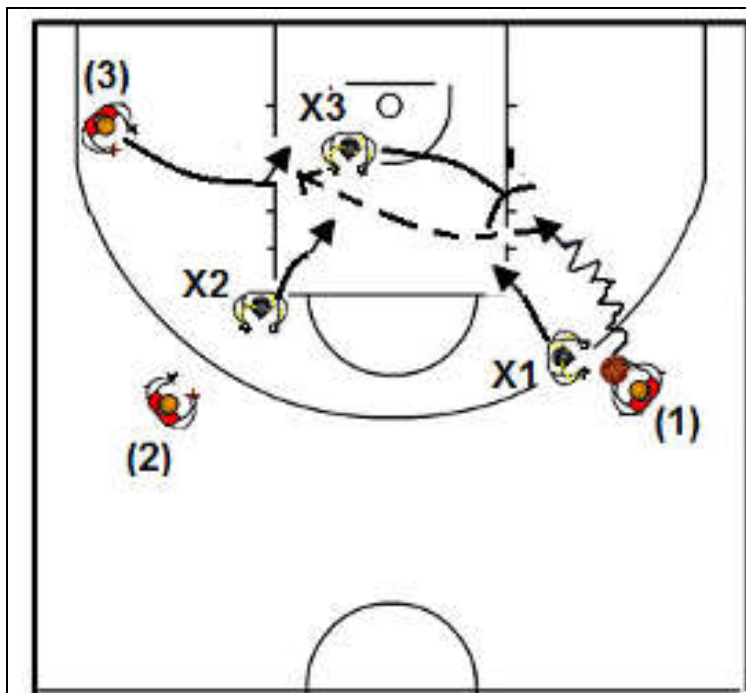


Diagramma 4

A questo punto l'attacco deve concretizzare il vantaggio (Diagramma 4). Ad esempio, se X2 rimane alto, (1), a fronte dell'aiuto difensivo di X3, può scaricare la palla a (3) che può realizzare sotto canestro e in questo modo l'attacco sicuramente ha preso un tiro ad alta percentuale e quindi un tiro facile.

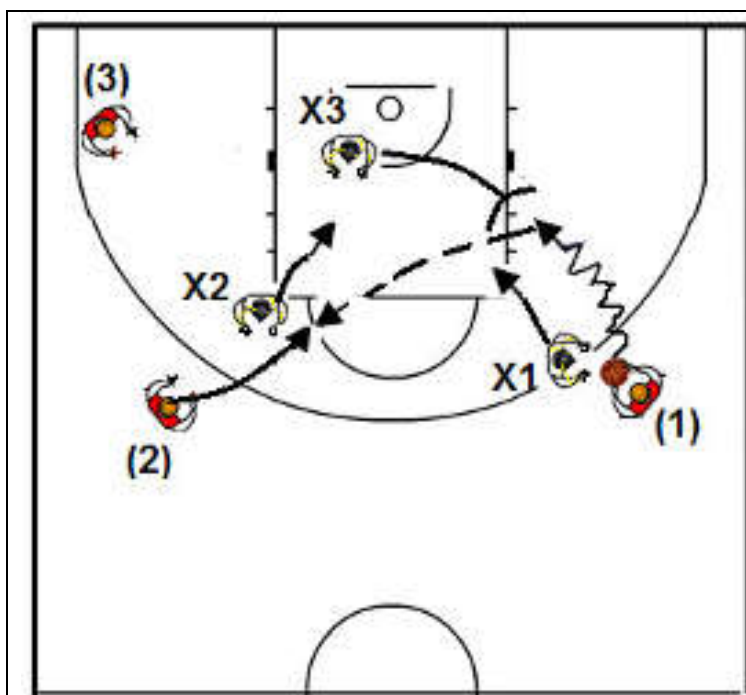


Diagramma 5

Viceversa, se X2 si schiaccia sotto, (1) che ha preso vantaggio può scaricare la palla a (2) sull'aiuto di X3 (Diagramma 5).

Il modello di gioco basato sui vantaggi prevede che con una scelta autonoma un giocatore ha preso un vantaggio, tradotto significa che un attaccante costringe due difensori a difendere su di lui in maniera da formare soprannumeri sul lato debole. Ovviamente il vantaggio va mantenuto e in questo caso è stato mantenuto con una spaziatura corretta. Si può mantenere e si può prendere vantaggio in altre forme ma poi occorre anche concretizzarlo. L'ideale concretizzazione offensiva si configura nel segnare guadagnando tiri ad alta percentuale, ovvero a fronte di una difesa non condizionante. Riepilogando, prendere un vantaggio, mantenerlo e concretizzarlo. Tutte queste situazioni di gioco, riferite alla pallacanestro in cui si gioca in cinque, quindi sport di situazione, si riconoscono in questo semplice esempio dal quale si deve capire che tutto deve succedere e può succedere, però in un determinato momento e in un determinato spazio. L'esempio appena presentato ha

contemplato due attaccanti senza palla sul lato debole che hanno cercato le giuste spaziature. Se l'attaccante con palla perdesse il vantaggio perché non sa usare, ad esempio, lo strumento-palleggio e quindi si palleggia sui piedi o non aumenta la velocità o non sposta la mano dietro e rallenta, la causa si riconduce alla perdita, per un fattore di tempo, di una giusta spaziatura. La pallacanestro si riassume proprio così: l'attaccante con palla ha preso un vantaggio, quindi come possiamo determinarlo? Perché un attaccante batte un difensore? Può verificarsi per vari motivi, può dipendere perché ha eseguito una finta e una partenza, oppure perché il difensore non ha difeso correttamente e comunque ha fatto una lettura e quindi una scelta e la scelta come possiamo chiamarla? Ha eseguito un suo movimento in autonomia, ma il suo movimento in autonomia verrebbe vanificato in questo caso se la collaborazione degli altri compagni non fosse corrisposta nel migliore dei modi.

L'altro aspetto riguarda lo spazio ed il di tempo: **tutto ciò che avviene sul campo di pallacanestro viene regolato dallo spazio e dal tempo.** Una determinata azione, sia offensiva che difensiva, trova la sua efficacia solo se avviene in quel particolare spazio e in quel particolare momento. In qualsiasi tipo di sport, nelle interviste, la definizione spazio-tempo viene sempre portata alla ribalta poi occorre analizzare dalla teoria alla pratica cosa si intende per spazio-tempo. Io ritengo che le definizioni hanno un senso se si possono tradurre all'atto pratico, quindi la definizione di vantaggi è abbastanza chiara. Prendere un vantaggio per aver costretto due difensori a difendere su un attaccante; mantenere il vantaggio perché a fronte di una situazione di sovrannumero si deve cercare di mantenere il vantaggio guadagnato concretizzandolo attraverso l'esecuzione di un tiro ad alta percentuale, possibilmente realizzando canestro.

Qual'è invece la definizione di "prendere un vantaggio in difesa"? Se l'attacco vuole prendere un vantaggio sfruttando lo spazio e il tempo giusto, la difesa come dovrà agire? Togliendo gli spazi ed i tempi vantaggiosi all'attacco, poi cosa significa "mantenere il vantaggio in difesa"? Riflettendo sull'attacco e sulla difesa, **gioco di vantaggi significa comandare il gioco**, si può comandare anche in difesa, quindi sono stati tolti spazi e tempi all'attacco. Non ci si deve però fermare a questo stadio, come gli attaccanti lavorano per mantenere il vantaggio, anche per la difesa si dovrà escogitare un'alchimia per non vanificare lo spazio e il tempo tolti all'attacco e nello specifico cosa può succedere in difesa? Facendo, per esempio, perdere tempo all'attacco. Era stato previsto di provare un determinato schema, si procede infilando un granello negli ingranaggi offensivi degli avversari, togliendo lo spazio e il tempo vantaggiosi e quindi magari devono ripartire daccapo. Oppure succede in partita, trovarsi a 10 o 8 secondi dalla fine e giocare una situazione di pick-and-roll. Questo è un successo della difesa, a mio avviso.

Concretizzare un vantaggio in difesa, inoltre, cosa può significare? Recuperare la palla, catturare un rimbalzo, oltre ad aver eseguito efficacemente il tagliafuori. Rimbalzo significa che l'attacco non ha realizzato canestro, che potrebbe esser determinato da un errore banale dell'attacco ma molte volte perché la difesa ha costretto l'attacco ad eseguire un tiro non ad alta percentuale, ovvero eseguire un tiro forzato.

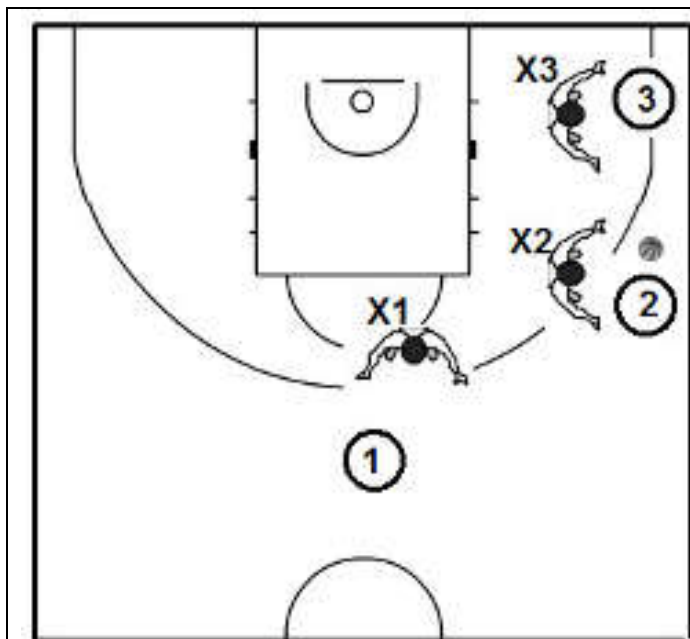
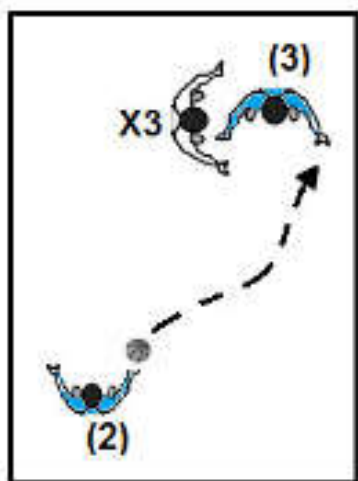


Diagramma 6



Linea di passaggio  
aperta

Diagramma 7

Ad esempio, il gioco della squadra in attacco prevede di far arrivare la palla a (3) perché è molto forte spalle a canestro ed è un giocatore alto.

Disposizione come da Diagramma 6. Come si riesce a passare efficacemente la palla a (3)? Se X3 difende dietro, si prospetta un facile passaggio perché è evidente una linea di passaggio aperta. Se il difensore X3 riesce a costringere (3) in una posizione in cui non si allinea con l'attaccante, ad esempio ha preso già un vantaggio di spazio perché se riesce ad andare davanti a (3) usa le braccia e l'esecuzione di un passaggio da (2) a (3) risulta molto più difficile. Per prendere un vantaggio in difesa si deve pertanto lavorare con grande aggressività per cercare di anticipare, di spostare la sua ricezione in maniera da non farlo allineare al giocatore in attacco. Il difensore X3 sta prendendo un vantaggio, la palla gli arriva, non è allineato, come lo mantengo? All'attaccante (2) quale indicazione, ad esempio, si potrebbe impartire? Migliorare con il palleggio l'angolo di passaggio, allora X3 mantiene il vantaggio su (3) se X2 riesce ad ostacolare efficacemente (2) in palleggio, costringerlo a dirigersi verso un'altra parte o addirittura esercitare una intensa pressione per indirizzarlo verso la linea laterale.

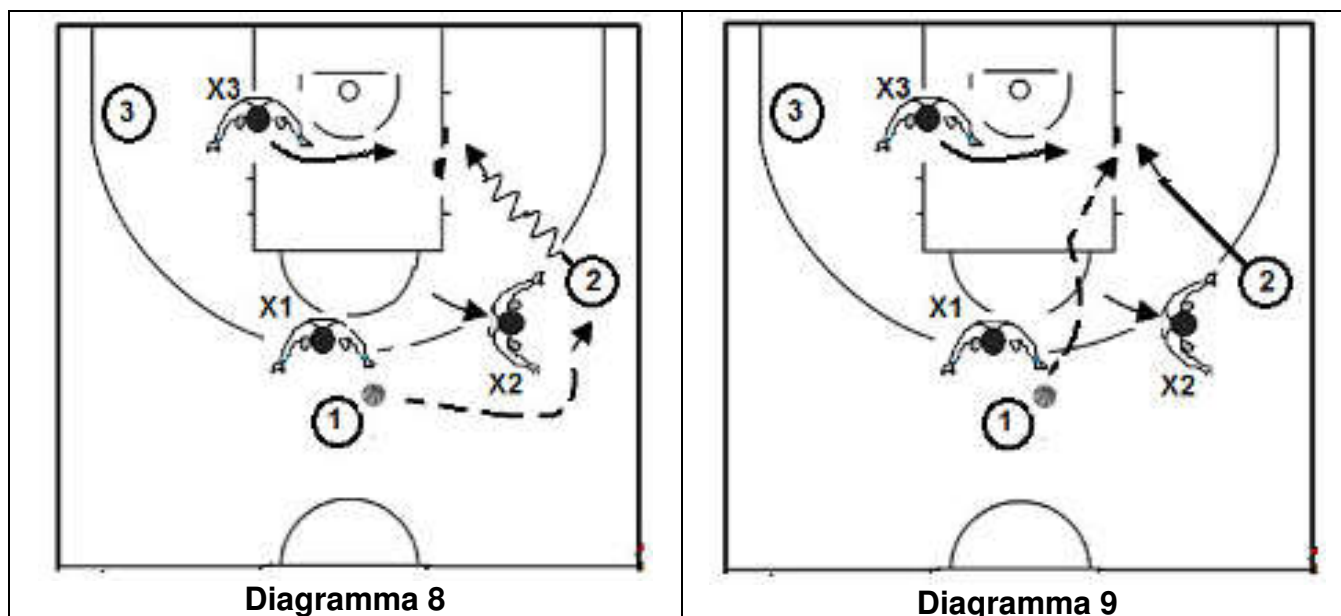
Se la difesa riesce a far perdere tempo all'attacco e se mancheranno pochi secondi, l'attacco dovrà chiamare il famoso "testa" e giocare un pick and roll. Questo è il concetto di vantaggi offensivi e difensivi.

Abbiamo sottolineato l'importanza di questo modello di pallacanestro ma in campo i protagonisti sono, in questo caso, 6 giocatori, ma soprattutto 6 persone. Per risolvere queste situazioni, ovvero prendere vantaggio, mantenerlo, conferire concretezza sia alla fase offensiva che a quella difensiva, abbiamo bisogno di giocatori/persone. Quale tipo di persone e di giocatori si vorrebbe allenare e formare? **Abbiamo sottolineato l'importanza di due valori: autonomia e collaborazione.** L'obiettivo della formazione nella Pallacanestro è di plasmare giocatori-persone. La frase "*i ragazzi non sono più quelli di una volta*" ricorre in ogni epoca, ma a mio avviso è una fortuna che attualmente le persone non sono più come prima, come è giusto che fra 10 anni saranno altrettanto diverse. E' normale che le persone siano diverse per cui questa frase viene pronunciata sempre con un significato negativo nel senso che non riusciamo a formare giocatori perché i ragazzi, per qualsiasi motivo, non sono più disponibili, non si dimostrano svegli. Sicuramente sono diversi per cui non possiamo fermarci ma abbiamo la necessità, semmai, di studiare e di adoperarci per una strategia che

possa compenetrarsi con il nuovo mondo, osservando, studiando sia da un punto di vista tecnico che razionale. Questo non significa che la Pallacanestro dei nostri maestri debba disperdersi, anzi, va studiata! Perché la pallacanestro di una volta è pallacanestro! La comunicazione che dobbiamo cercare di trasmettere agli allenatori è di contestualizzare le nostre conoscenze con le situazioni attuali e con le persone che abbiamo di fronte, quindi dobbiamo escogitare un accorgimento che ci possa avvicinare alla situazione attuale. Per fronteggiare queste situazioni dobbiamo avere un modello di Pallacanestro e specificatamente un modello del giocatore che vogliamo formare. Il modello di giocatore che dobbiamo formare si fonda su una persona pensante perché altrimenti se vogliamo soltanto i **joystick** è molto più facile allenare, è molto più facile comandare. La pallacanestro, però, è uno sport di situazione, cioè che ogni azione non sarà mai uguale a quella precedente. Immaginare quante casistiche di situazioni di gioco si possono verificare in una partita! Se non si forniscono gli strumenti adatti ad affrontare queste situazioni per riconoscerle e risolverle, sicuramente si rischia di limitare la formazione del proprio giocatore. Si devono pertanto formare dei giocatori che siano autonomi, pensanti, responsabili, che sappiano affrontare e risolvere le situazioni di gioco a vantaggio della squadra. Con quale strumento si possono affrontare e risolvere queste situazioni? Con gli strumenti che da anni si stanno insegnando e che dobbiamo continuare ad insegnare, con le varianti che analizzeremo fra poco sul campo, che sono gli strumenti tecnici, fondamentali tecnici e fondamentali tattici. Chiarita questa definizione, le parole-chiave sono:

- **autonomia,**
- **responsabilità,**
- **collaborazione,**
- **strumenti tecnici e tattici.**

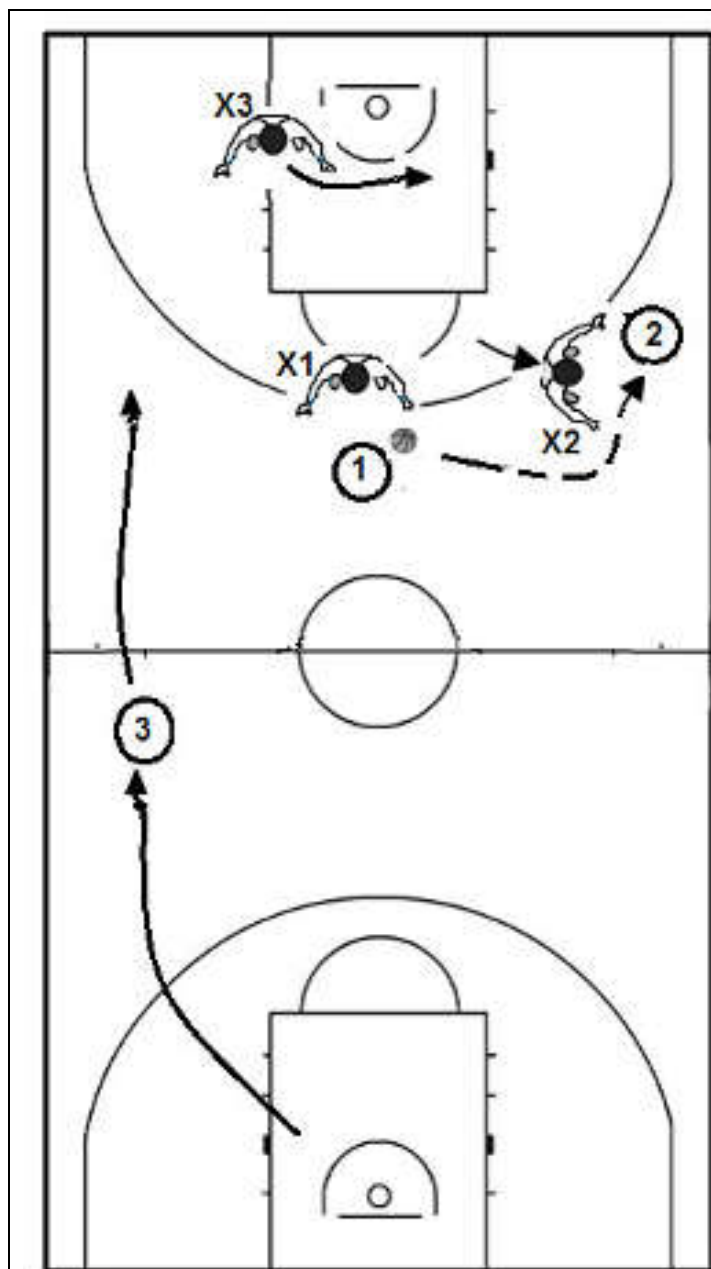
Nella situazione precedente limitarsi a questi quattro termini che sono nella definizione del nostro modello di giocatore. Riallacciamoci all'azione precedente con i tre in campo.



(1) passa la palla a (2), X2 buca l'anticipo, (2) come dovrà reagire? (2) ha preso un vantaggio e se penetra significa che ha riconosciuto uno spazio vantaggioso da attaccare nel giusto tempo e pertanto sta facendo la sua scelta autonoma (Diagramma 8). Se X3 non aiuta, l'autonomia di (2) si concretizza con un tiro ad altissima percentuale. Quand'è che l'autonomia deve diventare collaborazione? Quando si delinea una situazione di aiuto quindi di autonomia che per forza deve sfruttare i soprannumeri che si sono creati. X3 chiude su (2) che scarica per (3).



Quando invece l'autonomia deve essere responsabile, ricordando sempre il modello di un giocatore autonomo pensante ma anche responsabile?



**Diagramma 10**

Osservare la stessa situazione di gioco (Diagramma 10), immaginare che giochino in cinque con (1) e (2) che possono trovarsi già davanti. (3), che aveva conquistato il rimbalzo, sta per sopraggiungere, quindi non è ancora piazzato. In questa situazione, la sua stessa azione, (2) esegue una scelta autonoma. Quanti difensori sono presenti in campo? Tre difensori contro due attaccanti, quindi sono in maggioranza gli attaccanti o i difensori? I difensori! Per (2), in questo momento, attaccare non è facile, quindi, sia pur l'azione di gioco è identica a prima, in questa situazione (2), nella sua autonomia, deve essere responsabile e forse capire che in questo momento non è il caso di attaccare. (2) può pertanto optare per un'altra soluzione, magari arretrando o aspettando per concedere la possibilità a (3) di arrivare dall'altra parte.

L'autonomia può pertanto diventare collaborazione ma sicuramente una scelta autonoma, è bene ricordare, deve essere sempre dedicata a vantaggio di tutta la squadra.

In conclusione, dobbiamo formare un giocatore che sappia riconoscere ed affrontare le situazioni di gioco attraverso lo strumento dei fondamentali tecnici e tattici.

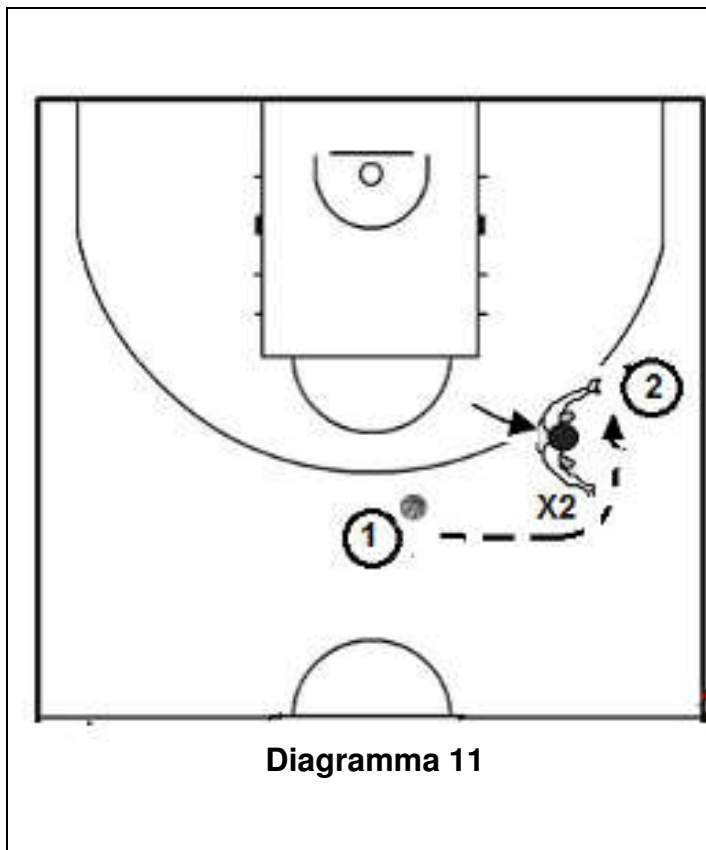


Diagramma 11

È ovvio che se (2) non ha la padronanza dei fondamentali e nello specifico della posizione fondamentale, della partenza, della tecnica esecutiva della partenza incrociata, di come posizionare le mani o poi nella fase successiva se arriva l'aiuto, nella fase di collaborazione di come si passa un pallone sulla situazione di "penetra e scarica", sicuramente non possedendo gli strumenti tecnici non riesce a concretizzare questa situazione di gioco. Come poi identificare lo strumento tecnico? Potrebbe accadere addirittura che, nel collegare l'azione, (2) non riesce a partire perché "non riconosce", ha commesso non soltanto un errore tecnico ma anche un errore tattico perché non è riuscito a riconoscere lo spazio vantaggioso in quel momento perché si profilava la situazione di andare ad attaccare la linea di penetrazione.

Nella pallacanestro, quali sono i fondamentali tecnici e tattici?

Palleggio, passaggio, tiro, movimenti difensivi che sono una parte ma che comunque servono per palleggio, passaggio e tiro, movimenti senza palla. Un fondamentale che in questo periodo stiamo riprendendo ad allenare ma che forse per troppo tempo abbiamo trascurato è la posizione fondamentale, che non è quella riportata dai manuali ma deve essere una posizione di massima reattività che assicuri la migliore rapidità in qualsiasi movimento sul campo. La posizione fondamentale deve tradursi anche in una situazione di massima attenzione, con sotto il campo visivo tutto ciò che avviene sul campo. Riepilogando: movimenti senza palla, palleggio, passaggio, tiro e fondamentali di difesa.

Il fondamentale tecnico viene declinato come strumento che consente di eseguire un movimento funzionale, ovvero come eseguire efficacemente il palleggio, i cambi di mano sotto le gambe e dietro la schiena, cosa cambia, però? Perché si esegue un cambio di mano frontale o un cambio di mano sotto le gambe o dietro la schiena? Per quale motivo? Il fondamentale tecnico deve essere accompagnato dal fondamentale tattico, si può riconoscere soltanto se si guarda! Palleggiare guardando i piedi comporta di non guardare, di non leggere, di non riconoscere e di non risolvere per cui il fondamentale tattico serve per poter poi fare una lettura. **Il fondamentale tattico per eccellenza è il guardare**, ma esistono anche altri tipi di fondamentali. Quando in difesa si sente urlare "*Blocco! Cambia!*" occorre ascoltare e con la presenza, assolutamente, di qualcuno che parla, quindi sia ascoltare che parlare. Ascoltare il giocatore autonomo e pensante significa riconoscere anche, ad esempio ad alti livelli, chi chiama un gioco e conoscere già come si svilupperà e comunque qualcuno deve ascoltare. Non si parla soltanto in difesa, si parla anche in attacco. Quante comunicazioni il play maker deve fornire al compagno mentre è impegnato in qualche movimento sotto pressione! Anche il contatto, il toccare può essere un fondamentale importante per sentire quale movimento sta per eseguire l'avversario sia in attacco che in difesa.

## Maurizio Cremonini

E' stato riconosciuto il Minibasket in tutto ciò che ha spiegato Luca? Quanto Minibasket è contenuto? Il cerchio più piccolo della figura 1, che contiene appunto il Minibasket: Luca sostiene, come pallacanestro, che non si deve disperdere il lavoro che il Minibasket ha sviluppato precedentemente alla pallacanestro (se l'ha fatto!) e verificiamo i motivi qui di seguito.

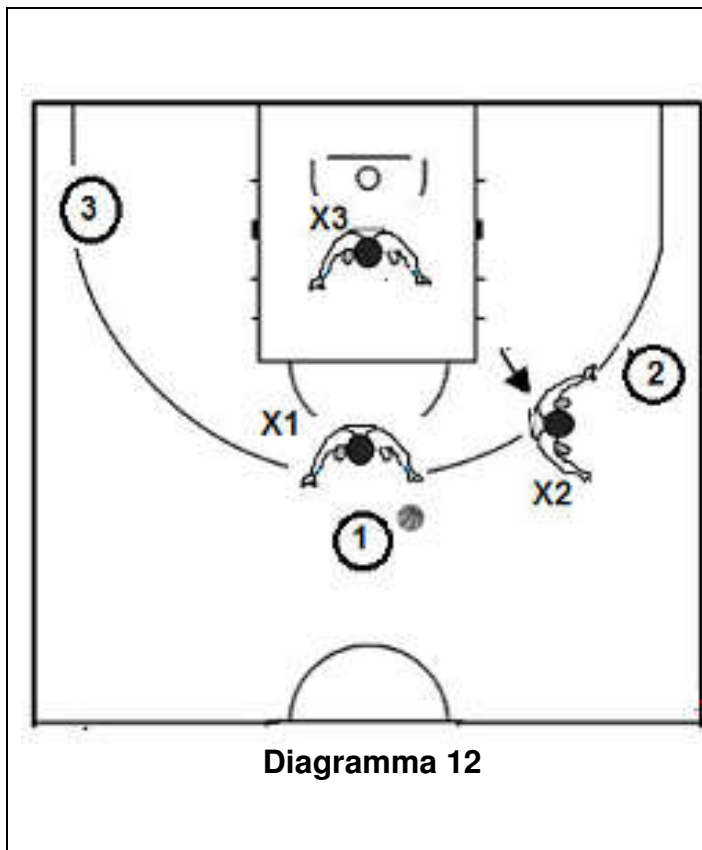


Diagramma 12: se X2 “bucà” l’anticipo, che capacità deve possedere (2)? Se vuol prendere un vantaggio deve vedere e prevedere che X2 sta bucando l’anticipo e quindi (2) attacca mentre gli arriva la palla! **Capacità di Anticipazione!** (2) si rende conto che la difesa sta bucando l’anticipo e si muove. Sapersi orientare nello spazio comporta di guadagnare un vantaggio perché se (2) non prende l’iniziativa in questa situazione significa non dare una linea. Sul movimento difensivo di X2, (2) deve essere in grado di dare una linea di uscita e significa saper orientare nello spazio quella linea di passaggio e mentre ragiona che capacità deve avere? Riconoscere una nuova situazione e trasformare il movimento e quindi **adattamento e trasformazione**. Perché X2 ha bucato l’anticipo? Come si connota la sua lacuna? Nella capacità di **controllo motorio!**

Le capacità emergono tutte se i nostri ragazzini arrivano alla pallacanestro dopo esser stati allenati nel Minibasket sulle capacità motorie, così la pallacanestro riesce a lavorare su un terreno più fertile e predisposto. Dobbiamo avere sempre la capacità di guardare tutto ciò che spiega Luca con i nostri occhiali, che sono quelli del Minibasket, nel quale riconoscerci. Ultimamente qual'è il problema più grave che affligge il Minibasket? Riconoscere le capacità motorie, ma le dobbiamo allenare adeguatamente perché poi la pallacanestro incontrerà minor difficoltà.

## Luca Paolasini

Abbiamo affrontato gli argomenti riguardanti i fondamentali tecnici ed i fondamentali tattici, come formare il giocatore e il modello di giocatore. Quali strumenti hanno gli allenatori per trasformare la teoria nell'atto pratico?. Un famoso proverbio spagnolo recita: *“Un conto è parlare di tori, un conto è trovarsi nell'arena”*. Un conto è scrivere e parlare, altro è formare. L'obiettivo della formazione è creare giocatori e come si devono creare i giocatori? Intanto occorre identificare le figure che devono formare i giocatori. Nel nostro caso non disperdendo tutto il lavoro del Minibasket per la formazione degli Istruttori di Minibasket. Occorre inoltre preparare gli allenatori affinché siano pronti ed abbiano gli strumenti per formare concretamente sul campo dei giocatori con queste caratteristiche che noi riteniamo, in questo momento storico, che essi debbano possedere. Quale strumento ha l'allenatore? L'allenatore deve saper allenare e lo strumento per arrivare a questo livello sono gli esercizi e quindi l'allenamento. Nel caso più specifico l'allenatore deve esser preparato, non può

allenare se non conosce la materia, se non sa ad esempio come si tiene la mano sulla palla nel palleggio da fermo o spinto. L'allenatore deve pertanto conoscere, deve saper fare, programmare, disegnare, predisporre una progressione didattica, elaborare un piano di allenamento. Siccome è stato posto l'accento sull'assioma giocatore-persona, l'allenatore deve sapersi relazionare, deve sapere chi deve gestire e quindi può anche essere capace in tutti questi compiti. Se però in palestra ha un atteggiamento con le mani in tasca ed esige un giocatore autonomo, collaborativo, il giocatore gli viene a chiedere qualche spiegazione e lui non lo guarda neanche negli occhi, cancella tutte le sue buone qualità. **Gli strumenti, pertanto, sono gli esercizi e l'allenamento.** Ritengo che si possano inventare degli esercizi e sicuramente rientra negli adempimenti di ogni allenatore creare degli esercizi che debbano prevedere delle situazioni per allenare la parte tecnica. La parte tecnica, però, deve prevedere anche delle situazioni che provocano determinate scelte, che inducano a guardare, perché l'obiettivo si connota nel formare giocatori autonomi e pensanti che sappiano affrontare, riconoscere e risolvere. Ciò non significa che non si debbano proporre degli esercizi cosiddetti "a secco". A mio avviso in questo momento a volte si arriva all'opposto con la presunzione che ragazzini di 13 – 14 anni possano sostenere sessioni di 50 – 60 tiri. E' poi inspiegabile che nella crescita, nel proseguo dell'attività allorché devono allungare i tempi e la frequenza da dedicare all'allenamento rispetto a quando erano più piccoli, smettiamo di allenare, arrivati a Under 18 – Under 19 non alleniamo più. Diversi giocatori, infatti, vengono impiegati in due squadre di diverse categorie e quindi con diversi limiti di età, per fortuna attualmente sono previste delle limitazioni però resta il dubbio su quanto possano migliorare. Se però si pretendono dei giocatori autonomi occorre allora formare degli allenatori autonomi che devono proporre situazioni di gioco che comprendano sempre una parte tecnica e una parte tattica. Il miglioramento individuale può anche prevedere delle sessioni in cui si allena soltanto la tecnica per migliorarla. E' importante però ricordarsi che il fondamentale tecnico e il fondamentale tattico sono coesenziali, cioè l'uno è imprescindibile dall'altro. Si può anche essere dotati di una grande capacità tecnica ma se non si sa riconoscere non si può giocare come viceversa un giocatore può essere molto bravo a riconoscere le letture ma se non possiede gli strumenti tecnici non può migliorare.

- *Osservazione di un corsista: <<A mio avviso è molto importante, nella progressione degli esercizi, focalizzare l'attenzione sull'errore, cioè sull'individuazione e sulla correzione dell'errore. Nel Minibasket presentiamo delle proposte adeguate che ci consentono di intervenire. Nel Settore Giovanile, spesso, adottiamo dei modi scarsamente efficaci riguardo la correzione>>.*

Il riconoscimento e la correzione dell'errore, ai corsi di qualsiasi livello, forse è la parte più difficile da insegnare e render pratica sul campo perché il modello di allenatore e giocatore fondamentalmente è identico, soltanto che si collocano su livelli diversi. A volte un giocatore non sa riconoscere uno spazio vantaggioso, un tempo vantaggioso ma anche perché l'allenatore non sa riconoscere il tipo di errore, se l'errore deriva da una fase tecnica o da una fase di lettura o da una fase magari che esula dalla tecnica e che potrebbe essere, ad esempio, lo star piegati sulle gambe, che può dipendere dalla pigrizia ma anche da un'insufficiente mobilità articolare. Riconoscere per correggere: l'allenatore deve riconoscere e poi sapere come affrontare il problema. Identica situazione per il giocatore, ovvero se non riconosce lo spazio e il tempo vantaggioso per attaccare non può poi procedere con l'esecuzione e giustamente è un aspetto molto importante, è la parte che risulta la più difficile.

Per ritornare al concetto relativo agli strumenti per allenare, occorre avere la capacità di studiare e progettare gli esercizi in cui la parte tecnica accompagna la parte tattica. In alcune situazioni di allenamento, ad esempio, i ragazzi sono liberi per il campo e poi improvvisamente al fischio devono assumere la posizione di "triplice minaccia". Io ritengo

che questa sia una posizione che, nella storia della pallacanestro, è sicuramente molto importante perché ci permette di palleggiare, di tirare e di passare ma va contestualizzata in una situazione in cui, se è determinante la capacità di anticipazione ovvero di “giocare mentre” per formare ragazzi autonomi e pensanti, si deve anche saperla insegnare.

 <p style="text-align: center;"><b>Linea di penetrazione</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Diagramma 13</b></p>	<p>Se s'intende anticipare, è importante tener presente che si deve riconoscere questa linea di penetrazione (Diagramma 13) se:</p> <p>A) lo spazio vantaggioso è delineato dal traguardo della stessa linea;</p> <p>B) la si coglie nel giusto tempo ovvero “mentre la palla arriva” perché se la penetrazione parte soltanto dopo aver ricevuto la palla, il difensore ha già recuperato. Mentre la palla arriva si deve pertanto riconoscere lo spazio vantaggioso. Ad esempio, in uscita da un blocco, si riceve, con partenza incrociata si va a canestro, non occorre più come insegnavano una volta a “strappare la palla” sotto le ginocchia ma si va subito in terzo tempo. Da questa posizione si va! Non si deve ricevere, leggere ed eseguire perché è una perdita di tempo ma è mentre che si riceve che si deve avere la capacità di partire immediatamente e in questo senso il Minibasket può essere di grande aiuto.</p>
---	---

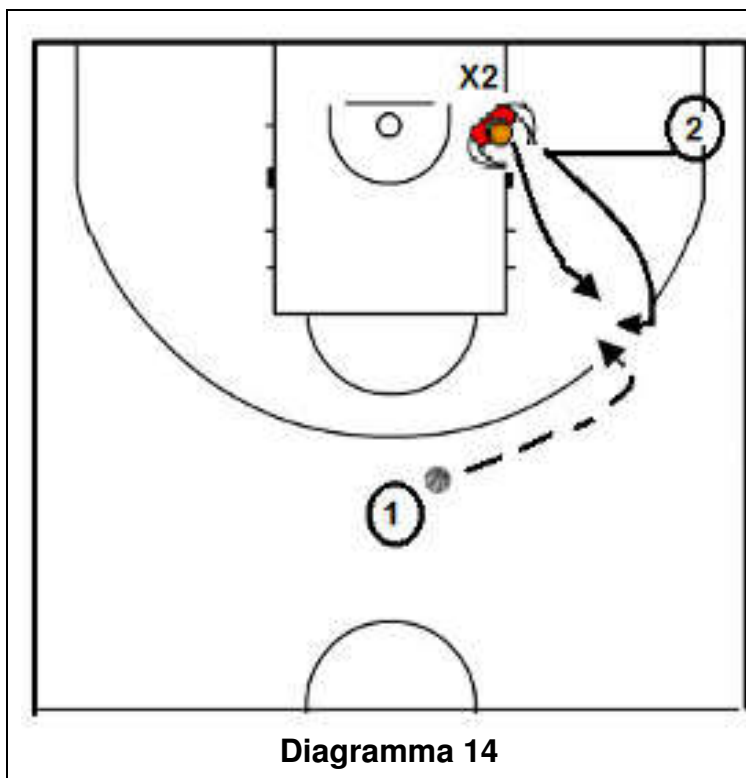
Le definizioni di “talento” possono essere illimitate, a mio avviso **il talento è chi riesce a limitare il più possibile il tempo tra il pensiero e l'azione funzionale alla squadra** perché un talento per se stesso non può risultare utile alla squadra.

Altri esempi: costruire esercizi che comprendano la tecnica e la tattica. Io sono dell'idea che nella costruzione degli esercizi la base da cui partire s'identifica nel:

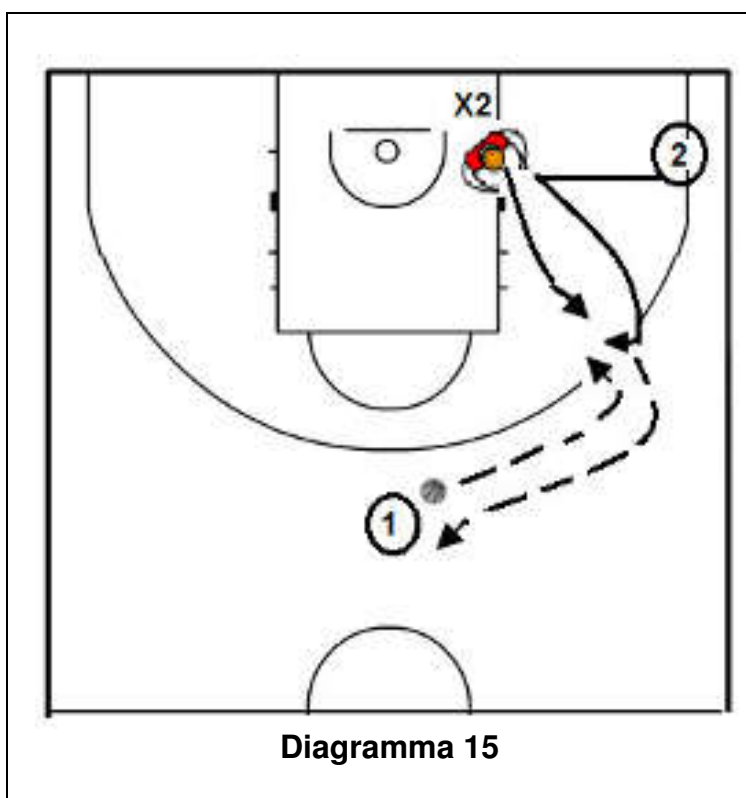
- sapere perché si propone un determinato esercizio;
- cosa s'intende insegnare, quindi qual è l'obiettivo;
- saper riconoscere veramente se s'intende insegnare un determinato movimento e poi sul campo, invece, se ne propone un'altro. Semplice esempio: se l'obiettivo è far migliorare i giocatori sul terzo tempo e prima di arrivare a curare questo movimento si presentano altre proposte, in un esercizio di 8 minuti eseguono 5 terzi tempi e quindi, probabilmente, l'obiettivo è stato spostato e conseguentemente non è stato curato il terzo tempo.

Riguardo l'esercizio sulle **partenze**, per prendere un vantaggio occorre avere una base tecnica e soprattutto una base tattica che permettano di riconoscere lo spazio vantaggioso e il tempo vantaggioso e sul conforto di questa preparazione si può affrontare l'esecuzione del movimento.





Esercizio sulle partenze. Disposizione come da Diagramma 14: smarcamento da parte di (2) con ricezione in ala su passaggio di (1). Una volta che (2) riceve deve cercare di eseguire una penetrazione. Se si propone l'esercizio a secco senza il difensore, quale aspetto si cura? La tecnica e non certamente l'aspetto cognitivo. In un determinato periodo, nella nostra programmazione può esser compreso anche questo tipo di lavoro ma con la consapevolezza che non è allenante ai fini delle letture ma al movimento tecnico. In questo caso le correzioni devono sicuramente servire alla tecnica, ovvero sul come afferrare la palla, come "strapparla", come muovere la spalla e su tutti gli altri dettagli tecnici.



Se il difensore X2 sceglie di stare davanti all'attaccante (2), cioè "a muro", per cui (2) trova la linea di penetrazione chiusa, per non fermare la palla la ripassa a (1) (Diagramma 15).

Con quali correzioni si deve eventualmente intervenire? Quale fondamentale tattico si sta allenando? Quando (2) riceve deve vedere se il difensore è davanti oppure no, quindi si deve costringere (2) a guardare. Quale sarà lo step successivo? Deve riconoscere!

Riflessione: siccome la maggior parte dei giocatori sono destrorsi, in automatico su questo lato del campo partono ad incrociare non curandosi della posizione assunta dal difensore.

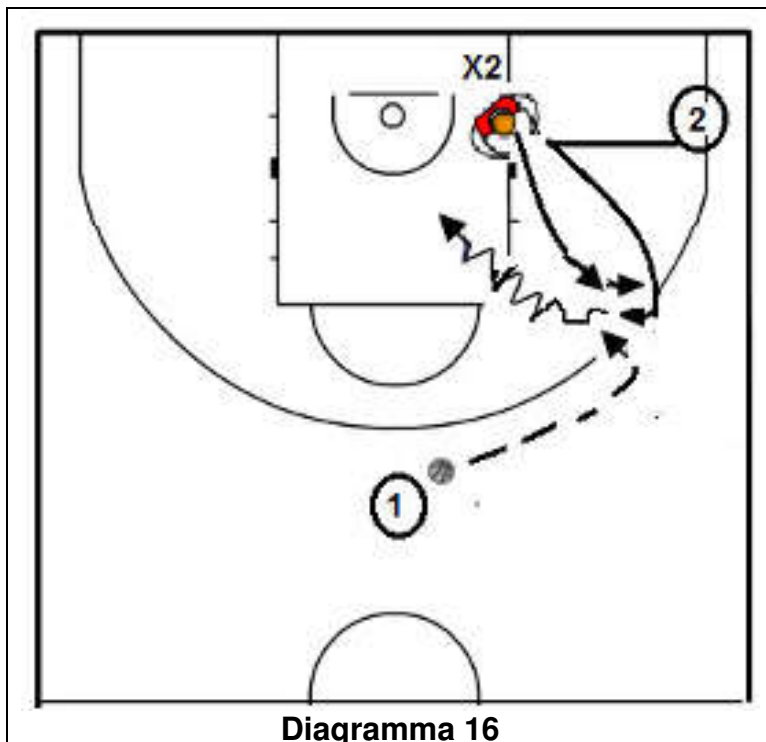


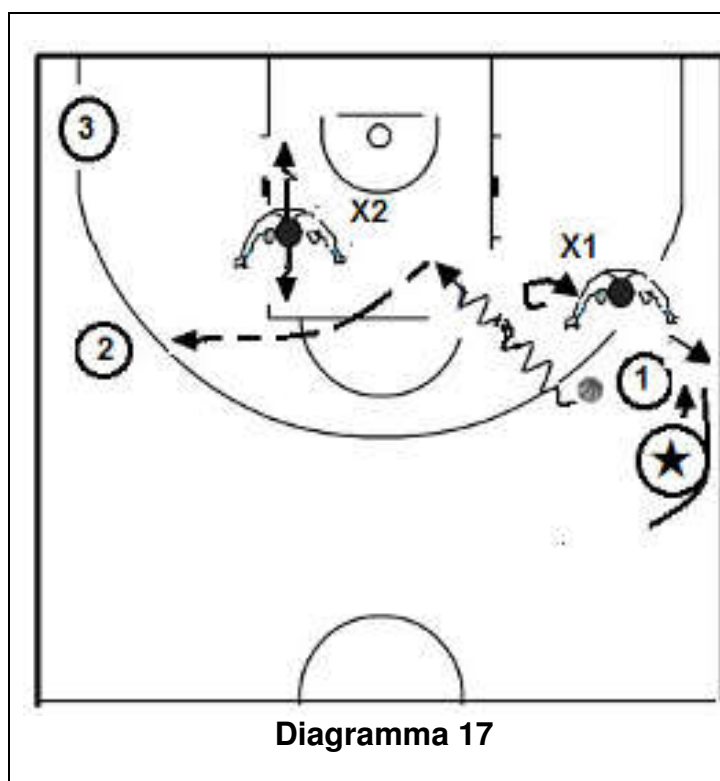
Diagramma 16

In questa situazione si deve costringere l'attaccante (2) a guardare ma, oltre a riconoscere qual'è lo spazio vantaggioso, deve possedere la tecnica per inserirsi in quello spazio e in questo caso occorre che abbia la padronanza anche della partenza omologa (Diagramma 16).

Questo esercizio è finalizzato ad allenare tutto: la tecnica, la tattica, a riconoscere uno spazio e come conquistare quello spazio. A monte si allena anche, attraverso questa situazione, una forma di collaborazione perché sembra banale ma il fatto di riconoscere che, se la linea di penetrazione è chiusa, si debba passare la palla al compagno, soprattutto a livello di giovanissimi, offre la possibilità di non far tenere ai giocatori la palla in mano per 5 o 6 secondi e quindi di evitare tutti movimenti inutili. Se non è stato preso un vantaggio, lo si deve ricreare in un'altra situazione. Con questo esercizio, inoltre, si allena un altro dettaglio tecnico che viene spesso sottovalutato, ovvero nella partenza si allena anche il gioco senza palla. Non si deve ricevere in posizione ritti sulle gambe arrivando con passi lunghi, perché se si arriva al punto di ricezione con un'ampiezza delle gambe esagerata si perde l'equilibrio e non si ha la possibilità di reagire né per tirare né per ripartire. **Attraverso questo esercizio, pertanto, si allena anche il gioco senza palla funzionale al gioco con la palla.**

Propongo ora alcuni esercizi per rendere l'idea della loro valenza, ovvero quale aspetto tecnico si allena attraverso la loro esecuzione.

Qual è lo strumento per migliorare il palleggio? Creare delle situazioni di gioco sul campo, come si crea il bambino che ragiona sul campo? Proponendo esercizi in situazioni reali di gioco. Se ha un difetto perché palleggia, significa che in quel momento è autonomo per se stesso perché ritiene che in quel momento è funzionale palleggiare. Questa, però, non è un'autonomia responsabile e collaborativa perché sta perdendo vantaggio di spazio e di tempo per il compagno quindi è importante tener presente che far eseguire ha una funzionalità estremamente superiore rispetto a spiegare a voce. Se un ragazzo non la vive sul campo, una spiegazione gliela si può ripetere chissà quante volte ma rimane fine a se stessa, magari una volta la recepisce poi ripete il gesto e la scelta precedenti. Se si deve intervenire con una correzione ovviamente è preferibile che il movimento lo ripeta subito.



Step successivo, in continuità con la situazione precedente. La sequenza degli esercizi contempla infatti una sua coerenza. E' stata analizzata la situazione del prendere vantaggio sulla situazione di 1>1 con palla. Per arrivare ad un buona preparazione in questa situazione occorre una continua esercitazione. Nell'esemplificazione proposta dal Diagramma 17, l'allenatore (★) è posizionato dietro a (1) e X1 deve "battere cinque" su una mano dell'allenatore. Notare la differenza: l'allenatore obbliga (1) a passare a un compagno nel movimento di penetrazione, ovviamente al compagno più libero che può essere (2) o (3) a secondo dell'atteggiamento del difensore X2 che si trova sul lato debole.

Quale unità didattica si sta allenando? Intanto sulla partenza il prendere un vantaggio, come nella situazione precedente. Perché (1) è partito? Ha riconosciuto lo spazio vantaggioso a seguito di come si è sbilanciato il difensore X1. La linea di penetrazione aperta si è delineata sul lato sinistro quindi (1) ha riconosciuto, ha letto quella situazione avendo guardato, ha riconosciuto lo spazio vantaggioso ed ha messo in funzione la preparazione tecnica. Un'altra mossa importante è la scelta a chi passare la palla, se a (2) oppure a (3). E' un attimo fuggente in cui (1) deve guardare e passare la palla al compagno libero. Attraverso questo esercizio, pertanto, si sta allenando sia la parte tecnica sulla partenza e sia l'aspetto tattico perché occorre riconoscere lo spazio vantaggioso e la linea di penetrazione da attaccare. Inoltre riconoscere, tra due compagni, qual è il più libero, quindi (1) sta allenando, per vantaggio, la sua collaborazione. Obbligando (1) ad eseguire un passaggio, in cosa è stato allenato? Gli è stata resa obbligatoria una situazione di autonomia in quanto la sua penetrazione si è convertita in una forma collaborativa perché indotto a passare la palla. Come rendere ancora più allenante questa fase con una piccola variante all'esercizio? Senza impartire delle regole l'obiettivo è di indurlo a saper riconoscere quando deve essere autonomo e quando deve essere collaborativo. Inserendo un altro difensore sotto canestro che si fa carico di chiudere la linea di penetrazione, allora (1) può decidere se "attaccare il ferro" oppure scaricare fuori al compagno ("*penetra e scarica*"). Attraverso questo esercizio, pertanto, si allenano almeno 3 letture: la lettura sulla partenza, la lettura sul passaggio, la lettura sulla scelta se andare al tiro o passare la palla. È ovvio che si deve allenare la tecnica. E' importante ricordare che se ci si accorge che in questi frangenti incontrano delle difficoltà su determinate situazioni di tecnica di palleggio o di passaggio forse, nella programmazione, occorre segnare un passo indietro e proporre anche degli esercizi in cui, a secco, si cerca di migliorare la parte tecnica. Occorre però curare sia la parte tecnica che la parte tattica altrimenti non miglioreranno, parimenti se si coinvolge soltanto la situazione globale e senza allenare la situazione tecnica pura. Il giocatore usa i fondamentali in situazioni di gioco, non li usa mai in situazioni non di gioco.



Diagramma 18

(1) ha già riconosciuto che è arrivato l'aiuto e deve passare la palla (Diagramma 18). Il giocatore autonomo, oltre a riconoscere a chi passare la palla, deve possedere la tecnica anche su quale spazio passare la palla perché se (2) è solo in questa situazione di gioco deve assumere una posizione attiva, gambe piegate dopo aver ricevuto. Se (1) vuole liberare (2) per il tiro, la palla deve arrivare completamente sulle mani.

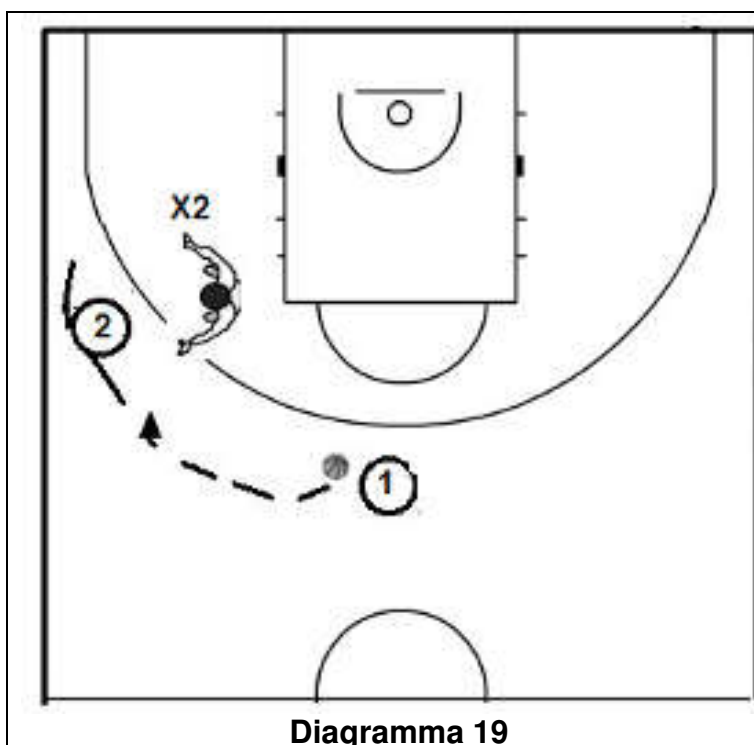


Diagramma 19

Se (1) vuole passare la palla a (2), che è anticipato da X2, dove gli deve passare la palla? La palla lontano dal difensore, come esplicito dal Diagramma 19.



Diagramma 20

E se X2 difende a zona? Dove (1) passa la palla a (2)? Un giocatore autonomo e pensante, dove gli passa la palla? Gli si concede la possibilità di eseguire un tiro immediato (Diagramma 20). I più abili passatori sono capaci di riconoscere queste situazioni perché un millimetro, una frazione di secondo possono concedere un vantaggio enorme. Nella pallacanestro moderna una frazione di secondo può offrire un vantaggio che libera l'attaccante in tante situazioni di gioco.



Diagramma 21

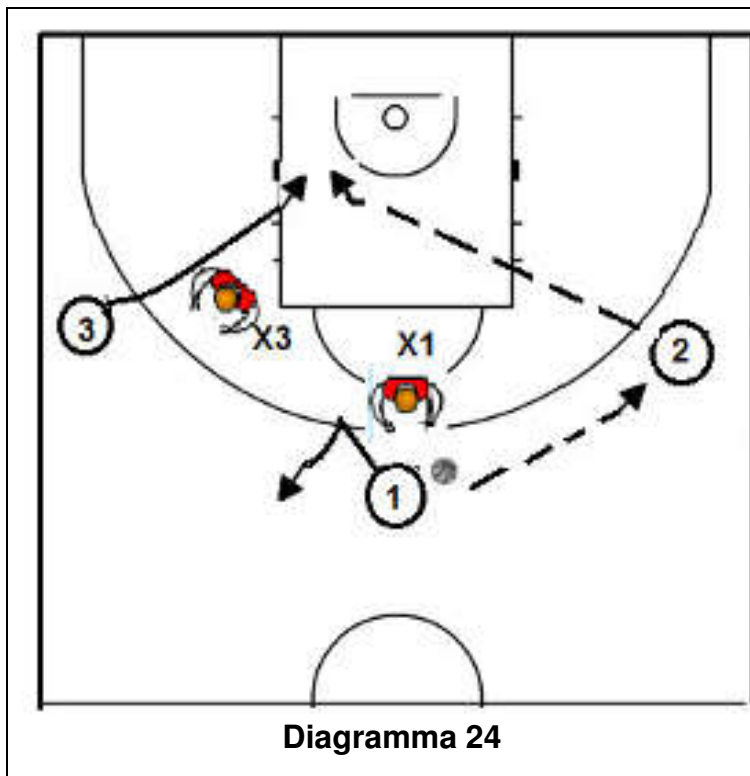
Da dove inizia questa situazione? Deve dimostrarsi bravo il giocatore che chiama la palla nel far vedere le mani. Nei riscaldamenti iniziali si vedono due file, una con palla e l'altra senza palla, si vedono bambini che iniziano a partire già dalle posizioni indicate dal Diagramma 21. Se si deve passare la palla sulle mani, quando passarla? Questo particolare sta a significare aver abituato il giocatore a giocare a memoria. In questo caso, partono da metà campo e la palla va chiamata in uno spazio vantaggioso, nel giusto tempo e quando sussiste la possibilità di riceverla. Questo succede anche a livelli di Eurolega, ad alti livelli.

Immaginare il momento di una rimessa in cui l'arbitro deve ancora consegnare la palla. I movimenti sono già avvenuti per la frenesia, per l'ansia e se si osserva attentamente la difesa è pronta perché ha previsto la strategia avversaria e si prepara ad interrompere l'azione di gioco.

E' stato ripetuto che, per formare i giocatori, gli allenatori adottano come strumento gli esercizi, devono capire cosa allenano, cosa intendono insegnare e nel proprio saper fare e saper far fare devono avere anche la capacità di programmare e di essere coerenti. Tutto va riportato tecnicamente in situazioni di gioco, per cui si deve avere anche la coerenza di proporre situazioni di gioco che siano compatibili con le unità tecniche che si stanno insegnando in quel determinato periodo dell'anno. Cito un esempio: si sta lavorando sulle situazioni di partenza di 1>1 con e senza palla a livello di Under 15 o Under 16 a 3 o 4 mesi dall'inizio della stagione e si sta lavorando soltanto su quelle situazioni. Il campionato è però

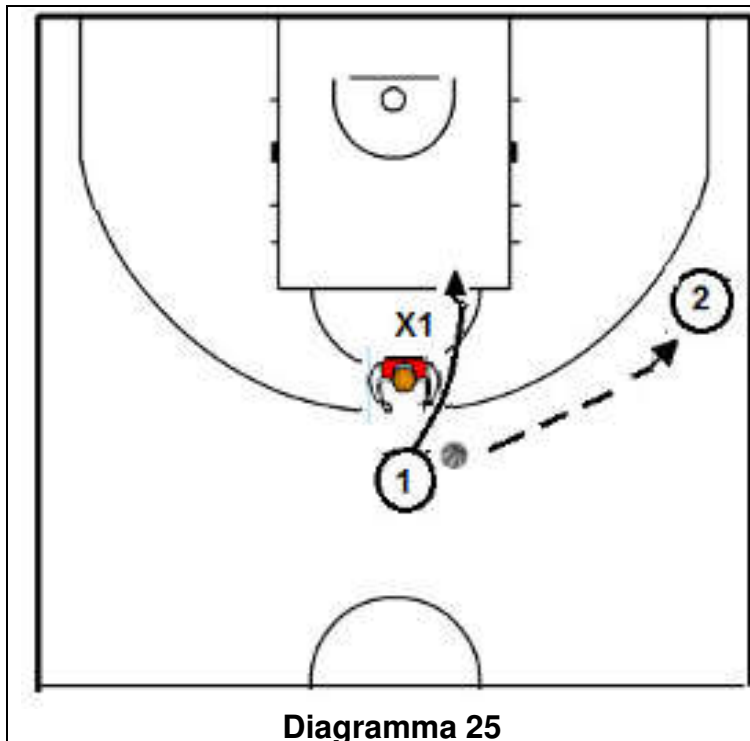






Per la medesima situazione, se s'intende avere un giocatore autonomo, pensante e che sappia leggere le situazioni, cosa può succedere dopo che (1) ha passato la palla? Può succedere che (1) non tagli e che (3) possa riconoscere lo spazio vantaggioso, per cui, come nella situazione precedente, l'autonomia diventa responsabilità. (1) deve riconoscere che in quel momento, nonostante abbia una linea di penetrazione, l'area è occupata, per cui come può muoversi nella combinazione di "dai e vai"? Dove trova lo spazio? (1) può muoversi in allontanamento (Diagramma 24), quindi è completamente diverso giocare il "dai e vai" a memoria dal "dai e vai" a lettura!

La stessa situazione può verificarsi quando l'attacco deve punire ogni errore difensivo.



In questo caso (Diagramma 25) se il difensore X1 rimane fermo, (1), appena passata la palla, può provare a passare davanti a X1 e se l'area è aperta è una buona scelta.

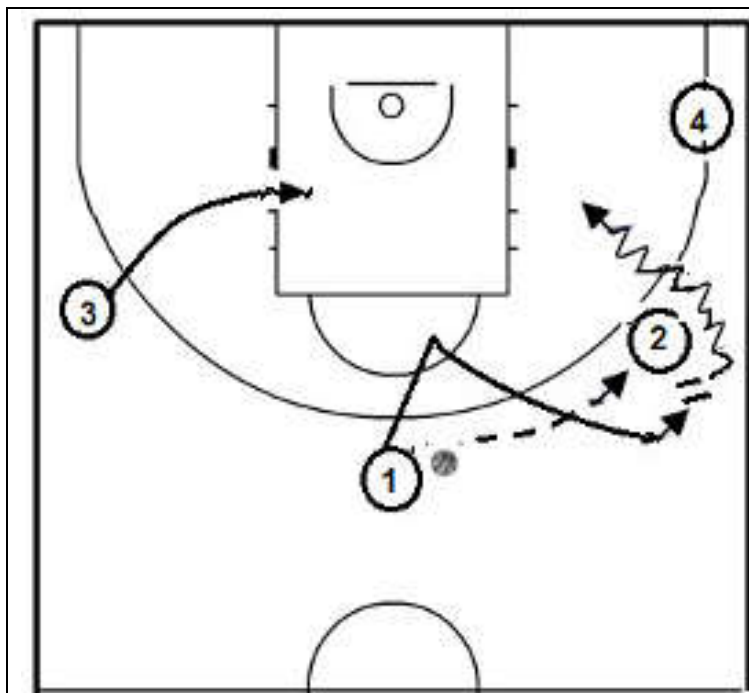


Diagramma 26

Come la situazione precedente, mentre (1) passa la palla, guarda, inizia il taglio e trova l'area occupata. Da questa situazione, per continuare a giocare, come può muoversi? Può, ad esempio, andare a ricevere dal compagno (2) su passaggio consegnato. Questo movimento è proponibile a livello di Under 15, di Under 17 e Under 18 e può trasformarsi in una situazione di pick and roll. Su un passaggio consegnato se il difensore resta dietro e quindi è in ritardo, se ad esempio (1) è bravo a palleggiare ed eseguire un arresto e tiro può anche continuare creando così un vantaggio e mantenendolo con il passaggio (Diagramma 26).

Questi sono esempi di come giocare situazioni di "dai e vai" non a memoria ma leggendo le situazioni che si presentano dallo sviluppo del gioco. Questo tipo di gioco, che sia Under 15, Under 16, Under 17 si può migliorare inserendo anche una situazione di pick and roll. Così non si perdono le letture degli spazi vantaggiosi del tempo ma si possono sempre utilizzare nelle situazioni di gioco.



Diagramma 27

La Virtus Bologna, all'epoca sponsorizzata Kinder, utilizzava un gioco famoso. Disposizione come da Diagramma 27, la palla in possesso di (3). Il gioco prevedeva un taglio sulla linea di fondo da parte di (2), un altro posto di blocco in uscita era portato da (4). Nel frattempo (3) passa la palla a (1) come fosse stata una situazione di "dai e vai". (5) porta un blocco cieco, il difensore rimane sul blocco, se non salta sulla palla, l'attaccante gli passa davanti ma (3) deve leggere se in quel momento l'area è occupata.



tempo e questa lettura verrà in automatico. E' questa la componente da dover migliorare anche perché nella collaborazione a due è importante anche il ruolo del bloccante.

### **Conclusione.**

Spero che i messaggi che ho provato a far passare abbiano tracciato un solco, soprattutto che sia rimasto abbastanza chiaro il concetto di integrazione. Integrare significa lasciare a ciascuno la propria autonomia e ogni allenatore deve conoscere quali sono gli obiettivi del Minibasket. In Italia è cattiva abitudine, a qualsiasi livello, scaricare le responsabilità sugli altri. La pallacanestro moderna, a prescindere dal carattere settoriale, deve senz'altro ringraziare il lavoro enorme sviluppato dallo staff federale Minibasket e dagli staff del Settore Giovanile. Personalmente ritengo che siamo su una buona strada, condivisibile o meno, ma che cerco di seguire assieme anche a tantissimi altri colleghi perché in questi modelli del Minibasket e della pallacanestro noi ci crediamo veramente.

**Ore 18,30 – 19,30:**

### **Approfondimenti – Dibattito e confronto con il relatore Luca Paolasini e con Maurizio Cremonini - Domande ed osservazioni dei corsisti.**

- Domanda: <<Come gestire la parte della preparazione fisica>>.

#### **Luca Paolasini**

E' una componente dell'integrazione. E' importante tener conto che a sostegno di un qualsiasi movimento o gesto è essenziale il supporto della preparazione fisica. A volte viene apportata una correzione tecnica nel contesto del problema entrando così in una sfera di integrazione che coinvolge il Minibasket, il Settore Giovanile e la squadra senior attraverso il preparatore fisico. I Clinic integrati comprendono sempre basket, Minibasket e preparazione fisica per cui un allenatore deve conoscere gli obiettivi del preparatore fisico ed ovviamente il lavoro di preparazione specifica è competenza dello stesso preparatore fisico.

#### **Maurizio Cremonini**

Mi preme far chiarezza in merito perché riguardo il concetto di integrazione è emersa una sorta di confusione. È passata quasi l'idea, per cattiva interpretazione, che l'integrazione esige il preparatore fisico anche nel Minibasket. In qualche ambiente cominciano a coinvolgere il preparatore fisico nel proprio Settore Minibasket. Gravissimo errore, perché significa che l'Istruttore di Minibasket non applica le sue competenze in quanto il lavoro dell'Istruttore di Minibasket deve essere appunto mirato allo sviluppo delle Capacità Motorie. La pallacanestro arriverà successivamente e non è composta soltanto dalle parti tecniche e tattiche ma anche dalla preparazione fisica. Il lavoro dell'allenatore dovrebbe essere integrato anche dal preparatore fisico, anche se poi non tutti possono disporre di questa figura nella propria realtà. Se però è stato condiviso il quadro dell'integrazione occorre avere la consapevolezza che ci si deve occupare anche della parte fisica ed informarsi al riguardo partecipando ai Clinic e agli aggiornamenti per sostenere i propri ragazzi dal punto di vista fisico soprattutto per la fascia di età dai 13 ai 15 anni.



- *Domanda: <<Idee e proposte per lo sviluppo della reattività per i bambini del Minibasket>>.*

### **Maurizio Cremonini**

Se la reattività non è efficiente per un problema di capacità di riconoscere efficacemente la situazione e di trovare un'immediata risposta non siamo sull'aspetto motorio-funzionale, siamo sull'aspetto cognitivo e pertanto dipende da una carenza di anticipazione o di adattamento e trasformazione. Il ragionamento straordinariamente ripetuto è che se non è stato sviluppato un adeguato lavoro su quell'aspetto rimane ancora del tempo per colmare le lacune. Si devono però coinvolgere le capacità condizionali, cioè far diventare i propri giocatori più rapidi nel dare una risposta e così diventano più forti, più veloci, più capaci fisicamente sul piano esecutivo. L'aver svolto nei tempi dovuti un appropriato lavoro sulle capacità coordinative consente poi di far riconoscere subito una situazione e a conquistare un considerevole vantaggio. Il soggetto può anche non essere rapidissimo ma se riconosce la situazione prima dell'avversario sicuramente arriva prima nel tempo e nello spazio di gioco. Personalmente ho avuto la fortuna di allenare giocatori, anche senior, quei famosi giocatori di qualche anno fa che saltavano pochissimo ma conquistavano tutti i rimbalzi in quanto riuscivano a capire prima dell'avversario dove precipitava la palla e come arpionarla. Erano giocatori che sapevano "stare in campo", viceversa alcuni giocatori sono dotati di notevole esplosività ma saltano a vuoto. A mio avviso noi dobbiamo rinforzare il nostro momento, il nostro tempo quindi tutte queste proposte inserite in questo Master sono mirate a riconoscere tutto il lavoro preliminare e importante per la pallacanestro.

Colgo anche l'occasione per sottoporre all'attenzione generale una provocazione: "*Quanti di noi vivono una situazione ideale nella propria realtà operativa?*". Quale il senso di questo interrogativo? Sono tanti i nostri ragionamenti condivisi, primo fra tutti l'integrazione. Quanti di noi sono coinvolti nelle programmazioni dai 5 ai 19 anni nelle proprie società, tutti insieme Istruttori Minibasket e allenatori del Settore Giovanile? Quanti di noi? La minor parte di noi! Per molti di noi il Minibasket è ancora un mondo a se stante e a chi spetta discutere sul modello di lavoro per gli Esordienti? Agli Istruttori del Minibasket o agli allenatori del basket? La categoria Esordienti, purtroppo, continua molto spesso a vegetare in un limbo e poi arriva la pallacanestro. Noi stiamo combattendo ancora per un rinnovamento ma rimane ancora molta strada da percorrere perché anche noi Istruttori abbiamo le nostre responsabilità. Da anni viene predicata l'importanza del lavoro sulle capacità motorie ma non si sono ancora spente le critiche che è tempo sprecato concedere spazio proprio alle capacità motorie! Le voci del dissenso che sostengono che si deve insegnare la tecnica analitica nel Minibasket continuano incessantemente. La nostra rivoluzione purtroppo è ancora lungi dall'esser portata a compimento e quindi il cammino è ancora lungo. Gradirei ascoltare in merito anche il parere di Luca Paolasini.

### **Luca Paolasini**

Sicuramente la soluzione di questo problema è molto complessa per una serie di motivi. Riguardo l'integrazione, personalmente ritengo che la sua priorità contempli il rispetto delle competenze di ciascuno avendo però ben chiaro che una struttura di un Settore Giovanile moderna e funzionale esige la conoscenza di un completo percorso di insegnamento negli anni. Esempio: un bambino o un ragazzo che ogni anno cambia scuola, questi continui spostamenti potrebbero rivelarsi o un'esperienza positiva oppure un'esperienza negativa. In una società ritengo che nelle riunioni tecniche debbano esser presenti sia la componente del Minibasket, sia la componente del basket ed anche gli allenatori della prima squadra. Per mia esperienza ho conosciuto alcuni allenatori di prime squadre che partecipavano a queste riunioni ed altri che non assistevano agli allenamenti non solo del Minibasket ma neanche

del Settore Giovanile. In questa direzione sono dell'idea che dobbiamo sicuramente spenderci. In Italia, purtroppo, torno a ripetere che vige l'idea di difendersi e di attribuire sempre la responsabilità della parte che non funziona al collega predecessore. E' ricorrente il luogo comune che i predecessori non hanno insegnato niente! Non hanno insegnato il tiro, il palleggio, l'equilibrio del corpo e né tanti altri gesti tecnici. Personalmente non ritengo un fenomeno positivo quei ragazzini che, anche in uscita dal Minibasket, sono capaci di eseguire tutto. Quale significato, però, si può attribuire al saper fare tutto? Io sono dell'idea che s'identifica nel messaggio che ho appena cercato di far passare ovvero non soltanto il piccolo giocatore che a 12 anni è capace di eseguire movimenti fenomenali come il passaggio dietro le gambe o di alte percentuali di realizzazione nel tiro. Tra l'altro, con il cambiamento del fisico nella crescita quante modifiche al suo schema motorio e al suo schema di tirare andrà incontro! Sinceramente preferisco che alle giovanili mi arrivino dei ragazzi che siano capaci nel "saper stare in campo" ed nell'affrontare le situazioni di gioco e non degli automi. Nel corso della mia carriera, avendo ricoperto anche il ruolo di assistente, mi sono occupato della crescita tecnica di giocatori senior per cui a mio avviso un ragazzo che non è professionista può stare in campo anche due ore a eseguire i movimenti fondamentali ma l'importante è avere un obiettivo: dove arrivare e soprattutto come arrivarci. Personalmente ritengo sia importante che ogni allenatore abbia la capacità di autocritica e al contempo non può perdere la stima e la fiducia. L'importante è cercare di essere coerenti con le idee in cui si crede e il Minibasket ha proposto moltissime di queste situazioni sul campo. L'importanza dei prerequisiti: nelle prime fasce di età sono molto più utili invece di imitare ad esempio dei modelli di giocatori. Io preferisco che arrivino ragazzi che abbiano la capacità di leggere le situazioni di gioco e di saper stare in campo, per la parte fisica, poi, il margine di tempo per migliorarla è sicuramente ancora ampio.

### **Maurizio Cremonini**

Tengo a ringraziare particolarmente Luca Paolasini per aver descritto un quadro dettagliato sulla pallacanestro che potrà esser utile non solo ai fini delle conoscenze. Ritengo infatti importante per noi del Minibasket portare anche delle testimonianze. E' sicuramente stata un'esperienza di alta qualità l'aver ascoltato un Formatore Nazionale, competente, che si occupa della formazione di alto livello del CNA e che ha dispensato importanti insegnamenti. A fronte di queste importanti istruzioni siamo anche in grado di dibattere sul tipo di pallacanestro applicato da un allenatore di settore giovanile, ovvero se sta condividendo il modello di pallacanestro che il CNA esige. Potremmo anche richiamare la sua attenzione in merito alla sua adesione ai modelli della pallacanestro e del Minibasket. Si possono dividerli come pure essere dell'idea, come molti sostengono, che la tecnica specifica della pallacanestro va insegnata a 11 anni disattendendosene di formare dei bambini autonomi e responsabili, in accordo magari con i propri direttori tecnici del Settore Giovanile, per adottare metodi estremamente prescrittivi. Purtroppo sono molti che scelgono queste metodologie.

- *Domanda: <<Quali indicazioni si possono impartire per lo spazio relativamente al contropiede nella pallacanestro>>.*

### **Luca Paolasini**

Quale utilità produce il contropiede? Il contropiede è finalizzato alla ricerca di un vantaggio di tempo. Il contropiede ideale quale sarebbe? Lancio lungo della palla ad un compagno che si trova a giocare "uno contro zero". Con il contropiede si può ottenere un vantaggio di tempo ma anche un vantaggio di spazio. Contropiede può identificarsi anche in una situazione di 2>2. A tal fine propongo esercizi mirati a mantenere 3 passi di distanza per riconoscere gli spazi, per cui contropiede è anche giocare un 2>2 o un 3>3 non avendo un vantaggio di

tempo ma un vantaggio di spazio. Giocare 2>2 in una metà campo è diverso dal giocare un 2>2 con cinque schierati. Il primo step è quindi costituito da esercizi in cui si deve riconoscere un vantaggio di tempo o di spazio sul contropiede. Per scendere nello specifico, a questa domanda rispondo che io preferisco sempre che i ragazzi conoscano tutte le parti del campo e per parti del campo è inteso anche lo spazio perimetrale. Anche se non ho a disposizione giocatori alti preferisco che, dopo una situazione di 1>1 senza palla, il mio attaccante possa anche fermarsi a giocare spalle a canestro. Ciò non significa, a livello di 14 e 15 anni, un ruolo definito ma giocare sui vantaggi perché a 14 – 15 anni si deve allenare anche la capacità di non aver paura di prendersi i contatti perché poi più avanti i ragazzi devono comunque aver la capacità di saper usare il proprio corpo. A questo proposito non è tanto importante il tipo di schieramento di partenza, si può anche partire con una situazione di “cinque fuori” ma i ragazzi devono rendersi consapevoli che esiste anche quello spazio interno al perimetro. Molte Nazionali a volte partono con uno schieramento, nelle prime fasce di età, di “cinque fuori” ma poi vanno ad occupare anche gli spazi interni. Sicuramente qualsiasi schieramento deve contemplare il rispetto delle spaziature tra i compagni. Personalmente ritengo poi che il primo obiettivo, anche a livello di giocatori giovani, è di cercare di far sviluppare in essi la consapevolezza. Io sono pienamente d'accordo che tutti debbano riuscire in tutto ma, per citare un esempio, se capita la fortuna che arriva un ragazzino alto, al momento sprovveduto, non si può pretendere sin da subito che gestisca la palla dal palleggio e che sappia destreggiarsi come tutti gli altri. All'inizio occorre impartirgli delle indicazioni, sfruttare la sua altezza per assumere consapevolezza ed aiutarlo a far crescere la sua autostima, ad esempio. Per formarlo poi come un giocatore autonomo occorre fargli capire che non sarà sufficiente, per la sua crescita, farlo giocare sempre e soltanto vicino a canestro. Può essere condivisibile o meno l'introduzione, ad esempio, della possibilità di difendere a zona per tutte le categorie del Settore Giovanile. Una delle motivazioni è anche questa: non ha alcun senso che gli allenatori si infuriano quando la squadra avversaria si schiera staticamente a zona perché se si ha un giocatore di 2 metri (e nella pallacanestro i giocatori alti servono, eccome!) non si deve costringerlo a correre per il campo per marcare un avversario qualsiasi. E' indubbio che se un ragazzo non tocca mai la palla e non si rende utile alla squadra, probabilmente molto presto decide di cambiare sport. In conclusione, dobbiamo essere autonomi, intelligenti e far germogliare e crescere consapevolezza nei ragazzi, quindi io preferisco giochi che contemplino l'utilizzo dello spazio perimetrale.

- Osservazione: <<Gli esercizi che si propongono all'incirca hanno inizio dagli stessi spazi>>.

Questo non può che definirsi un errore. E' la stessa situazione per l'1>1 per cui quante volte si propone un gioco soltanto sul lato destro, senza accorgersene, soprattutto quando si utilizza un quarto di campo! L'1>1 senza palla, ad esempio, lo si può giocare perimetralmente ma si deve, a 14 – 15 anni, iniziare a farli giocare anche internamente perché, riconoscendo l'importanza della posizione fondamentale, si possono “tenere i contatti” soltanto in virtù di un solido impianto della posizione fondamentale. Per eseguire efficacemente un tagliafuori si deve comunque predisporre saldamente il proprio corpo contro un altro. Per poter giocare con i blocchi si deve impiantare decisamente un blocco contro un avversario. A mio avviso, pertanto, è senz'altro vero che le situazioni di gioco vanno allenare modificando sempre le situazioni di partenza. Determinati esercizi, ad esempio, iniziano da una rimessa sul fondo. Allenare la situazione difensiva partendo da una rimessa dal fondo in cui i difensori rivolgono la schiena è totalmente diversa che partire da una situazione frontale, quindi si devono allenare tutti i tipi di situazione.

Nei giochi di Maurizio e Roberta, ad esempio, l'attivatore varia a secondo dell'obiettivo preposto. Ogni volta viene cambiato perché ad ogni cambio dell'attivatore corrisponde una modifica della situazione di spazio e di tempo. Come formatore di basket, per esempio,

posso dichiarare che nella progressione della difesa 1>1 si parte dal facile per arrivare al difficile, per cui quando s'insegna l'1>1 difensivo occorre tener presente che la posizione centrale è la più difficile da marcare. La difesa 1>1 meno difficile sull'attaccante con palla è quella negli angoli perché si ha l'aiuto della linea di fondo. L'allenatore attento a questi particolari deve pertanto valutare la possibilità di elaborare degli esercizi che abbiano delle attivazioni e delle situazioni sul campo che siano sempre diverse perché ogni azione non è mai uguale alla precedente.

## Conclusioni

Io ritengo che, sia come allenatori che come Istruttori di Minibasket, sia nella duplice veste perché gran parte degli Istruttori Minibasket hanno anche la tessera di Allenatore (a mio avviso sarebbe opportunamente professionale avere entrambe le tessere) occorre aver ben chiaro che insegnare Minibasket e Basket, come qualsiasi altra attività, è un compito molto impegnativo nel senso che queste figure sono sostenute da tanto studio e soprattutto da tanta passione. La passione purtroppo non è sufficiente, è la base per cui si opera. Se bastasse soltanto la passione chiunque potrebbe svolgere il mestiere di allenatore. Ritengo che l'impegno e la serietà siano le fondamenta di qualsiasi attività e noi dobbiamo tornare ad avere la gioia di far parte di un mondo che è quello degli Istruttori, quello degli allenatori perché più ci crediamo, più ci sentiamo partecipi di questo mondo e più siamo forti. Tradotto: è ora di finirla che nei Settori Giovanili le società incarichino ad allenare le fasce giovani soltanto per far arrotondare lo stipendio di un giocatore e purtroppo succedono ancora queste anomalie. Parimenti non è onesto far allenare le fasce di età critiche e basse soltanto a chi costa di meno alle casse societarie. Per citare un esempio positivo, ai tempi della Jugoslavia in quel paese ai grandi allenatori affidavano le squadre Under 14, Under 15, Under 16. Posso senza ombra di dubbio affermare che il ruolo dell'allenatore o dell'Istruttore è un modello di serietà e noi dobbiamo farci sentire partecipi di questo mondo. Più siamo uniti, più ci crediamo e più abbiamo la forza per poterci far valere. Non è vero che si può giocare senza allenare, è vero in parte nel senso della battuta che noi possiamo anche "provocare dei danni", però anche il talento va allenato altrimenti il ruolo dell'allenatore e dell'Istruttore non ha alcun senso, come se la scuola non attribuisse la dovuta importanza al ruolo dell'insegnante. E' errato ritenere che tutto possa avviarsi in automatico, perché altrimenti chiunque può occuparsi di tutto.

\* \* \* \* \*

Ore 19,15 – 19,30:

## Assegnazione dei compiti ai gruppi di attività

### **Roberta Regis**

Attraverso questa esemplare lezione di basket Luca Paolasini è stato molto incisivo sul concetto che un allenatore deve aver chiaro ciò che intende insegnare e quindi, in funzione di questo intento, ciò che deve programmare. La nostra idea trova connotazione nel costruire un ponte tra l'attività del Minibasket e l'attività della pallacanestro. Il tema è: "**Quali obiettivi programmereste per un adeguato incontro tra il Minibasket e il basket giovanile**", anche con alcune esemplificazioni pratiche. In sostanza, ogni gruppo di lavoro fotografa il momento in cui i nostri ragazzi incontrano il basket, quindi, per intenderci, alla fine della nostra attività di Esordienti quali sono gli obiettivi importanti sui quali porre l'accento.

**Maurizio Cremonini**

Sostanzialmente, quali sarebbero le proposte da programmare negli ultimi mesi dell'ultimo anno Minibasket, ossia nel periodo conclusivo della categoria Esordienti, tenendo presente che a 12 anni inizia il Basket. Identificare le forme progettuali sul campo considerando che dopo pochissimi mesi, ossia a fine estate, i bambini entreranno a tutti gli effetti nel mondo della Pallacanestro. In definitiva, quali potrebbero essere in questo breve lasso di tempo le proposte più efficaci per aiutarli ad incontrare nella maniera più adeguata il Basket. Il motivo di discussione è: conviene preparare qualcosa di specifico per la Pallacanestro oppure no? Se conviene, cosa prepariamo in funzione della Pallacanestro?

\* \* \* \* \*

=====

**Venerdì 15 Luglio 2016 ore 9,00 – 12,30: Pratica.**

- **Proposte dei gruppi di attività.**



Venerdì 15 Luglio 2016 ore 16,00 – 19,00.

**“L’incontro con il Basket nei pre-requisiti e nei valori condivisi”  
“Dal Minibasket al Basket”**

**Maurizio Cremonini**

Introduzione.

Il punto d’incontro tra il Minibasket e il Basket è stato forse il primo argomento che ho collocato al centro della mia attenzione all’atto della mia investitura come responsabile federale del Settore Minibasket. Non a caso dopo due anni è stata istituita la categoria “Esordienti” perché in precedenza, fino all’età della 5<sup>a</sup> Elementare, i bambini rientravano nella categoria “Aquilotti” per passare poi alla categoria “Propaganda” che comprendeva il biennio di 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> Media. Si percepiva allora la sensazione che i bambini, concluso il ciclo del Minibasket, venivano, come dire, “riversati” nella pallacanestro. La categoria “Propaganda” coincideva con l’inizio della pallacanestro ed ovviamente, per protezione del Minibasket ed anche per non esagerare nell’ammissione alle attività successive, i bambini del Minibasket non potevano giocare a pallacanestro. Se i bambini dell’ultima annata Minibasket, infatti, fossero stati ammessi al Propaganda avrebbero giocato anche contro ragazzini di due anni più grandi. Il nostro sistema in quel momento funzionava in questo modo un po’ anche per protezione del Minibasket e se torniamo indietro negli anni la situazione forse era ancora più complicata. Dal momento invece che fu istituita, la categoria “Esordienti” ha ammesso i bambini del secondo anno della categoria “Aquilotti” cosicché gli Aquilotti dell’ultimo anno possono giocare negli Esordienti e gli Esordienti possono disputare il campionato Under 13. La prima comunicazione che è stata divulgata evidenziava elementi di fluidità e di combinazione tra i due mondi, non erano più separati, ma risultavano evidenti le interconnessioni. Purtroppo si erano verificate delle irregolarità come ad esempio dei bambini dell’ultimo anno Aquilotti particolarmente bravi i quali giocavano sotto falso nome nel campionato Propaganda. Per certi dirigenti o Istruttori vincere un titolo Propaganda era molto importante, secondo me invece l’ipocrisia è uno dei difetti più incomprensibili ed assurdi, soprattutto quando coinvolge persone che sono bambini sotto pensieri e slogan tipo “mondo educativo e formativo”. Posso testimoniare un episodio clamoroso, accaduto 10 anni fa, di un bambino che ha giocato per un anno dichiarando al tavolo un nome e un cognome diversi dai suoi. A un bambino in età Aquilotti insegnavano di dichiararsi con un altro nome e quindi di falsare la propria vera identità! Un vero e proprio falso in atto pubblico che non può esser assolutamente giustificato! Ovviamente questo inganno è costato la radiazione all’Istruttore di cui ne era stato l’artefice.

Appurato che l’istituzione della categoria Esordienti ha significato una prima comunicazione ai Centri e alle società che dovevano cominciare a cooperare insieme, sono sorte poi le prime iniziative di collaborazione e di condivisione. Coloro che hanno avuto la possibilità di partecipare al Clinic di Salò hanno potuto ascoltare proposte innovative, ovvero le esperienze di allenatori di squadre Under 13, Under 14, Under 15 delle grandi società italiane e del Settore Squadre Nazionali. Fu chiesto a questi tecnici di presentare la loro metodologia e le loro proposte e gli obiettivi che chiedevano ai loro ragazzi della pallacanestro. In quell’occasione provammo a mettere in campo le proposte ritenute utili per cominciare a costruire questa relazione con la pallacanestro. Non era facile, non si percepiva una significativa integrazione, un’esaustiva condivisione, scaturivano delle proposte che tentavano l’approccio ma non riuscivano ad ingranare. Significativa è stata poi l’apertura del CNA e del Settore Squadre Nazionali ad un approfondito lavoro di condivisione, che Ettore Messina affidò ai responsabili dei Settori, coinvolgendo pertanto il sottoscritto e Andrea Capobianco. Prima di iniziare a lavorare insieme fummo invitati a

frequentare lo specifico corso a Casoria presso la Scuola Italiana di Psicologia Integrata, ove abbiamo studiato il significato di integrazione.

Concludo questa introduzione con un'altra considerazione: ricopro la carica di responsabile nazionale Minibasket dal 2001, sono quindi trascorsi ormai 15 anni e guardo le attività del Minibasket nell'ottica di responsabile, con la preoccupazione da responsabile. Mi reco ad assistere molto frequentemente alle partite Esordienti e Aquilotti, inoltre quando organizziamo le nostre manifestazioni tipo i Jamboree e simili ascolto gli Istruttori e raccolgo le loro comunicazioni e le loro istanze. Non posso credere che nessun Istruttore non dica qualcosa di Pallacanestro ai bambini del Minibasket, non è possibile! Perché lo diciamo! Perché qualche comunicazione che ha i crismi della Pallacanestro trova spazio, perché non esiste una separazione tra Minibasket e Pallacanestro! Perché a qualche bimbo qualche volta occorre fornire qualche suggerimento, qualche richiamo, qualche attenzione che sono un pò più orientati verso la Pallacanestro che essi cominciano a sognare di praticare. In verità è molto difficile individuare con precisione questo momento, in quale ultimo periodo del Minibasket potrebbe esser collocato. Dipende dai percorsi che hanno seguito e dalle esperienze che hanno maturato. Potrebbero essere anche i primi mesi dell'Under 13 perché quando iniziamo l'attività Under 13 con i bimbi che abbiamo salutati a Giugno come Esordienti, alla ripresa dell'attività a Settembre cambia tutto? No! Non cambia nulla, può cambiare qualcosa, ma non esiste un momento eguale per tutti, esiste un programma che collega le due realtà ma soprattutto quali comunicazioni vengono impartite? Molto spesso le indicazioni che vengono dispensate dalle panchine sono forse inopportune come ad esempio *"smarcati!"*, *"cinque fuori!"*, *"gioca la palla!"*. Per i bambini che sono impegnati sul campo possono essere comunicazioni utili e che esprimono un significato comprensibile per loro? In una partita Esordienti impegnativa e di alto livello le comunicazioni, i suggerimenti e i richiami non possono non essere opportuni ed utili. A fronte di queste riflessioni il nostro obiettivo deve orientarsi nel senso di studiare quali possono essere le proposte più efficaci sul campo per aiutare i bambini a prepararsi in maniera adeguata ad accogliere la Pallacanestro.

#### Una breve premessa sulle proposte che presenteremo in campo.

In questa sede, per la prima volta, abbiamo ritenuto opportuno presentare questo progetto, ovvero di spingerci nella Pallacanestro salpando dalla sponda del Minibasket e non è un atto di presunzione. Perché ci siamo addentrati in questo campo? Roberta è formatore CNA ed il sottoscritto ha avuto la possibilità e la fortuna di allenare per tanti anni squadre senior e squadre giovanili. Mi sono sempre più reso consapevole dell'importanza di poter accompagnare quei bambini dal Minibasket alla Pallacanestro giovanile e che in futuro arriveranno anche alla Pallacanestro senior in modo progressivo, graduale, non traumatico ma anche adeguato, perché servono giocatori che sono capaci di stare in campo! Giocatori cosiddetti "contromano" purtroppo esistono. Nelle occasioni che ho avuto di allenare prime squadre erano molto frequenti le situazioni in cui i giocatori si muovevano nello spazio senza cognizione e quindi calpestandosi i piedi con i compagni. Spesso si sono verificate queste incapacità di stare in campo, in attacco e in difesa e a monte qual'era il problema? Non essere stati accompagnati alla Pallacanestro nel modo giusto.

Noi proveremo a formulare un ragionamento, ovviamente dichiarando quali sono gli elementi che ci hanno ispirato all'elaborazione delle attività che presenteremo e che cercheremo di spiegare con chiarezza. La spiegazione, inoltre, sarà strutturata anche a livello didattico nel senso che io e Roberta agiremo in forma integrata che significa prendere spunto e conferire una logica progressione alla proposta appena presentata con una proposta ancor più evoluta. Ricalcheremo le modalità dei Clinic integrati nei quali la comunicazione di chi segue è collegata alla comunicazione precedente ma al tempo stesso attinente ad un quadro di riferimento diverso.

\* \* \* \* \*

Dopo questa premessa, affrontiamo decisamente i nostri argomenti in programma. Appurato che il significato che attribuiamo al vocabolo “incontro” è mirato a conferire un valore superiore al tema, il “passaggio dal Minibasket al Basket” ha il sapore, dal punto di vista relazionale, di separazione, di un vuoto tra chi passa e chi riceve ma è anche una comunicazione di tipo più tecnico. Il termine “incontro”, invece, secondo noi ha anche una dimensione e un valore un po’ più profondi, cioè noi vogliamo che i bambini “incontrino la Pallacanestro” dalla sponda del Minibasket. L’idea sulla quale lavoreremo si presenta sotto la metafora dei “ponti”, cioè costruire dei ponti che consentono ai bambini di attraversare il guado dal Minibasket al Basket senza soluzioni di continuità. Come si possono costruire questi “ponti”? In che modo? Gli elementi fondamentali sono **l’aspetto funzionale e l’aspetto cognitivo**.

### ASPETTO FUNZIONALE / ASPETTO COGNITIVO

I due aspetti non devono essere scissi l’uno dall’altro, il funzionale ed il cognitivo devono rimanere sempre uniti altrimenti la loro separazione crea delle disfunzioni. Da un Minibasket che si aggrappa all’integrazione dell’aspetto motorio-funzionale, socio- relazionale, cognitivo e tecnico, se si naviga verso una pallacanestro in cui il Cognitivo viene cancellato perché viene privilegiato solo il funzionale-addestrativo, si viene a determinare una situazione di distanza e di distacco. Noi invece vogliamo la perfetta simbiosi di questi due aspetti, soprattutto nel momento in cui ci stiamo avvicinando alla Pallacanestro. Questa separazione purtroppo inizia spesso già nel Minibasket, cioè questo scegliere un piano funzionale che trascura il cognitivo per taluni è già una scelta che riguarda la categoria Esordienti, perché “devono prepararsi all’Under 13”, “devono cominciare ad eseguire alla perfezione i gesti dal punto di vista tecnico”. Con queste scelte si anticipa un’attenzione ad un gesto, ma non si accompagna i bambini a capire il perché, che senso ha avere attenzione a un gesto, a un movimento.

**La fusione di questi due elementi (Funzionale / Cognitivo) implica avere più consapevolezza in ogni genere di esecuzione sul campo.** Capire il senso logico delle proprie esecuzioni sul campo conduce ad una chiara consapevolezza e soprattutto stimola la propria **motivazione!** Le urla dell’allenatore non possono certamente motivare i giocatori, una motivazione del genere è senz’altro debole.

La motivazione per paura. E’ un pensiero, sicuramente condiviso da chi vi offre questa riflessione. Personalmente non ho mai tollerato il cambio punitivo, non l’ho mai approvato, se dipendesse da me limiterei i cambi anche negli Under 13, Under 14 e Under 15. Il cambio cosiddetto “punitivo” è una modalità che non condivido perché significa far uscire un bambino quando sbaglia e non è un rinforzo positivo. Richiamare in panchina un bambino perché commette un errore deve essere giustificato soltanto dalla necessità di avere il tempo per fornirgli utili consigli per poi farlo rientrare in campo. Questo non è un cambio punitivo! Purtroppo succede spesso che al primo errore il bambino viene cambiato e a volte subissato di aspri rimproveri! Si sente sacrificato a lungo in panchina, pungolato dal desiderio struggente di rientrare in campo con l’intento di dimostrare di aver capito la correzione. A volte, dopo essere stato relegato in panchina, rientra in campo carico d’ansia e di tensione, commette altri errori, viene ancora sostituito con pungenti rimproveri. Certamente questo metodo non stimola la motivazione e di conseguenza questo bambino esegue per paura e non per consapevolezza. Dal punto di vista della crescita di una persona questa scelta è esattamente all’opposto.

## APPRENDIMENTO SIGNIFICATIVO

In presenza di consapevolezza e motivazione come potrà risultare l'apprendimento? Sicuramente più significativo! Quale accezione caratterizza i termini di autonomia e responsabilità? Una presenza decisionale in campo! Soltanto così il basket è uno sport di letture e di scelte, che il giocatore, in campo, deve cogliere correndo anche il rischio di commettere errori, che sono frequenti soprattutto nella Pallacanestro giovanile. È noto che tutti i ragazzini sono soggetti a sbagliare e quindi può presentarsi una miriade di opportunità di riflessioni sugli errori commessi e se la possibilità di correggersi rientra nel loro compito corrisponde un incremento della consapevolezza sulle situazioni e quindi si realizza un apprendimento sempre più significativo.

Un apprendimento significativo, inoltre, può realizzarsi soprattutto in presenza di **ATTINENZA CON LA REALTA'** che si concretizza soltanto attraverso il proporre situazioni di gioco vere, nel senso che le circostanze di gioco in fase di allenamento devono ricalcare le stesse della partita, non esercitazioni che sono praticamente scollegate dalle situazioni reali di gioco.

**INTEGRAZIONE.** E' su questo piano che vogliamo offrire la nostra riflessione con in mente questi elementi che fungeranno da idee-guida. Con quale modalità di comunicazione?

Ci scusiamo per questa "provocazione": abbiamo recuperato una lezione tra le "gettonate" su Internet che riguarda il passaggio dal Minibasket al Basket e la presentiamo chiedendovi quale capacità allena. Immediatamente dopo inserirò la provocazione e presenterò un esempio di Minibasket secondo noi più adeguato, mirato ad allenare una capacità motoria in modo significativo, con uno strumento-chiave, quindi una proposta attinente alla pallacanestro. Se determinate proposte tecniche vengono dichiarate come attività utili per passare dal Minibasket al Basket, noi riteniamo più utile presentare delle proposte a completamento dell'attività riferita all'allenamento delle Capacità Coordinative. Quest'ultimo tipo di scelta è sicuramente più utile che non proporre un qualcosa insufficientemente attinente alla pallacanestro. Successivamente interverrà Roberta che apporterà delle modifiche, delle varianti ai miei giochi e spiegherà su che piano apporterà queste modifiche. Le modifiche che presenterà Roberta sono "i ponti" che agevolano il collegamento con la pallacanestro. Come si costruiscono questi ponti? Su quale piattaforma si possono costruire i ponti? Presenteremo le modifiche che si possono apportare a un gioco, a un esercizio, a un'attività per avvicinare ancora di più i bambini alla consapevolezza di ciò che nella Pallacanestro verrà realizzato in maniera ancora di più sistematica.

"Provocazione": esempio di Minibasket dichiarando la capacità e lo strumento; modifiche: "ponte" per la pallacanestro.

Per iniziare dobbiamo collegarci ai ragionamenti che abbiamo sviluppato in questi anni. "L'inizio-provocazione" lo abbiamo già presentato in qualche altro Clinic, è stata un'istigazione che per la prima volta diventa una lezione vera e propria dedicata al tema dell'incontro Minibasket-Basket.

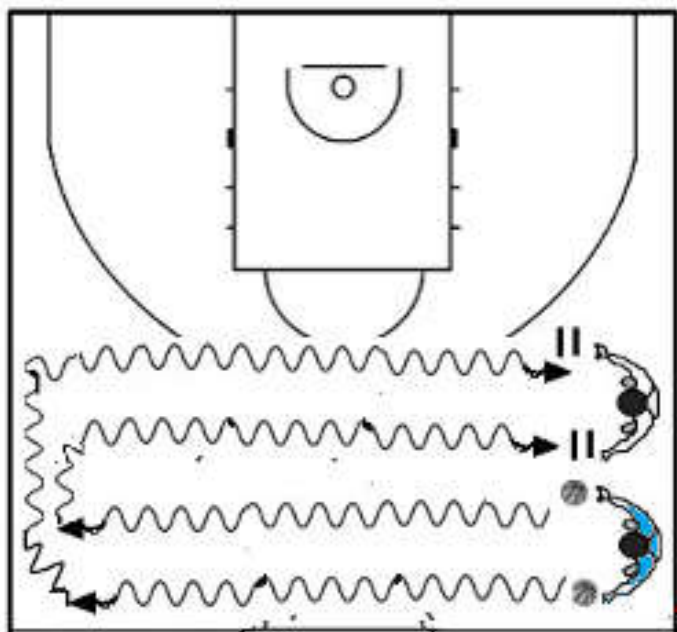


Diagramma 30

12 giocatori in campo, 6 bianchi e 6 azzurri.

La provocazione è la seguente: disposizione a coppie sulla linea laterale del campo, ciascuno vicino al proprio compagno, come da Diagramma 30. Siccome a livello Esordienti si presume che i ragazzini siano tecnicamente già abbastanza avanti, le proposte più comuni, facili e abituali consistono in esercizi di palleggio, magari usando contemporaneamente due palloni. L'azzurro, con due palloni, attraversa la larghezza del campo in palleggio, torna indietro, consegna i due palloni al suo compagno bianco e aspetta a sua volta che torni per ricevere i due palloni. Emerge così una separazione tra il funzionale ed il cognitivo.

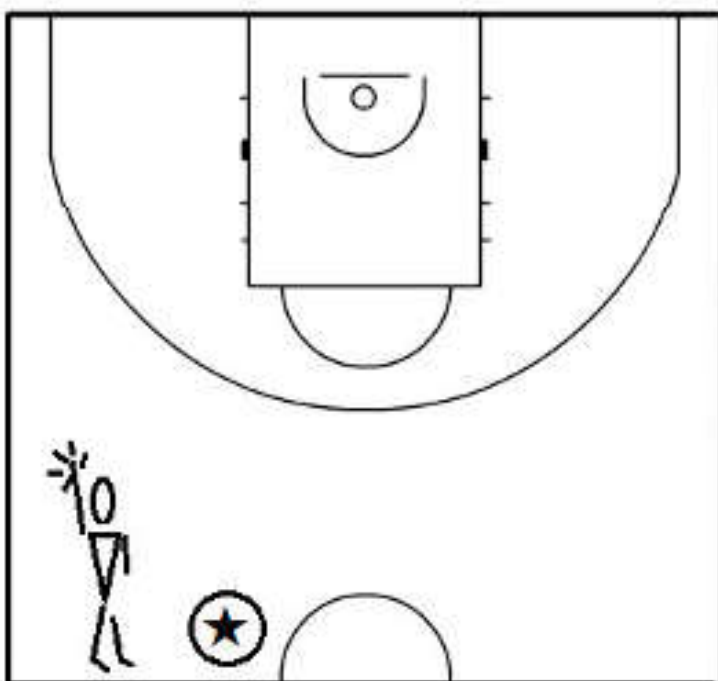


Diagramma 31

Qualche Istruttore sostiene l'importanza dei fondamentali tattici che ha avuto modo di sentir riecheggiare ai Clinic, quindi si dispone nel punto indicato dal Diagramma 31 e mentre i giocatori attraversano il campo mostra le dita. I giocatori devono rispondergli a voce alta quante dita sono aperte, così è convinto di aver stimolato la funzione cognitiva.

Non è questa un'idea che riteniamo funzionale per il nostro modello, ma la seguente rappresentata dal diagramma successivo.



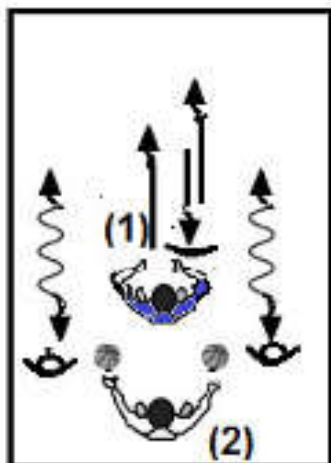


Diagramma 32

Forse è una situazione più reale far palleggiare i ragazzini con due palloni dietro ad un compagno, dal quale cercano di mantenere cinque passi di distanza (Diagramma 32). Il n. (1) si muove per il campo ignaro del traffico che incontrerà e delle direzioni che dovrà assumere. (2), che segue (1) con due palloni, come deve allora regolarsi? Deve guardare! L'uso simultaneo di due palloni stimola la capacità di **combinazione motoria**, cioè assemblare in forma simultanea e successiva due movimenti. E' un gioco a combinare dal punto di vista motorio, usando la mano debole (importante!), ma eseguendolo in modo funzionale e cognitivo perché (2), mentre si muove, deve vedere dove si dirige il suo compagno e quindi deve sempre tenere un riferimento di spazio.

Per stimolare l'autonomia e la responsabilità è errato che l'Istruttore ordini il cambio! Autonomia e responsabilità significa che chi è dietro con due palloni, quando vuole, chiama il compagno, lascia i due palloni che vengono recuperati dal compagno e quindi s'invertono i ruoli. Questo gioco del muoversi con due palloni dietro ad un compagno l'ho proposto per la prima volta all'Alta Specializzazione Nazionale dei nati nel '97, che erano ovviamente, di quell'annata, i migliori d'Italia. Ebbene, ho visto ragazzi che per recuperare il secondo pallone stringevano il primo pallone sottobraccio. Se pretendiamo ragazzi competenti che sappiano usare in maniera autonoma la mano destra e la mano sinistra devono saper eseguire questo esercizio per cui dobbiamo metterli alla prova con situazioni di una certa complessità.

Si avvicina il momento dell'incontro con la pallacanestro, quali sono le proposte più efficaci per migliorare questi aspetti? Quali strumenti si possono utilizzare? Quale ponte costruire?

### Roberta Regis

Già questa situazione, nella sua essenzialità, comprende molti elementi dal punto di vista tecnico, che successivamente saranno importanti per la pallacanestro. Alcuni si sono evidenziati come, ad esempio, il concetto che **in uscita dal Minibasket è importante che i bambini sappiano utilizzare efficacemente sia la mano destra che la sinistra** e la situazione di utilizzare contemporaneamente due palloni, sul piano tecnico, diventa molto importante. Due elementi di carattere tecnico che possiamo aggiungere, apportando soltanto una piccola modifica all'esercizio, sono i seguenti:

1° elemento: diventa importante per un esercizio di questo tipo, nel momento in cui i ragazzi affronteranno la pallacanestro, come eseguiranno un gesto. In uscita dal Minibasket per i nostri ragazzini il concetto di **posizione fondamentale** dovrebbe esser stato interiorizzato. Quando escono dal Minibasket ed hanno acquisito queste competenze, che cosa si può inserire come valore aggiunto? **La posizione fondamentale**. Come proporla? Non certamente con una spiegazione di tipo tecnico perché questo sarà un compito, successivamente, della pallacanestro. La chiave è apportare ad un gioco una piccola modifica di tipo cognitivo. La dimensione di spazio e di tempo, oltre ad essere una funzione cognitiva, se ad esempio in questo caso viene modificata riducendo i 5 passi di distanza a 3 passi si conferisce anche l'input rispetto ad un'altra qualità di tipo cognitivo che è la

**combinazione.** Riducendo a 3 passi la distanza tra (1) e (2) [vedi sempre Diagramma 32] (2) deve prestare molta attenzione a non scontrarsi con (1) e quest'ultimo dovrebbe fermarsi, arretrare, ripartire, etc. Naturalmente per (2), che si trova dietro, nell'affrontare una situazione di questo tipo diventa importante, per non scontrarsi con il compagno, capire che la posizione che dovrà assumere è una posizione diversa ove il baricentro, ad esempio, deve essere basso. Rispetto ad una modifica di questo tipo diventa importante il focus sulla correzione. La correzione su questo aspetto è una correzione funzionale e cognitiva. Cosa significa "*una correzione funzionale e cognitiva*"? Correggere affinché non si scontrino in maniera consapevole, perché scontrarsi cosa significa? Non aver avuto controllo del corpo, non essersi trovati in posizione fondamentale, non esser stati in grado di eseguire un gesto dal punto di vista corretto, quindi non si corregge sotto il profilo tecnico ma da un punto di vista funzionale e cognitivo. L'obiettivo è la combinazione motoria, però rispetto a questa combinazione motoria e in funzione della posizione fondamentale, come si apporta la correzione? La correzione deve essere orientata ancora sulla combinazione motoria ma in particolar modo sulla presa di coscienza della posizione fondamentale.

- *Domanda: <<Errore dal palleggio, la palla sfugge: al ragazzo si deve consigliare di rallentare oppure si suggerisce un'altra indicazione?>>.*

In una situazione di questo genere consapevolezza e motivazione si sviluppano attraverso l'apprendimento di nuove conoscenze che stimola le motivazioni. I ragazzini di 11 – 12 anni, infatti, nel momento in cui sono consapevoli di esser diventati capaci di eseguire un determinato movimento sono anche più motivati.

Il feedback interrogativo, in una situazione come questa, è troppo importante perché nel momento in cui il giocatore che segue dietro [il n. (2)] si scontra con (1) che sta davanti significa che non ha mantenuto la posizione corretta e quindi l'interrogativo del perché scontrarsi sempre stimola veramente la consapevolezza rispetto alla posizione indicata.

Secondo elemento di tipo tecnico che emerge da questa modifica che abbiamo introdotto. La modifica consistente che il giocatore davanti può fermarsi, può indietreggiare, può ripartire determina anche una diversa posizione delle mani sui palloni da parte di (2). In termini di situazione, infatti, viene provocato lo scivolamento delle mani sui palloni che serve poi, dal punto di vista di tutte le situazioni, per tutti i fondamentali che vengono eseguiti con la palla in mano. Riuscire infatti a far scivolare velocemente le mani consente poi di eseguire sicuramente in modo corretto il movimento di avanzamento in palleggio, di arretramento in palleggio, di spostamento in palleggio per poi analizzare da dove trovano origine le situazioni in cui si deve proteggere la palla.

La prima modifica (in riferimento sempre al Diagramma 32) deve pertanto contemplare che (1) si ferma, indietreggia, riparte e conseguentemente chi è dietro comincia ad adeguare la posizione delle mani rispetto ai palloni, quindi in realtà che tipo di correzione viene introdotta? S'inizia a formulare una correzione, tra virgolette, di tipo tecnico che non significa la posizione corretta della mano ma se a un ragazzino viene proposto questo esercizio e dovrà affrontare successivamente la pallacanestro, sicuramente si chiede in maniera consapevole perché nell'indietreggiare anche la palla non si sposta indietro. Quante volte succede che un ragazzino indietreggia ma la palla non viene spostata indietro? Perché non ha trovato la posizione corretta rispetto al movimento del corpo. E' un messaggio per continuare a lavorare sulla direzione ma sul cambio occorre verificare come quel semplice elemento tecnico possa rivelarsi utile. Ciò non significa proporre degli esercizi mirati allo spostamento della mano sulla palla ma questo sarà un compito della pallacanestro, intanto noi abbiamo lanciato l'idea di quello che sarà il ponte per il genere di esercitazioni negli anni a venire.

- *Domanda: <<Ci si può servire del bambino che esegue esattamente il movimento per la dimostrazione?>>.*

Il metodo “visivo” può aiutare, però la consapevolezza deriva dall’esperimento diretto, ossia dalla prova. In questo caso l’aspetto importante è relativo alla distanza ed al concetto di arretramento e avanzamento in considerazione anche della variabilità delle distanze. Se il gruppo non è omogeneo, di fronte a determinate situazioni si deve lavorare con dei ragazzi a 5 passi, con qualcuno invece a 3 ma lavorare con qualcuno a 3 o con qualcuno a 2 o con qualcuno addirittura a 1 passo di distanza significa proporre ai ragazzi, a seconda delle loro capacità, quegli elementi in più che consentiranno poi, nel momento in cui incontreranno la pallacanestro, di eseguire gli esercizi nella maniera più adeguata. E’ sicuramente difficile da individuare i tempi maturi per queste scelte, ma non è accettabile che i ragazzi escano dal Minibasket e non riescano ad acquisire una “**posizione pronta**”. Quest’ultima non è la posizione fondamentale dal punto di vista delle angolazioni delle articolazioni, ma essere pronti ad eseguire qualsiasi movimento, condizione assolutamente che deve esser acquisita in uscita dal Minibasket perché la pallacanestro la esige. In tal senso i ragazzi devono esser pronti ma non attraverso l’insegnamento dell’angolazione corretta della posizione fondamentale.

- *Domanda: <<E’ opportuno comunicare ai ragazzini che posizionando le mani sulla palla in una determinata maniera saranno agevolati l’indomani per imparare più rapidamente il gesto tecnico?>>.*

È una provocazione il “dove puoi posizionare le mani?”, che riconduce sempre al ragionamento sulla consapevolezza e magari si scopre che il bambino riesce a spostare la mano sul pallone ma la posizione non è perfettamente corretta. Non dobbiamo sconfinare nella tecnica della pallacanestro.

- *Domanda: <<E’ esatto allora renderli consapevoli che se lavorano in modo corretto in questa fase l’indomani incontreranno meno difficoltà nella pallacanestro?>>.*

A questa età occorre fornire a qualsiasi ragazzino quegli strumenti che servono per arrivare alla pallacanestro. E’ normale che un ragazzino dell’età di 11 – 12 anni sogni di diventare un giocatore.

Maurizio Cremonini

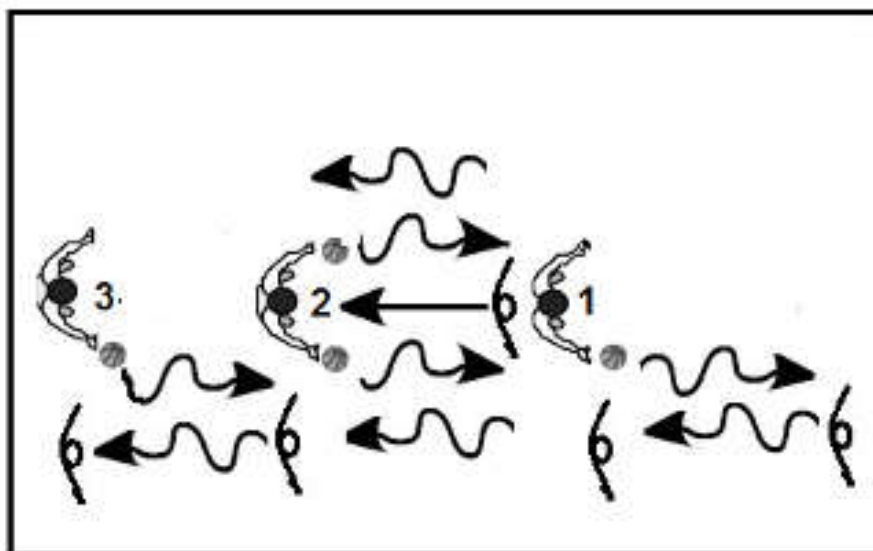


Diagramma 33

Suddivisione a terzetti, in ogni terzetto uno ha due palloni e gli altri due un pallone a testa. È collegato al gioco precedente, del quale è praticamente una variante. Focalizzando sempre la posizione fondamentale, poiché siamo ancora nel Minibasket, mirando alla **combinazione motoria** s'introducono delle variabili. Fase della lezione: **attivazione!**  
Strumento che viene utilizzato: il **palleggio!**

(1), che è il giocatore che si trova davanti, ha un pallone, (2), giocatore in mezzo, ha due palloni ed infine (3), che si trova in coda, ha un pallone e si muovono a tre passi di distanza l'uno dall'altro. (1) si muove per il campo liberamente in palleggio seguito dagli altri due e può arretrare, ripartire etc, (2) e (3) devono evitare gli scontri (Diagramma 33).

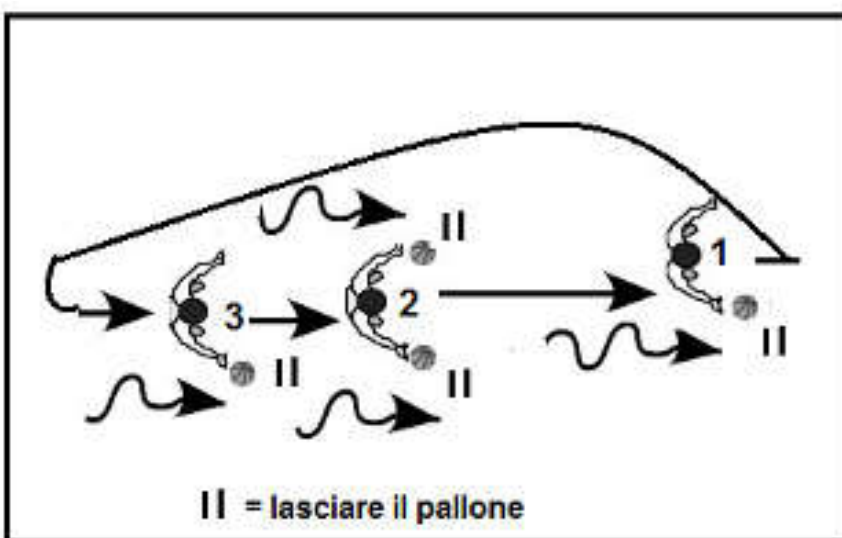


Diagramma 34

Variante: il terzo della fila, quando vuole, chiama il cambio, lascia il suo pallone, va a rimpiazzare (2) recuperando i due palloni lasciati dallo stesso (2) che a sua volta va a subentrare a (1) recuperando il pallone lasciato dallo stesso (1), che a sua volta va in coda a recuperare il pallone lasciato da (3) – Diagramma 34.

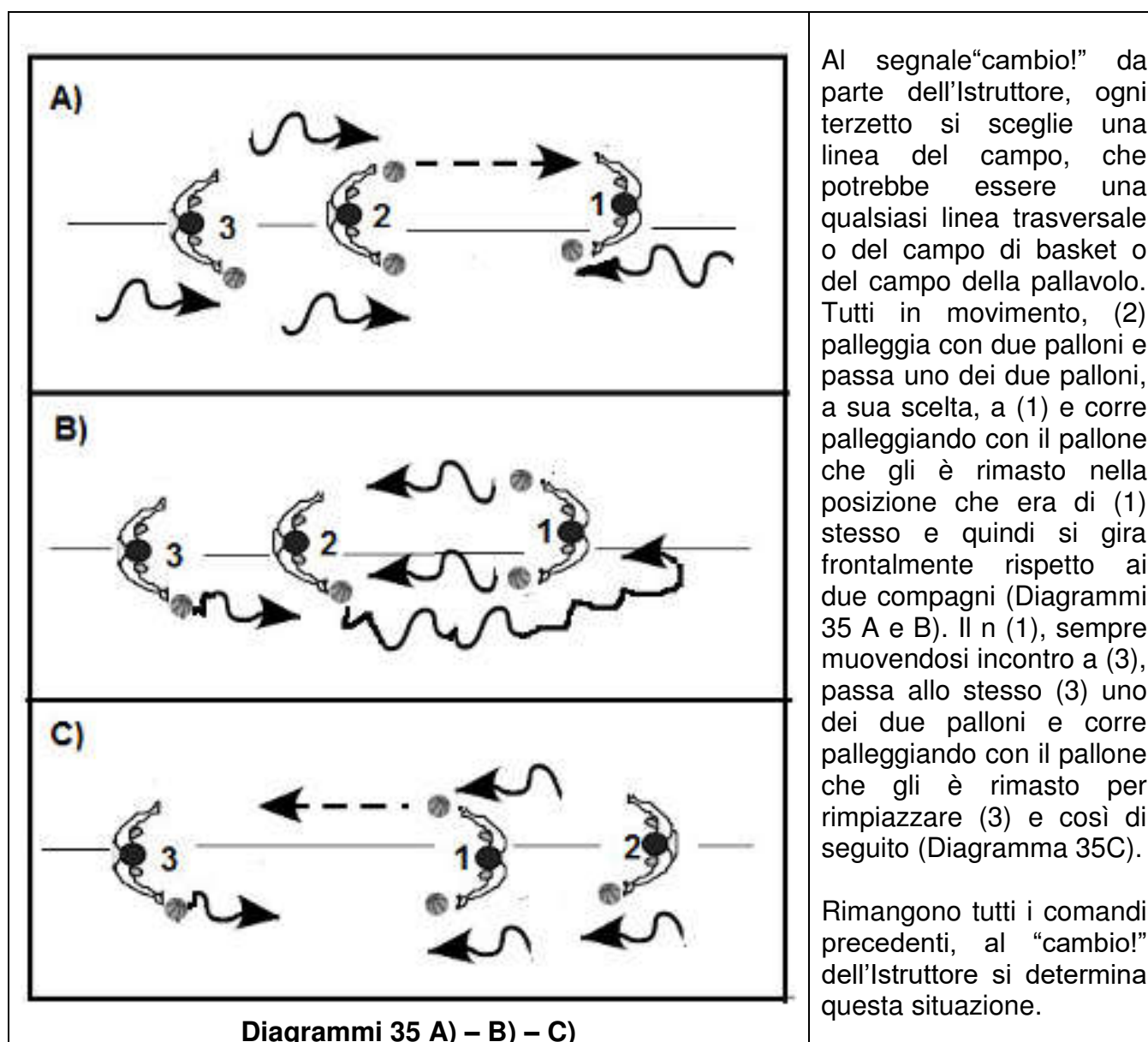
Il segnale "cambio!" può essere impartito dall'Istruttore, oppure si può scegliere il segnale. È importante riconoscere e discriminare attraverso uno stimolo uditivo.

Nella pallacanestro è importantissima la comunicazione verbale tra i giocatori per cui se un compagno grida "cambio!", si deve effettuare il cambio in difesa, se grida "blocco!" significa che avverte che sta arrivando un blocco, se sul pick-and-roll grida "contenimento!" vuol dire che sta optando per una scelta ben precisa in difesa. Nella pallacanestro a comunicazione corrisponde azione e nel Minibasket questa variante "cambio!" può essere utile? Se in questo gioco cambia soltanto chi lo chiama ma non lo ha sentito il suo compagno significa che quest'ultimo non ha saputo riconoscere e discriminare questo stimolo uditivo. Così si alza l'attenzione e quindi l'ascolto.

Che variabili possiamo proporre in questo caso per riuscire a realizzare un ponte con la pallacanestro?

## Roberta Regis

Il focus viene orientato in modo particolare sul giocatore n. (2), perché Maurizio nella sua proposta ha già accorciato la distanza a 3 passi e quindi indubbiamente la difficoltà è maggiore in termini di interiorizzazione della posizione fondamentale. Con questa variante sono infatti costretti a ricercare un certo tipo di posizione; inoltre è stata inserita l'opzione che chi è davanti può fermarsi, indietreggiare, ripartire e indubbiamente si enfatizza il focus sulla posizione fondamentale. Il giocatore in mezzo con due palloni sarà costretto ad eseguire lo scivolamento della mano sulla palla però occorre aumentare ancor di più il carico rispetto alla loro capacità di saper utilizzare la mano in entrambe le situazioni, magari anche in una situazione tra virgolette più dinamica. Al mio segnale "cambio!" si dispongono pertanto su una linea del campo.



Al segnale "cambio!" da parte dell'Istruttore, ogni terzetto si sceglie una linea del campo, che potrebbe essere una qualsiasi linea trasversale o del campo di basket o del campo della pallavolo. Tutti in movimento, (2) palleggia con due palloni e passa uno dei due palloni, a sua scelta, a (1) e corre palleggiando con il pallone che gli è rimasto nella posizione che era di (1) stesso e quindi si gira frontalmente rispetto ai due compagni (Diagrammi 35 A e B). Il n (1), sempre muovendosi incontro a (3), passa allo stesso (3) uno dei due palloni e corre palleggiando con il pallone che gli è rimasto per rimpiazzare (3) e così di seguito (Diagramma 35C).

Rimangono tutti i comandi precedenti, al "cambio!" dell'Istruttore si determina questa situazione.

Quale variante è stata apportata rispetto al precedente gioco? Dover riuscire ad adeguare la propria mano per avere la capacità, in quella situazione, di passare la palla. Si tratta pertanto di un adeguamento diverso in termini di scivolamento della mano sulla palla e la cui esecuzione, soprattutto, è in movimento e con una dissociazione più importante rispetto allo step precedente che contemplava una combinazione. Lo step successivo é mirato a



dissociare il movimento e pertanto, mentre una mano è impegnata in un gesto, l'altra mano è obbligata, in sostanza, ad eseguire quello scivolamento sulla palla che assicura l'efficacia nel passarla. Introdurre un valore aggiunto sicuramente incrementa la qualità. Lo stimolo è comunque di tipo visivo nella situazione di avvistare il compagno davanti con cui collaborare. L'obiettivo è di differenziare sempre il modo di posizionare le mani e quindi di far loro sperimentare qualcosa di diverso.

Al fischio formare un triangolo (Diagramma 36). Cosa cambia rispetto all'esercizio in linea in termini di movimento delle mani? Una situazione completamente diversa riguardo lo scivolamento delle mani sulla palla che non significa lavorare sulla tecnica analitica di questo movimento. L'obiettivo è di aumentare ancora di più gli stimoli, perché il livello è ancora più alto. La proposta deve rispecchiare la realtà del gioco e quindi vengono inseriti degli stimoli di tipo percettivo-visivo, reali rispetto alle situazioni di gioco che poi incontreranno.

<p style="text-align: center;"><b>Diagramma 36</b></p>	<p>Disporsi a triangolo. In questo esercizio non è più chi ha due palloni che decide quando passare, ma la passa al compagno che alza per primo la mano. Se, come potrebbe succedere, (2) e (3) alzano contemporaneamente la mano, a chi dei due (1) passa la palla? A chi vede prima!</p> <p>Segnali: il fischio corrisponde a correre per disporsi a triangolo; "cambio!" significa disporsi in linea.</p>
--	--

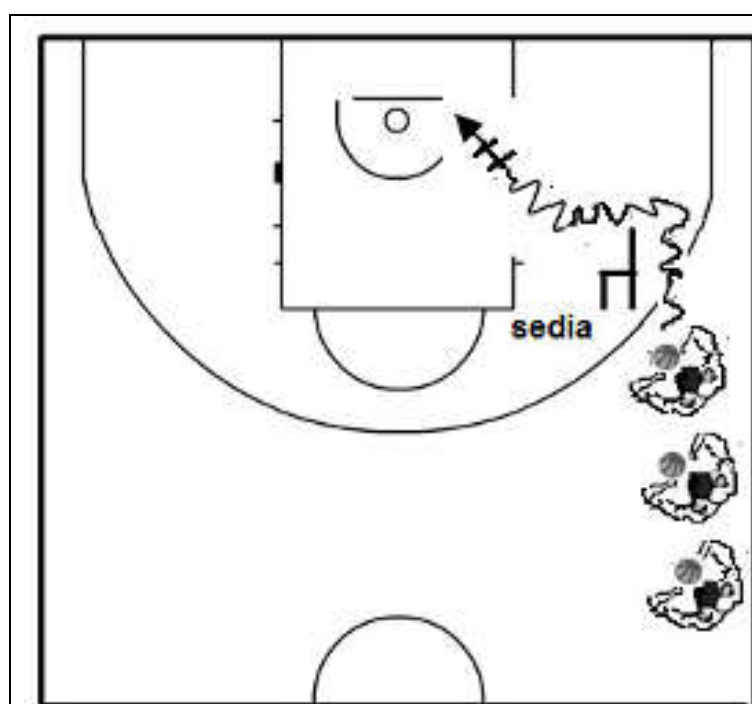
Cosa succede poi in partita di fronte a situazioni di questo tipo? Che spesso i nostri ragazzi, mentre palleggiano, dovrebbero essere in grado di vedere ciò che accade dal punto di vista periferico e a chi passare la palla? Certamente a chi, in quel momento, è più libero. Non sempre vedere il compagno libero potrebbe essere una soluzione primaria di spazio e di tempo, deve arrivarci successivamente però con un gioco di questo tipo viene creata attenzione alle situazioni che incontreranno. Rispetto alla combinazione-dissociazione in questo gioco emerge un elemento molto importante che faciliterà il lavoro per gli allenatori. Una delle difficoltà più ostiche che infatti gli allenatori dichiareranno successivamente è che nel momento in cui insegneranno ai ragazzi a passare la palla, soprattutto nel passaggio laterale, è riuscire a far eseguire dei movimenti senza la tensione della parte superiore del corpo. Spesso i ragazzi accompagnano certi tipi di passaggi con delle trazioni del corpo e quest'ultime provocano una perdita di tempo e, l'aspetto più importante, è la perdita della visione periferica che invece dovrebbero sempre mantenere. A fronte di queste considerazioni il lavoro sulle associazioni dal punto di vista tecnico è un aggancio importantissimo con la pallacanestro attraverso queste forme di gioco del Minibasket. Se si propone poi questo gioco appena presentato anche ad una squadra Under 14 o Under 16, qual è la differenza? L'obiettivo! In questa situazione, trattandosi di Minibasket, il lavoro è mirato alla combinazione motoria, se lo si propone ai più grandi ovviamente comporta di correggere in forma minuziosa l'aspetto prettamente tecnico.

L'aggancio con il ponte che si allaccia alla pallacanestro non è tagliare la fase di attivazione; la fase di attivazione, rispetto alla pallacanestro, è ancora più importante. Perché è molto importante? Perché quando nella pallacanestro si devono insegnare i fondamentali da un punto di vista individuale (ad esempio in questo caso come strumento viene utilizzato il palleggio e ricordo che per il Minibasket il palleggio è uno strumento), se questo palleggio

dovrà diventare obiettivo, il ponte che noi possiamo costruire per far provare ai ragazzi la posizione delle mani sulla palla consiste nel far provare situazioni di questo tipo con elevato carico proprio nella fase di attivazione. In sostanza, **alla fase di attivazione si deve attribuire sempre un carico individuale molto importante** proprio per costruire ponti con la Pallacanestro. Questa, infatti, è una delle fasi più importanti, pur tenendo presente che anche altre fasi sono importanti. Non si può ridurre eccessivamente la fase di attivazione per concedere più spazio alle altre perché la fase utile risiede proprio nell'avvio dell'allenamento, ovvero rendendo la fase di attivazione molto impegnativa.

### Maurizio Cremonini

“Provocazione”: può succedere che qualcuno, analizzando una partita di Minibasket, si renda conto che la carenza maggiormente evidenziata dai propri bambini consista nelle partenze in palleggio per cui, per migliorarne l'esecuzione, si propone il seguente esercizio.



**Diagramma 37**

Disposizione come da Diagramma 37. In fila, tutti con il pallone. Posizione fondamentale, incrocio, partenza in palleggio, entrata e tiro da sotto. Appena il primo conclude, parte il secondo; chi ha tirato va in coda alla propria fila. Il gioco viene proposto sotto forma di gara. Questa, sicuramente, è una “provocazione”. Quale fondamentale si allena? La partenza in palleggio? È utile proporla in questo modo? Togliamo la sedia.

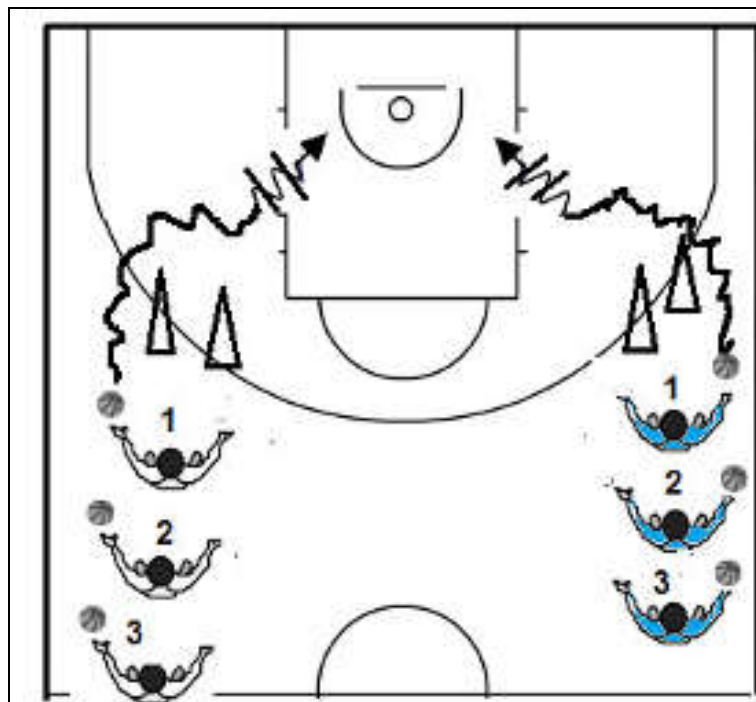


Diagramma 38

Disposizione su due file come da Diagramma 38.

Prima di tutto una sfida, al "via!" dell'Istruttore il primo che segna conferisce il potere alla sua squadra e così si propone un gioco di potere.

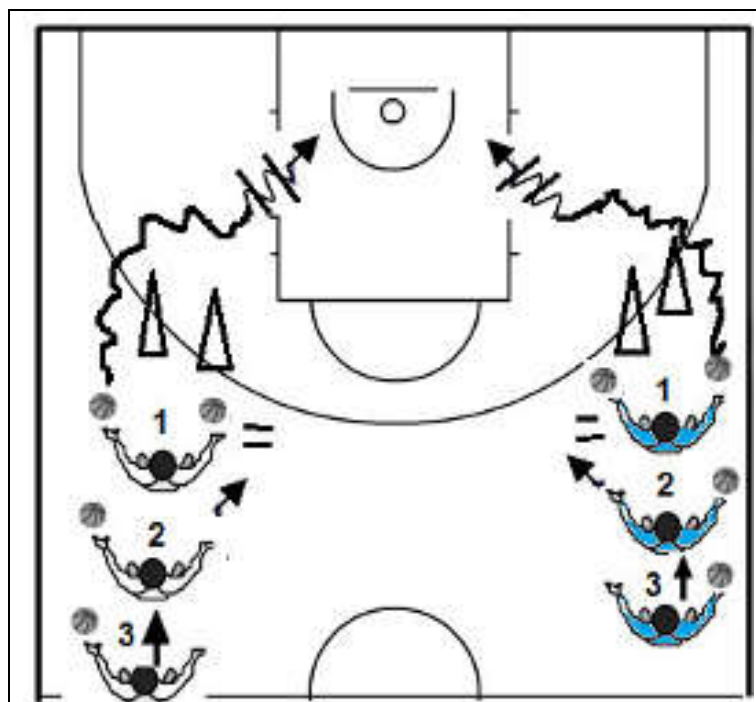


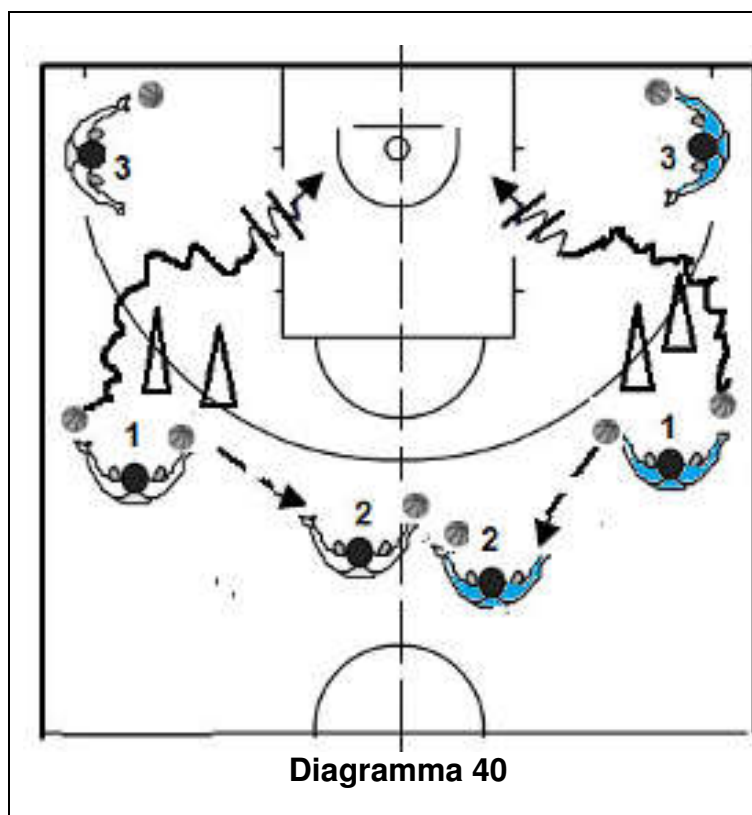
Diagramma 39

Disposizione come da Diagramma 39: i primi di ogni fila con due palloni, gli altri che seguono con un pallone. Da questo momento tutti palleggiano sul posto, i primi palleggiano con due palloni, chi ha il potere, quando decide, lascia un pallone e attacca il canestro. Il secondo della sua squadra – ossia il n. 2 -, recupera il pallone, rimpiazza (1) e cerca di vedere chi ha il potere perché appena riconosce chi ha il potere e appena vede che il suo avversario è pronto sul versante opposto con due palloni, inizia la sfida. Prima di partire, guardare. Vedere chi ha il potere, vedere che sia pronto l'avversario, con il potere si può decidere di partire. **Combinazione motoria, gioco di potere**, tutti in palleggio attivo. Dove risiede la chiave per battere l'avversario? Nella partenza in palleggio!

### Roberta Regis

Rispetto al gioco precedente il palleggio è aperto, inoltre prima la partenza era da fermo e con la palla sulle mani però rispetto a prima è stato inserito un fondamentale che prima non emergeva in maniera naturale: **il cambio di velocità**. Analizzando i vari aspetti è un gioco di potere in cui si deve segnare prima dell'avversario e, di fronte ad una situazione di questo tipo soprattutto nel momento in cui il primo della fila lascia la palla per partire a canestro, il gesto più naturale è di associare a quella partenza un cambio di velocità che nella

Pallacanestro fa la differenza. Questa situazione sicuramente consente di capire che, per prendere un vantaggio, la partenza deve sicuramente risultare efficace. Quel rendersi efficace ovviamente non può che derivare da un cambio di velocità. Non avere la capacità di innescare un cambio di velocità a una situazione di questo tipo ovviamente pesa sull'esito del gioco e quindi essenzialmente questo è un elemento importantissimo.



La variante che si può inserire ad un esercizio di questo tipo per tramutarlo in un ponte per la Pallacanestro è illustrata dal Diagramma 40. I numeri (2) e (3) sono disposti lateralmente rispetto a (1). Chi ha il potere, quando decide, passa la palla a uno dei suoi due compagni, ovvero o a (2) o a (3). Correzione importante: la posizione. Cosa richiamano i coni in questo caso? La posizione fondamentale! Trovarsi vicino ai due coni al momento della partenza significa dover essere pronto per partire! Verificare quindi la posizione di partenza che deve essere molto vicina ai coni, con lo spazio per poter eseguire il palleggio al momento della partenza. I due giocatori laterali si tengono pronti perché (1) deve decidere a chi dei due passare la palla per attaccare poi il canestro.

Entrambi i numeri (1) possono scegliere a chi passare uno dei due palloni, il primo dei due che segna guadagna il potere per la sua squadra. Il gioco ripartirà quando tutti e tre saranno pronti nuovamente con il giocatore in mezzo con due palloni.

Quale elemento importante è emerso? In una situazione di questo tipo succede spesso che il n. (1) abbandoni la palla con la mano forte, nella maggior parte dei casi con la mano destra, ma l'abbandonare la palla con la mano destra cosa significa? Significa eseguire una partenza di sinistra, quindi il fatto di posizionare ai due lati un compagno invece di lasciare la palla come nel gioco precedente comporta di dover far arrivare la palla al compagno. Per sentirsi più sicuro di fargliela arrivare, nel passaggio usa la mano destra e quindi quale mano è costretto ad usare per la partenza? La mano sinistra! Viceversa, se fa arrivare la palla al compagno con la mano sinistra, partirà con la mano destra ma intanto ha utilizzato comunque la mano sinistra nel contesto del gioco. Inoltre, in una situazione di questo tipo con i due giocatori posizionati lateralmente, quale capacità può essere stimolata? Sicuramente la **visione periferica!**

Variante. Il giocatore centrale palleggia sempre con due palloni ma è la sua squadra a comandare (ovvero i due compagni laterali), non è il n. (1) che decide quando passare la palla ma sono i suoi compagni ad attivare il gioco, quindi non si stabilisce un attivatore predefinito, i ragazzi possono decidere quando attivarlo. (2) e (3) potrebbero chiamare la palla tutti e due insieme, (1) passa la palla al compagno che vede più pronto e parte (ancora Diagramma 40).

Nel momento in cui (1) passa la palla deve avere contemporaneamente sotto il suo campo visivo entrambi i lati del campo ed anche i due coni posizionati davanti. Si trova praticamente impegnato a vedere tutto ciò che accade, a passare uno dei due palloni e questo accumulo

di compiti può creargli difficoltà nello scavalco di uno dei due coni, ossia quello dalla parte in cui decide di partire. In questa situazione molto probabilmente la richiesta è alta ma è la stessa che i ragazzi si ritroveranno nella realtà della partita, ecco cosa s'intende per attinenza reale alle situazioni di gioco. **La sedia non rappresenta una situazione reale e al tempo stesso non serve neanche ai fini della tecnica** nel senso che non sta scritto che non si deve usare la sedia, ma in una situazione di questo tipo, per creare veramente un incontro che serve per la pallacanestro, la proposta appena presentata contiene tutti gli input che in realtà poi si ritrovano in partita. Nel giocare contro l'avversario occorre prontezza nell'eseguire un cambio di velocità con una partenza importante anche dal punto di vista dello spazio che si riesce a guadagnare da quella partenza stessa. Nel momento in cui (1) ha passato la palla sarà costretto a spostare la mano rispetto a quella partenza. Sono tutti gesti che il ragazzino è indotto a provare e che rappresentano dei veri e propri ponti con la pallacanestro, che l'allenatore affinerà in maniera precisa perché poi, per perfezionare tutti questi elementi, occorreranno diversi anni di allenamento. Quando si può iniziare a costruire questo ponte? Alla fine degli Esordienti? All'inizio degli Under 13? E' molto difficile stabilire con esattezza questo momento ma situazioni di questo tipo possono essere messe in campo se i nostri ragazzi hanno seguito un determinato tipo di percorso invece magari di preoccuparsi di provare la partenza a secco.

Nel momento in cui l'allenatore metterà in campo la tecnica, quest'ultima, per essere appresa, all'inizio avrà bisogno di essere rallentata. Il gesto tecnico non viene appreso subito al 500 per 100 della velocità, ma al 0,01 per cento e progressivamente saranno inserite le difficoltà.

In quest'ultima proposta il focus è riferito a come gestire la partenza perché dipende dai due coni affiancati. Questa situazione stimola la visione periferica che in partita si renderà necessaria affinché il movimento di partenza in palleggio possa risultare efficace. La lezione di ieri, che aveva come tema il modello di Pallacanestro, ha confermato che per eseguire la partenza occorre avere una chiara visione di spazi e di tempi e lo spazio e il tempo non s'intravedono soltanto in profondità, ma in profondità e in maniera periferica. Per riuscire pertanto a scorgere questa duplice dimensione è necessaria la presenza di un elemento di distrazione come appunto la coppia dei coni.

## Maurizio Cremonini

Il passaggio eseguito lateralmente è mirato in questo caso a posizionare efficacemente la mano interna per spingere la palla. Oltre a spostare la mano avanti e indietro questo accorgimento, infatti, serve per spostare la mano internamente per spingere in fuori lateralmente il pallone.

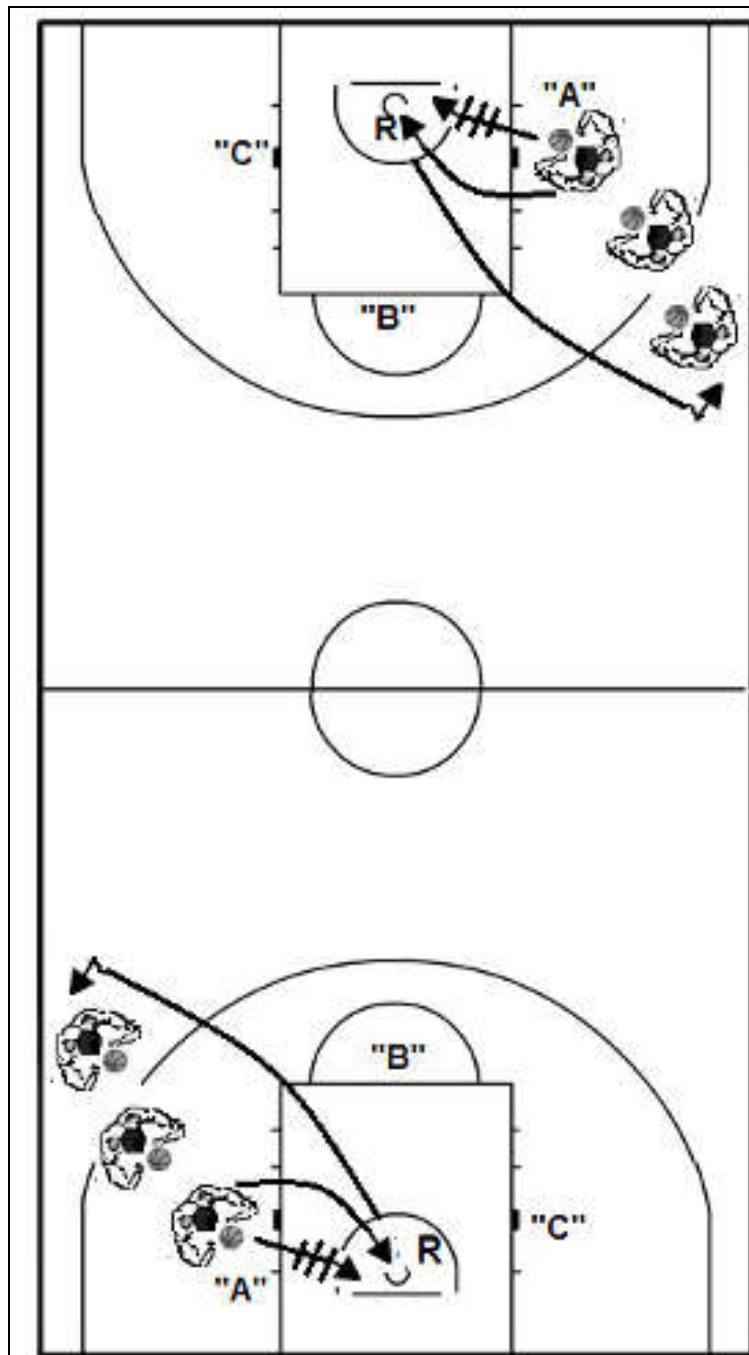
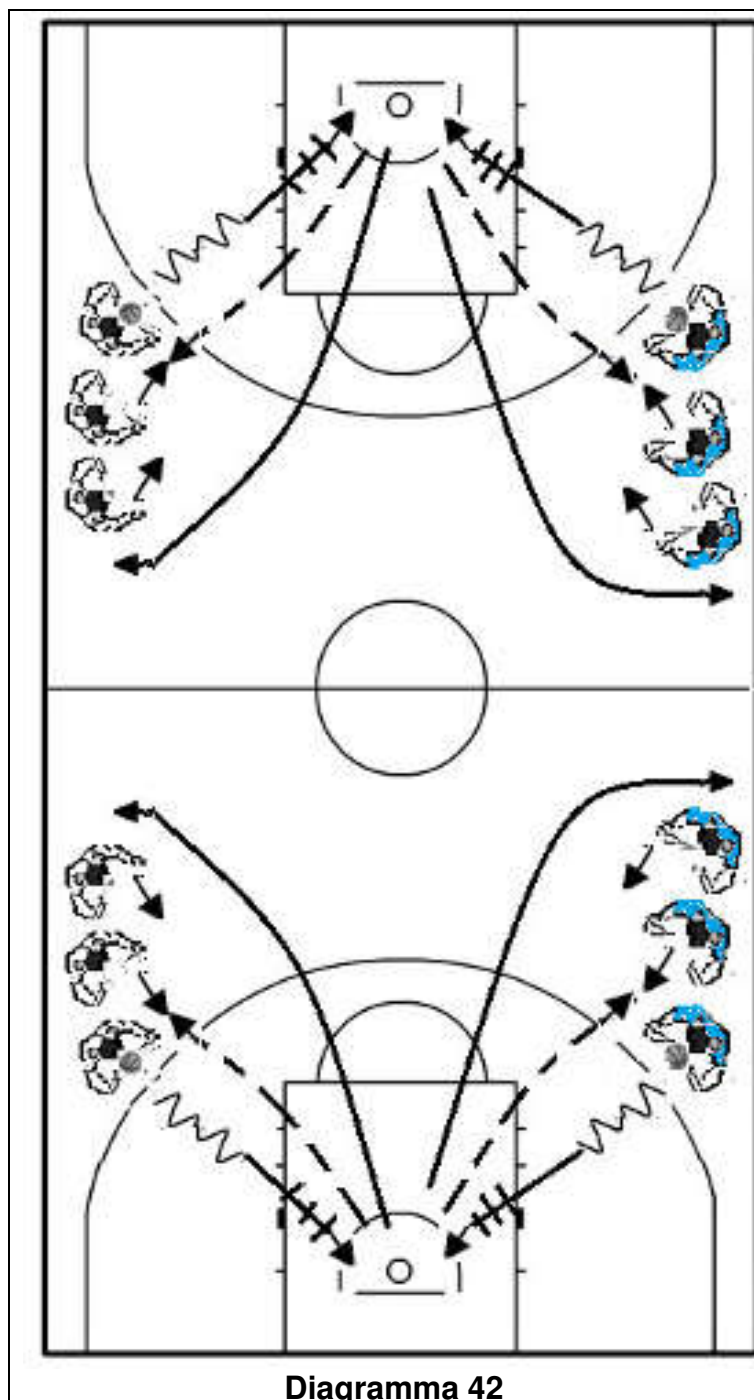


Diagramma 41

“Provocazione”: Gara di tiro su due canestri 5+5+5.

Disposizione come da Diagramma 41. Unica fila per ciascuno dei due canestri, tutti con pallone, eseguire un tiro e correre in coda. Dopo aver realizzato 5 canestri nella posizione “A”, tutta la fila si sposta nella posizione “B”; da dove, dopo aver realizzato altri 5 canestri, si sposta nella posizione “C”. Di seguito la rivincita e poi eventualmente lo spareggio. Con questo gioco ciascuno potrà eseguire al massimo 6 o 7 tiri e sicuramente non è una cifra accettabile per allenare il tiro. Non è allenare ma è soltanto “riempire il foglio di carta del piano allenamento” ma che non serve a nulla!



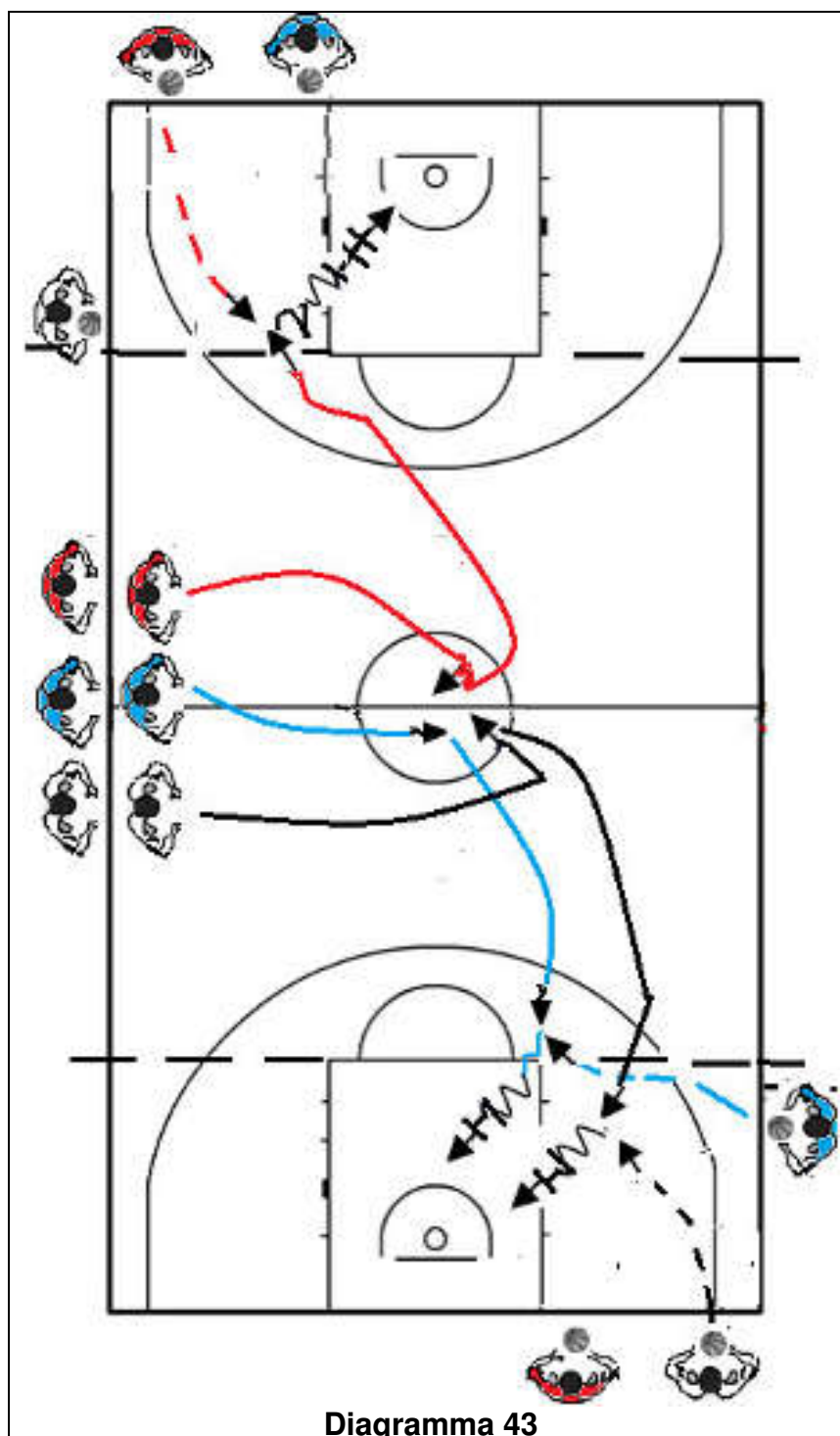


Proponiamo invece qualcos'altro di più utile! Due file per ogni canestro disposte come da Diagramma 42, un pallone per ogni fila. Al mio segnale, partire per andare a tirare, recuperare il rimbalzo, correre in coda e così di seguito. La squadra che arriva per prima a 3 canestri prende il potere. Un solo tiro e passare! Gara ai 3 canestri, la squadra che arriva prima a 3 canestri sceglie un'altra delle quattro postazioni dove posizionarsi, le altre squadre devono occupare una delle posizioni che rimangono.

Quando arrivano a 3 canestri si possono verificare momenti di incertezza: tre giocatori che cercano la nuova posizione e nove giocatori che si trovano disorientati e non riescono a riconoscere lo spazio da occupare. Nel vedere tre giocatori che occupano una nuova posizione si deve **riconoscere, adattare e trasformare** e trovare una posizione da insediarsi. In quale spazio doversi inserire? Occorre essere rapidi a vedere e decidere! Se si sbatte contro qualcuno non vale il canestro! Questo esempio è ben diverso da una semplice gara di tiro.

Agganciandosi a questa proposta, quali potrebbero essere alcune esemplificazioni più significative?

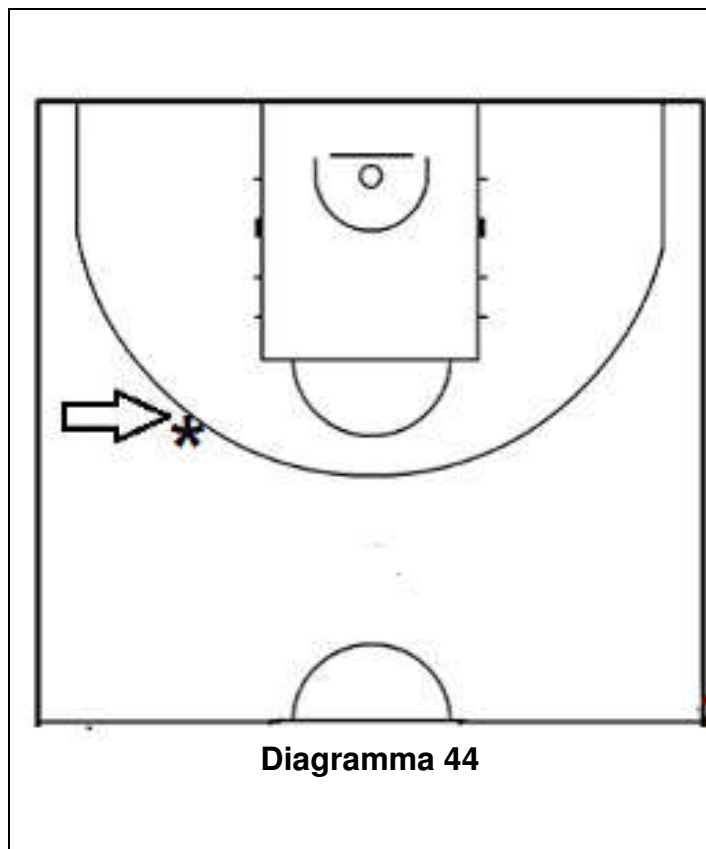
Roberta Regis



Questa è la modifica per gettare un ponte verso la pallacanestro: tre squadre (bianchi, rossi e azzurri), due palloni per squadra, disposizione come da Diagramma 43.

Consideriamo il prolungamento della linea del tiro libero, i due di ogni squadra in possesso della palla o in un canestro o nell'altro canestro possono posizionarsi fuori dal campo dove vogliono ma al di sotto questa linea, quindi o lateralmente o a fondo campo come se eseguissero una rimessa. Sotto la linea del tiro libero! I primi di ogni fila a metà campo entrano nel cerchio di metà campo, corrono senza scontrarsi, appena si muovono inizia il gioco, escono dal cerchio, corrono a ricevere la palla dal proprio compagno per andare a canestro. Rotazione: chi ha tirato recupera la palla da rimbalzo e rimpiazza il compagno che gli ha passato la palla; chi ha passato la palla corre in coda alla propria fila a metà campo. Contare i canestri.

Su quale elemento è stato costruito il ponte? Indubbiamente insiste un "vedere" in più rispetto alla proposta precedente e precisamente il momento in cui partire dal cerchio di centrocampo per controllare che al di sotto delle due linee di prolungamento di tiro libero siano pronti entrambi i compagni. **Occorre pertanto vedere se il compagno che può passare la palla è pronto, che significa riporre il gioco in un'attinenza reale rispetto alla partita.** Quando si dovrà infatti ricevere la palla non è sufficiente che lo spazio sia libero ma è necessario anche che il compagno sia pronto a passare la palla, che quindi vede e questo sicuramente è un altro elemento ancora più importante per il ponte per la pallacanestro. Questa proposta, inoltre, contempla dei cambi di direzione e l'esecuzione del tiro a seguito di ricezione.



Nella proposta precedente (Diagramma 42) il giocatore che si trova pronto nella posizione indicata dal Diagramma 44 riceve, va a tirare e quindi anche questo si tratta di un tiro da ricezione. Qual è però l'elemento diversificante tra la proposta del Diagramma 42 e quella del Diagramma 43? **La differenziazione**, ovvero l'essere pronto a tirare ricevendo da angoli e da situazioni diverse e questo è un ponte importante per la pallacanestro. Nella proposta del Diagramma 43 ogni volta varia l'angolo da cui si riceve la palla e conseguentemente la condizione di tiro. Se la condizione di tiro è sempre uguale in termini di ricezione, la proposta non risulterà molto allenante rispetto alle situazioni che incontreranno nel gioco in termini di attinenza reale perché nel gioco dovranno essere pronti a differenziare la situazione a secondo dell'angolo di ricezione.

Nel progettare un ponte per la pallacanestro riferito ad una situazione di questo tipo occorre ragionare in funzione della capacità coordinativa interessata. In questo caso, infatti, non si corregge la modalità di ricezione, ossia non si insegna analiticamente ai ragazzi come devono ricevere in quanto non è un compito del Minibasket. L'elemento più importante è quel loro afferrare sempre da angolazioni diverse ed essere sempre pronti a ricevere quel pallone. Nel momento in cui arriva la palla devono essere pronti ad eseguire quel tiro e quel farsi trovare pronti verrà affinato dalla pallacanestro nel dettaglio di come posizionare le mani sulla palla. Se i bambini imparano, sempre in regime di situazioni reali, a farsi trovare pronti a ricevere da angolazioni diverse ed anche ad essere pronti ad eseguire quella partenza per andare a tirare, già significa salire un gradino molto più alto che costituirà un vantaggio al momento degli insegnamenti della tecnica.

### Maurizio Cremonini

E' ovvio con un gruppo di 12 bambini tutto il lavoro risulterà agevolato ma con un gruppo di 15 o 16 o 18 unità si rende necessario un piccolo serbatoio che concede conseguentemente un breve tempo di recupero. Viceversa, con un gruppo di 12 bambini i tempi di recupero indubbiamente saranno ridotti che però al tempo stesso potranno anche determinare un buon modo di allenare in regime di alta intensità.

- Domanda: <<Con un numero elevato di bimbi e quindi con la presenza di un serbatoio, se sono occupati tutti e due i canestri, come vengono scanditi i tempi?>>.

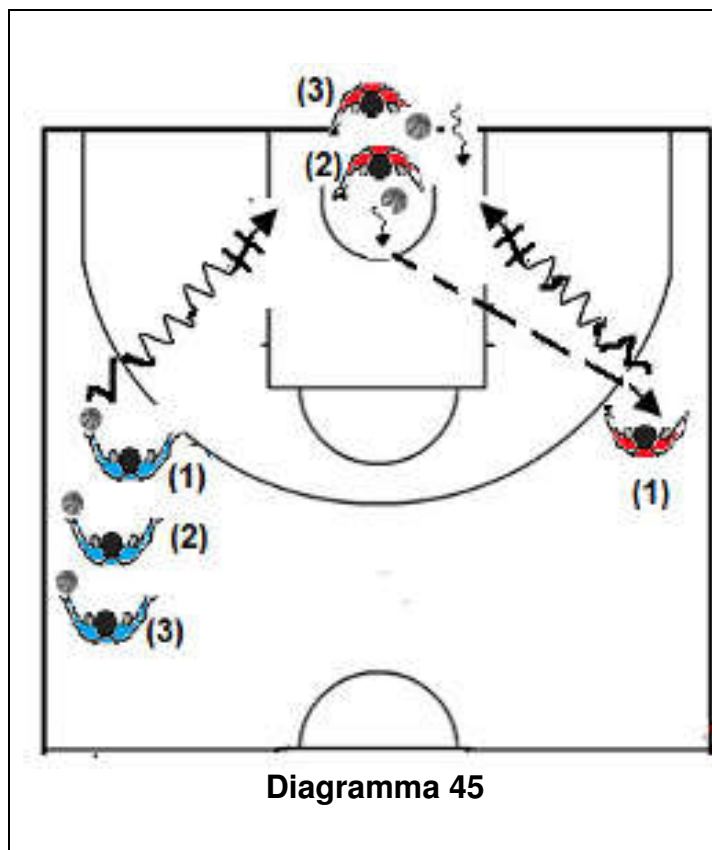
### Roberta Regis

Non determino il tempo altrimenti non lavoro più sulla loro capacità di guardare. Come modulare invece la proposta rispetto alla loro capacità di guardare? Con la correzione sulla consapevolezza, cioè nel momento in cui ci si rende conto che il ragazzino parte e nessun

compagno è pronto a passargli il pallone significa che, rispetto alla situazione, non era consapevole di ciò che stava accadendo, quindi non ha letto il tempo giusto e pertanto la correzione è sulla capacità coordinativa.

### Maurizio Cremonini

Allenamento sul tiro.



Disposizione come da Diagramma 45, gara di tiro. Tutti e tre gli azzurri con la palla. “Segnale di partenza”: l’attivatore è il giocatore dentro l’area, sotto canestro, ossia il n. (2) rosso, che palleggia sul posto e continua a tenere il palleggio aperto. Nel momento in cui il (2) rosso passa la palla al compagno (1) si accende la sfida tra il primo degli azzurri e il n. (1) rosso.

Il n. (1) azzurro deve pertanto leggere il tempo e quindi quale capacità si sta allenando? L’**Anticipazione**, perché nel momento in cui la palla parte, il n. (1) azzurro deve fiondarsi a canestro! Quando (1) rosso riceve dovrà tenere la posizione e se è in ritardo per il tiro da sotto sarà conveniente eseguire palleggio-arresto-e-tiro, quindi dovrà leggere e decidere di conseguenza. Successivamente i rossi e gli azzurri s’invertono le rispettive posizioni.

Variante: riguarda la modifica del tempo. Il giocatore che si trova dentro lo smile non palleggia sul posto ma, quando decide, passa direttamente. Questa modifica determina un tempo di lettura diverso perché un conto è riconoscere la chiusura del palleggio e il passaggio e un conto invece è vedere solo il passaggio e quindi è un tempo utile da dover riconoscere per attaccare il canestro.

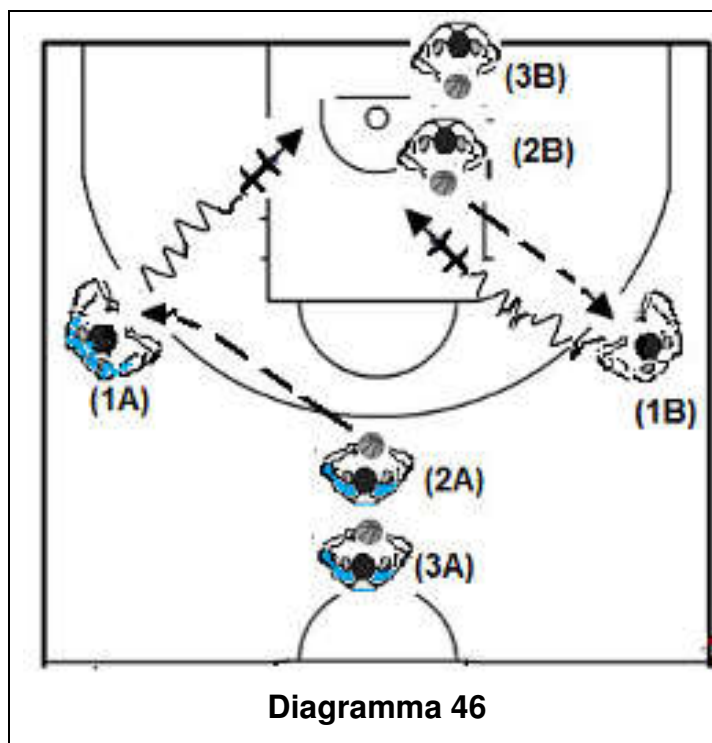
Aspetti importanti da curare: **attenzione sul tiro, la capacità di guardare, di riconoscere, di leggere il tempo** ed è sicuramente opportuna qualche correzione sul tipo di passaggio. Un passaggio parabolico da parte del giocatore che si trova all’interno dello smile, ad esempio, determina un tempo vantaggioso per l’altra squadra. Queste sono le correzioni utili, cioè far **riconoscere il tempo**. Da questa proposta quale potrà essere il ponte per allacciarsi alla pallacanestro?

### Roberta Regis

Spesso e volentieri noi Istruttori di Minibasket siamo scettici di fronte a situazioni che contemplano una lettura del tempo per eseguire una partenza. Spesso ci limitiamo a far eseguire la partenza in palleggio con la palla in mano, ossia da fermo, quasi sempre. Il ponte ideale per la pallacanestro dovrebbe invece contemplare di far provare, di **far sperimentare anche la partenza da ricezione**. Nelle situazioni reali di gioco della pallacanestro, infatti, la



partenza spesso e volentieri avviene proprio da ricezione, quindi la modifica ideale per un gioco di questo tipo, che già di per sé è perfetto, è la seguente:



Disposizione come da Diagramma 46, azzurri contro bianchi. Nel momento in cui il giocatore bianco posizionato dentro lo smile, ossia (2B), decide e passa la palla a (1B), scatta il segnale per cui l'azzurro (2A) può passare la palla al suo compagno (1A) che riceve e si fionda a canestro. Chi dei due realizza canestro per primo guadagna il punto. In questo caso (1A) non ha più la palla in mano mentre prima con la palla in mano leggeva quel tempo per poter partire. Con questa modifica (1A) deve essere **pronto a partire da ricezione** e quindi si tratta di una situazione completamente diversa e che è **dinamica**. Sicuramente questa è una situazione di gioco molto **reale e frequente** nella pallacanestro.



In questa situazione (2A) viene condizionato incisivamente nella scelta del tempo essendo un tempo diverso rispetto a prima. (2A) dovrà essere velocissimo nel far arrivare la palla a (1A) che deve leggere il tempo. Se la palla arriva in ritardo, (1A) deve farsi trovare ancor più pronto (Diagramma 47), per cui non si può non sottolineare che non è possibile che dal Minibasket non escano ragazzini che non sappiano assumere una posizione pronta. Se (1A) è pronto, in alternativa potrà eseguire un palleggio-arresto-e-tiro, movimento che la Pallacanestro provvederà a perfezionare. In relazione a cosa nel Minibasket viene eseguito questo palleggio-arresto-e-tiro? In relazione al tempo di lettura, quindi attraverso la tecnica e la tattica associate però in maniera consapevole attraverso un gioco del Minibasket ed è un ponte che si può costruire.

Maurizio Cremonini

**Diagramma 48**

**2>2.** Disposizione come da Diagramma 48, bianchi contro azzurri.

**Elementi fondanti di questo gioco: spazio e tempo.** Quando l'istruttore grida "dentro!" gli azzurri si preparano dentro il cerchio di metà campo, uno davanti e uno dietro. La regola è: appena (1A) supera la linea del tiro libero, i due bianchi (1B) e (2B) possono andare a canestro. (1A) deve prestare attenzione a non difendere da solo contro due ma deve scegliere quando ha superato la linea di tiro libero, ossia deve decidere chi marcare, chi ha la palla oppure l'altro. Su canestro realizzato, rimessa e si gioca 2>2 a tutto campo.

Si cambiano le file nelle proprie squadre. Che comunicazione-ponte possiamo fornire in questa situazione di gioco per aiutare i nostri ragazzi ad incontrare la pallacanestro?

Roberta Regis

**Diagramma 49**

La prima comunicazione riguarda la partenza del gioco, ovvero fino a che (1A) non supera la linea del tiro libero gli attaccanti non possono partire. Appena (1A) parte può scattare anche (2A), quindi la sua autonomia si realizza anche nella collaborazione e la collaborazione si attua anche in difesa. Nella partenza, di che tipo deve essere l'autonomia? Sicuramente di tipo collaborativo, perché se (1A) è consapevole che (2A) si trova alle sue spalle e quindi in una situazione di svantaggio, come deve regolarsi? Deve rallentare il più possibile la partenza per far sì che (2A) possa recuperare e partire quasi assieme (Diagramma 49).

**Capacità che si allena con questo gioco: il Controllo Motorio; strumento utilizzato: la Difesa.**



Un'eventuale correzione, pertanto, si potrebbe impartire a (1A) nel caso parta senza preoccuparsi del compagno dietro in quanto quest'ultimo non riuscirebbe mai a recuperare lo svantaggio. Nel Minibasket, invece, interessa che (2A) recuperi perché nel Minibasket la difesa esiste, eccome! La difesa è uno strumento fantastico ed è un ponte straordinario con la pallacanestro, nel Minibasket la difesa è essenziale. La difesa è un ponte fantastico con la pallacanestro perché **la pallacanestro trova fondamento sullo spazio e sul tempo**. In questo contesto un conto è dirigersi semplicemente nella posizione di spazio e tempo indicata dal Diagramma 49 ma un altro conto è arrivarci rispetto allo spazio nel senso di **occuparlo muovendo le braccia** e sicuramente così **si detta un tempo diverso del passaggio**. Quel tempo diverso consente al compagno di recuperare. Certamente andare e occupare questo spazio muovendo le braccia può fare la differenza. Mentre s'inserisce questo piccolo accorgimento quando i ragazzini lavorano sul controllo e sono in uscita, lo stesso controllo non è solo riferito alla parte inferiore del corpo ma è riferito anche alla parte superiore con la dissociazione delle due stesse parti. Si può pertanto inserire anche quest'altra capacità importante nel lavoro del controllo e cioè esser pronti a **dissociare**. Questo perfezionare il controllo con l'esser sempre pronti a dissociare significa agevolare la Pallacanestro in termini di lettura di spazio e di tempo.

### Maurizio Cremonini

Fase finale della lezione con le situazioni di gioco.



**Diagramma 50**

**4>4.**

Quattro bianchi in attacco, quattro azzurri dentro l'area (Diagramma 50). Movimento dentro l'area, il responsabile del gioco è l'attivatore. Regola: appena (1) azzurro – che è appunto l'attivatore del gioco - esce dall'area dei 3", i bianchi potranno andare a canestro. Gioco focalizzato sul **controllo motorio**, strumento che si utilizza è la **difesa** perché appena (1) azzurro esce ogni suo compagno di squadra dovrà prendersi in consegna un avversario contro il quale posizionare il proprio corpo per difendere, per cui occorre saper bene controllare la posizione.

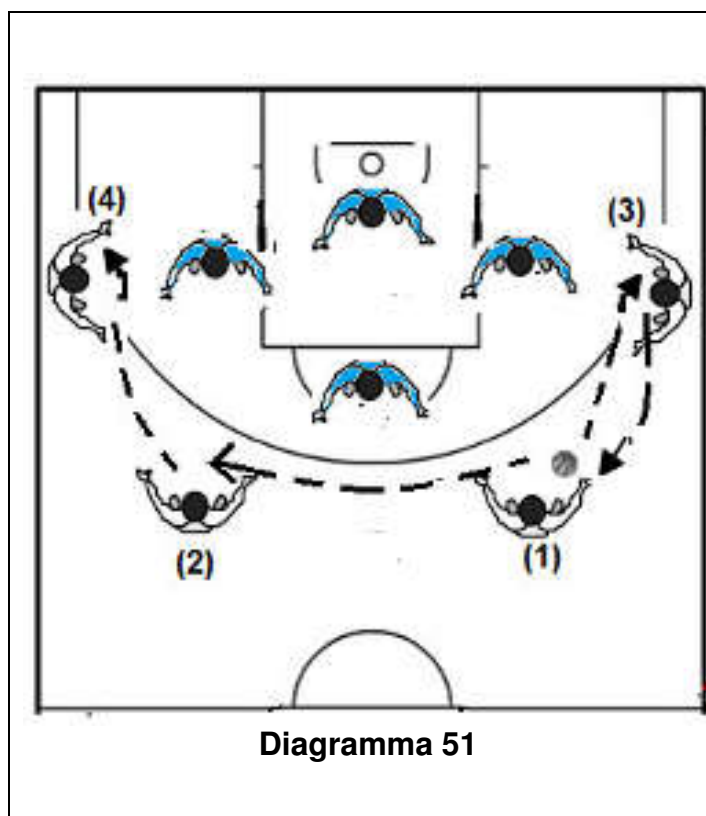
Variante: cambio, attaccano gli azzurri, che si passano la palla. Il difensore che è l'attivatore del gioco segue la palla e quando decide esce.

La palla a due a centro campo per iniziare la partita non è più proponibile perché si deve mettere in campo un gioco che è sull'obiettivo e quindi far giocare i bambini partendo da una situazione a loro chiara e leggibile.

Inseriamo ora una modifica per provocare ancora di più l'avvicinamento alla Pallacanestro.

## Roberta Regis

Il ponte nelle situazioni di gioco è sempre di tipo **cognitivo**, ovvero nelle proposte che noi mettiamo in campo riferite alle situazioni di gioco. Il ponte che pertanto possiamo costruire per la Pallacanestro è sempre di tipo cognitivo, quindi si deve fare in modo che le situazioni che si provano sempre con lo stesso obiettivo siano più complesse e conseguentemente le letture siano sempre più difficili.



Quattro bianchi in attacco e quattro azzurri in difesa. Disposizione come da Diagramma 51. Il gioco è lo stesso. A prima vista sembrerebbe una zona ma non è così perché prima i difensori si muovevano e quindi in termini di controllo erano stati messi in crisi perché dovevano muoversi ed esser pronti a reagire e ciascuno di loro doveva prendere in consegna un avversario. Ora non hanno alcun avversario di riferimento e questa modifica giustifica questo schieramento di partenza.

I quattro attaccanti si passano la palla, però attenti perché adesso chiunque degli attaccanti, quando decide, può andare a canestro. I difensori, nel momento in cui vedono l'attaccante proiettarsi a canestro, non devono difendere a zona ma organizzarsi per concretizzare velocemente gli accoppiamenti difensivi per giocare 4>4.

Forse è cambiata la loro posizione rispetto al gioco precedente. Rispetto alla situazione precedente gli occhi dei difensori, in questo caso, dove leggono? Cercano di seguire il pallone per essere pronti subito a prendere in consegna il proprio avversario. Abbiamo messo in crisi profonda i difensori assegnando loro il compito di cercarsi l'avversario.

Riguardo alla situazione difensiva i nostri bambini si possono trovare in difficoltà ma questo trovarsi in difficoltà non significa affatto non aver lavorato sulla difesa, anzi, al contrario! Prima li abbiamo messi in termini di controllo con lo strumento-difesa, li abbiamo messi in grado subito di trovare ciascuno l'avversario perché a 8 anni quali indicazioni si suggeriscono ai bambini quando si lavora sul controllo motorio con lo strumento-difesa? Che ciascuno deve prendere in consegna il proprio avversario. Con bambini di 9 – 10 – 11 anni continuiamo a sviluppare questo tipo di lavoro, poi il controllo deve essere in crisi. La posizione che viene ordinata scandisce il tempo perché in quest'ultima proposta, rispetto alla precedente, è in termini diversi. E' stato lavorato sulla dimensione di spazio e di tempo perché un conto è il difensore che esce, un conto è quando l'iniziativa viene assegnata ad uno qualsiasi degli attaccanti per cui la dimensione di spazio e di tempo è completamente diversa.

Maurizio Cremonini

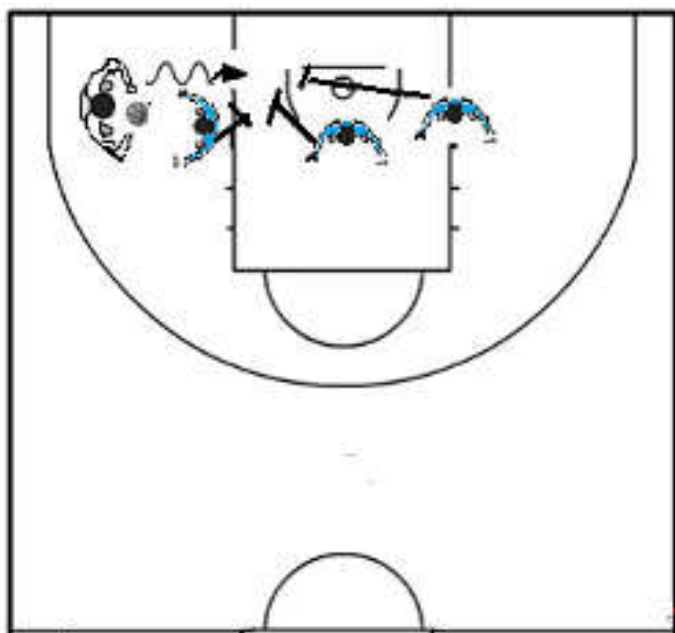


Diagramma 52

Questo è il Minibasket che abbiamo descritto oggi. Disposizione come da Diagramma 52. Questa è la situazione più ricorrente nelle partite Aquilotti ed Esordienti e spesso l'Istruttore accusa il collega avversario. Se succede in allenamento si deve insegnare ai bambini, fermandoli, che non si può difendere in tre sul giocatore con la palla. Ogni difensore deve cercarsi il proprio avversario sforzandosi immediatamente di scorgere dove si trova. Così si deve insegnare ai bambini, invece a volte situazioni di questo genere "fanno comodo"! Con l'attaccante in possesso di palla assediato da quattro difensori: "ma davvero si sta insegnando responsabilità e autonomia?" Ecco perché questa situazione è provocatoria fino a un certo punto, questo è veramente un ponte perché nella pallacanestro ma neanche nel Minibasket non possiamo più avere difensori che in campo si muovono disordinatamente, a ciascuno invece il proprio avversario!

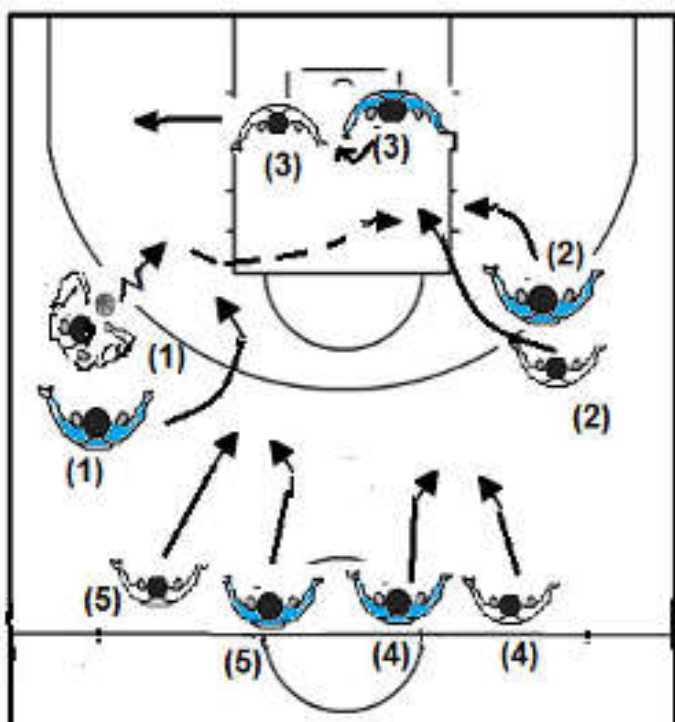
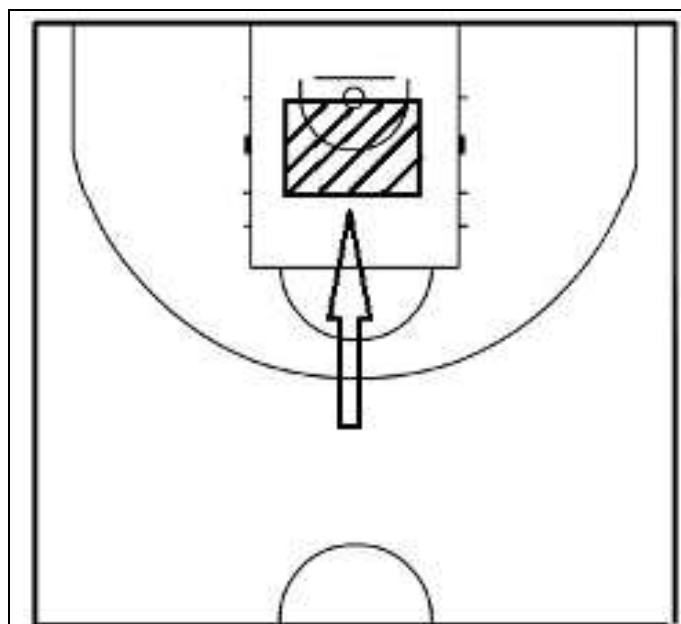


Diagramma 53

Disposizione come da Diagramma 53; bianchi in attacco contro gli azzurri. Attaccante con palla è il n. (1) bianco, pronti a giocare! Attivatore del gioco il (2) bianco che all'improvviso, nascosto dietro al difensore (2) azzurro, parte e s'inserisce in uno spazio utile per ricevere la palla da (1) bianco. Il n. (3) bianco si allarga per rispettare la spaziatura. Il n. (2) bianco può concludere o scaricare al n. (3) bianco che cerca uno spazio sulla linea di fondo nel caso il difensore azzurro n. (3) aiuti sullo stesso (2) bianco. Gioco imperniato sulla **capacità di orientamento spazio-temporale**. Quanto dura questo vantaggio? Il tempo che impiegano i numeri (4) e (5) ad arrivare perché si esaurisce il 3>1+2 perché diventa un 5>5. Il n. (2) bianco deve essere capace di fare subito le scelte, rapide, in tempi brevi perché appena arrivano i numeri (4) e (5), cambia tutto.

A noi ora interessa evidenziare la differenza con la proposta successiva perché questo è un **gioco classico di orientamento con la dimensione tempo**, a Roberta il compito di presentare questa diversità.

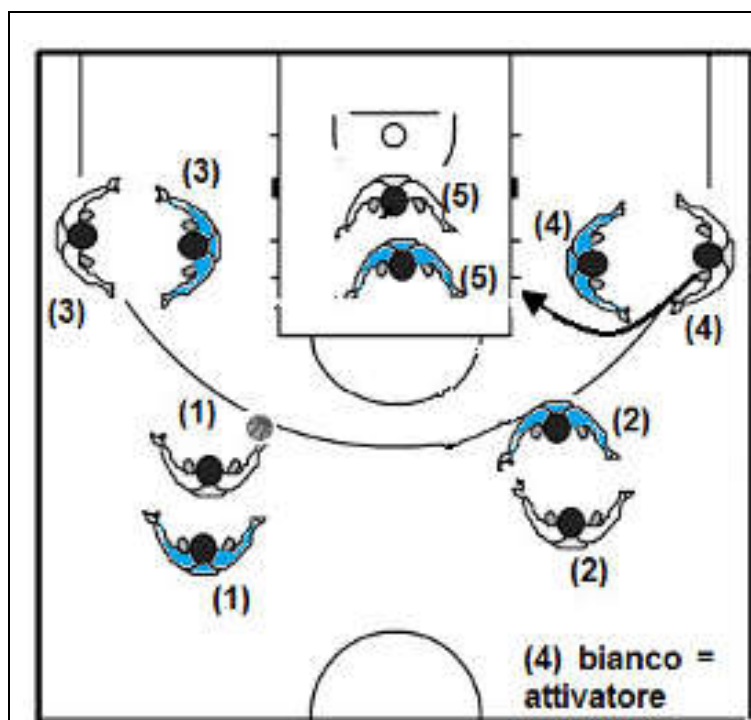
### Roberta Regis



**Diagramma 54**

Stesse posizioni del Diagramma 53. Primo focus: lo spazio evidenziato dal Diagramma 54. Questo è uno spazio che noi, incoscienti Istruttori di Minibasket, non usiamo mai perché sembra uno spazio quasi rinnegato, chissà perché ritenuto di semplice transito. Nella sua lezione Luca Paolasini ha definito ironicamente un "superman" chi passa la palla e semplicemente transita per questo spazio per poi allontanarsi. Ragionando in termini di utilità è uno spazio che invece potrebbe essere molto utile in funzione di ciò che accade nel gioco perché se si è pronti a leggerlo correttamente è uno spazio ottimale per poter realizzare canestro. Si deve pertanto utilizzare questo spazio soprattutto dal punto di vista **cognitivo**.

Chi, in un determinato momento, si viene a trovare in quello spazio deve capire quando è conveniente sfruttarlo o quando invece è più utile uscire. Questo concetto nel Minibasket è stato troppo preordinato, ha avuto il sopravvento la preoccupazione di liberare lo spazio invece di far sì che qualche volta lo spazio possa essere anche occupato e in tal caso quali soluzioni adottare. L'altro aspetto su cui si deve lavorare è sempre la funzione cognitiva della dimensione di spazio e di tempo, quindi si accorciano gli spazi e i tempi per cui s'inseriscono una coppia su un lato del campo e una coppia sull'altro lato (vedi Diagramma 55).



**Diagramma 55**

In questa proposta l'attivatore può essere uno qualsiasi dei giocatori senza palla, quindi questa è una situazione, in termini di lettura, un po' più complessa (Diagramma 55).

## Conclusioni.

### **Maurizio Cremonini**

Mi premerebbe sottoporre all'attenzione di tutti la sostanza del ragionamento formulato nella giornata di ieri e le proposte presentate durante questa giornata da voi corsisti a fronte delle riflessioni che abbiamo offerto. Auspichiamo che siano stati compresi i motivi per cui abbiamo deciso di presentare il tema dell'incontro del Minibasket con la Pallacanestro in occasione di questo Master. Nell'affrontare questo argomento siamo partiti dal modello di riferimento della Pallacanestro, dagli elementi fondanti su cui si basa questo modello, dalle scelte di fondo che in proposito il Minibasket deve edificare. Abbiamo anche fornito qualche indicazione più diretta e cioè non sono accettabili nel Minibasket delle comunicazioni che non hanno una logica, come ad esempio che la categoria Esordienti é fuori dal Minibasket. Per gli Esordienti abbiamo appositamente riflettuto sulle modalità mirate ad incontrare la Pallacanestro e non abbiamo sicuramente proposto una Pallacanestro analitica. Abbiamo presentato delle proposte mirate le quali, se sviluppate con attenzione nel momento opportuno che non è per tutti l'ultimo periodo degli Esordienti perché dipende dall'esperienza che hanno maturato i nostri bambini, lanciano l'idea di un ponte che si allaccia alla Pallacanestro. Auspichiamo inoltre che sia stato chiaro il messaggio che abbiamo provato a lanciare riguardante la costruzione di questo ponte. Sono state sufficienti semplici modifiche di gioco, piccole attenzioni e sono emersi tanti elementi e dettagli che alla Pallacanestro torneranno utili, come ad esempio la posizione, l'uso delle mani, il saper dissociare e spingere in modo efficace che si potrebbe definire come un "ball-handling" attivo. Questo non significa che non sarà proposto anche il "ball handling", qualche proposta per migliorare la confidenza con la palla può essere inserita ma un conto è mostrare delle proposte staccandole dal senso reale del gioco e un conto invece è ritrovarle nell'ambito del gioco. Ciò corrisponde a trovare l'importanza e il significato della capacità di posizionare le mani in un certo modo sulla palla perché dovranno saper spingere la palla mediante un'esecuzione precisa. Il ragionamento che volevamo sottoporre all'attenzione non lo riteniamo troppo sbilanciato verso la pallacanestro ma é la logica continuità del modello. E' di nostro gradimento ascoltare anche eventuali osservazioni e chiarimenti e poi chiuderemo il capitolo che riguarda la pallacanestro.

La nostra preoccupazione riguardo al ragionamento di ieri è far conoscere la Pallacanestro e come aiutare l'Istruttore di Minibasket a distribuire delle comunicazioni più adeguate e coerenti. Nello specifico, cosa può l'Istruttore insegnare in modo più efficace, quali rinforzi può offrire per aiutare i suoi bambini ad incontrare la Pallacanestro senza difficoltà perché ha riconosciuto alcuni elementi della Pallacanestro. I bambini dovranno riconoscere questi elementi e se nel Minibasket hanno giocato a riconoscerli, saranno facilitati nel giocare a Pallacanestro.

E' la prima volta che trattiamo in maniera un po' più specifica il ponte verso la pallacanestro ossia, fermo restando quello che abbiamo sempre sostenuto e cioè che **un buon lavoro sulle capacità motorie è già un ponte significativo**, abbiamo provato a scendere un po' più in profondità nel merito. Nello specifico abbiamo provato a dipanare chiarezza su quelle variabili che non è semplicemente modulare delle posizioni diverse ma è generare delle situazioni diverse, delle attenzioni che devono avere i bambini che si avvicinano all'incontro con la pallacanestro.

- *Domanda: <<Nel passaggio dagli Esordienti agli Under 13 avviene anche uno sviluppo fisico importante nei ragazzi che potrebbe comportare dei problemi fisici del tipo talloniti, dolori alle ginocchia etc. Come si può affrontare la mobilità articolare a livello Esordienti per prepararli a questo cambiamento fisico importante?>>.*

Domanda complessa la cui risposta si potrebbe annidare in un'attenzione generale che noi tutti dobbiamo avere. Ritengo che il problema della mobilità articolare sia strettamente legato alle enormi complicazioni dovute alla **sedentarietà**, delle quali soffrono i ragazzi di questi nostri tempi, di **ridotto movimento spontaneo e libero** che praticano e quindi viene a determinarsi una destabilizzazione veramente incisiva e significativa. Nello spazio di allenamento disponibile noi dobbiamo riuscire a compensare inconvenienti di questa natura, che significa far eseguire tanti movimenti, tanti gesti, tante ripetizioni, tanto carico con grande escursione della mobilità articolare e quindi trovare delle soluzioni di gioco e di movimento che possono aiutarci in questo senso. Due sono gli elementi che forse dobbiamo recuperare: uno è il **carico intenso, cioè riuscire a far svolgere tante attività in modo significativo e in un tempo adeguato**; l'altro elemento, che forse dobbiamo recuperare tutti, è che dobbiamo **aumentare il tempo di lavoro generale**, cioè se pretendiamo ragazzi fisicamente più pronti e più disponibili e a livello di Esordienti si hanno a disposizione soltanto due allenamenti di un'ora e un quarto/un'ora e mezza, questo tempo è assolutamente insufficiente. Si deve far pesare anche questo elemento sull'integrazione, personalmente ritengo, con ferma convinzione, che sia un dato da acquisire e da confermare. **Tre allenamenti alla settimana di un'ora e mezza ciascuno costituiscono "il minimo sindacale" per un gruppo Esordienti! Sotto questa soglia non si potranno raccogliere buoni frutti.** Se poi quelle tre volte di un'ora e mezza sono svolte in regime di un carico significativamente intenso, cioè ragazzi che lavorano veramente tanto, corrisponde ad allenarsi veramente! Un allenamento Esordienti deve essere un allenamento vero! Dopo un'ora e mezza devono uscirne stravolti!. Tre allenamenti di un'ora e mezza ciascuno è il minimo **ma devono cominciare anche gli Aquilotti e gli Scoiattoli, si deve aumentare anche quel tempo, a mio avviso due allenamenti di un'ora è uno spazio temporale insufficiente. Due allenamenti da un'ora ciascuno per gli Aquilotti e gli Scoiattoli non bastano, dobbiamo dedicare almeno due volte un'ora e mezza per gli Aquilotti** perché quella mezzora in più equivale a un'ora in più alla settimana, a 4 ore in più in un mese e nell'arco di un anno questa somma aumenta ancora di più! Due volte da un'ora per gli Aquilotti e poi in occasione della partita la mezzora che precede la gara si riduce a due file per le entrate, è tempo sprecato! Quella mezzora potrebbe trasformarsi in uno spazio di tempo di allenamento ed invece succede anche ad Esordienti i bimbi che corrono avanti e indietro per mezzoretta e poi vederli a terra impegnati in esercizi di stretching sicuramente fa rabbrivire. Anche **agli Scoiattoli concederei spazio**, perché comunque un'ora e un quarto per gli Scoiattoli, due volte alla settimana, equivale a mezzora in più alla settimana. **Dobbiamo esser sensibili al problema di ritagliare spazi di allenamento! Dobbiamo trovare spazi e tempi affinché i nostri bambini si allenino di più altrimenti saremo sempre più in difficoltà.** Non possiamo sicuramente dichiarare che nella cultura sportiva scolastica siamo all'avanguardia, in Italia purtroppo l'educazione motoria a scuola non trova spazio. **Dobbiamo rimboccarci le maniche, convincere le famiglie e i genitori che i bambini devono frequentare di più la palestra.**



Sabato 16 Luglio 2016 ore 9,00 – 12,30

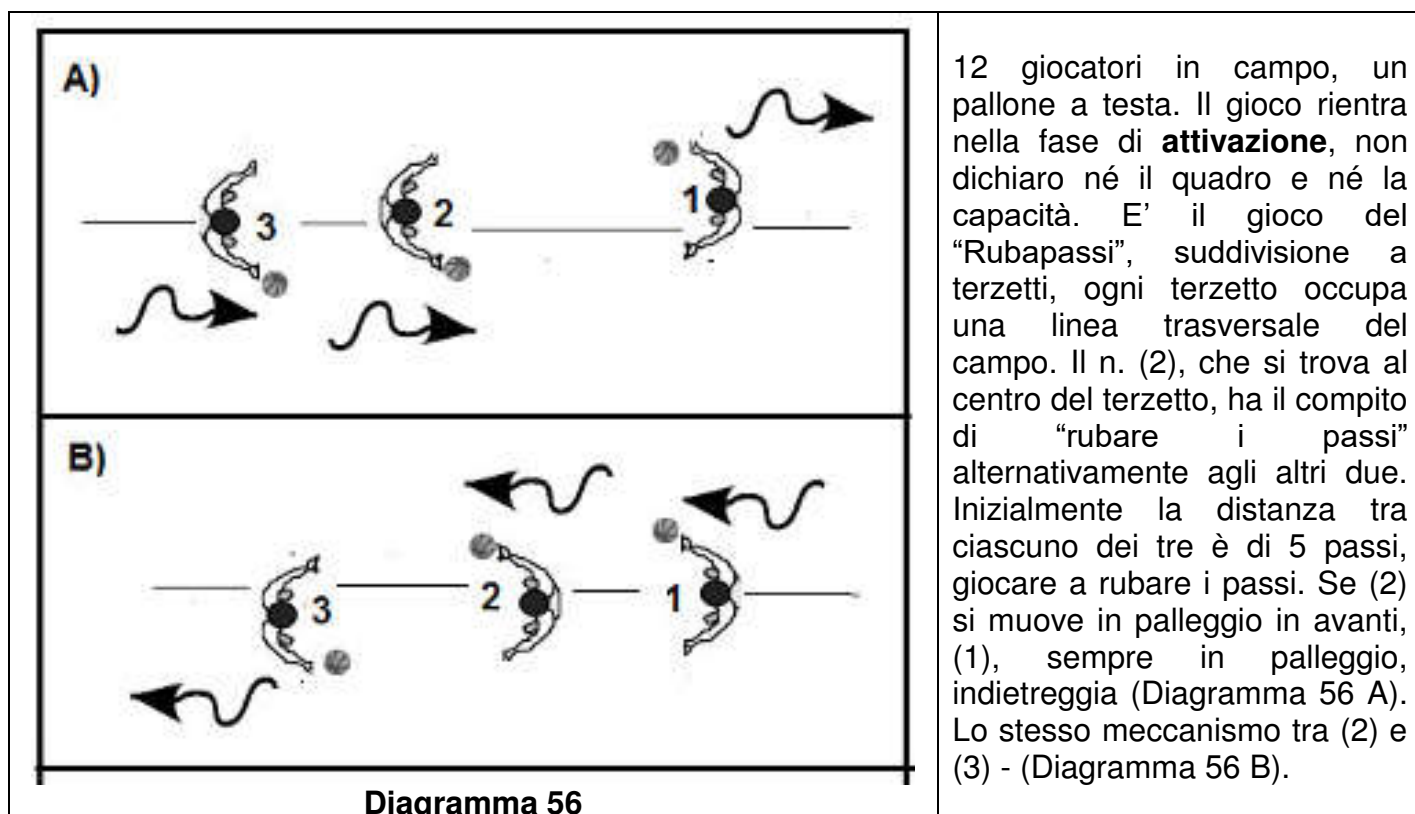
### “Approfondimenti per gruppi di attività - Pratica”

#### Maurizio Cremonini

Corsisti suddivisi negli stessi gruppi di attività ed impegnati nei temi che saranno assegnati. Roberta presenterà una proposta e alla conclusione della stessa assegnerà l'argomento ai gruppi. Tutto questo lavoro deve essere supportato dall'interazione, ossia riflettere immediatamente su un gioco, creare nuove idee sul gioco appena presentato da Roberta attraverso il lavoro di gruppo e che lo stesso gruppo presenterà e così a seguire. Ovviamente occorre capire che tipo di lavoro va sviluppato, che sarà spiegato al termine di ogni nostra proposta. Dopo la proposta, Roberta comunicherà quale sarà l'attività da svolgere, i gruppi si riuniscono per discutere ed infine esporranno il lavoro elaborato al loro interno.

#### Roberta Regis

Osservare il gioco, individuare la capacità che stiamo allenando, per alcuni giochi sarà semplicissimo identificare la capacità, dopo spiegherò, rispetto a quel gioco, quale sarà il lavoro da sviluppare.



L'istruttore non ordina il cambio ma in ogni terzetto viene nominato un capitano; quando il capitano di ogni terzetto chiama “cambio!” si cambia il rubapassi. Inserisco un altro stimolo acustico: al mio “cambio!” ogni terzetto cambia la linea sulla quale sta giocando e quindi si sposta su un'altra linea.

Ribadiamo che questo è un gioco di **attivazione** attinente il quadro delle **Abilità**.

Ai gruppi di attività, rispetto al gioco appena presentato in campo, chiediamo di individuare la capacità che sostiene un gioco di questo tipo e qual è lo strumento. Rispetto a questo stesso gioco provare a mantenere la stessa capacità e lo stesso strumento cercando di rendere il gioco più semplice, da adattare al quadro delle **Conoscenze**. Si tratta pertanto di provare a

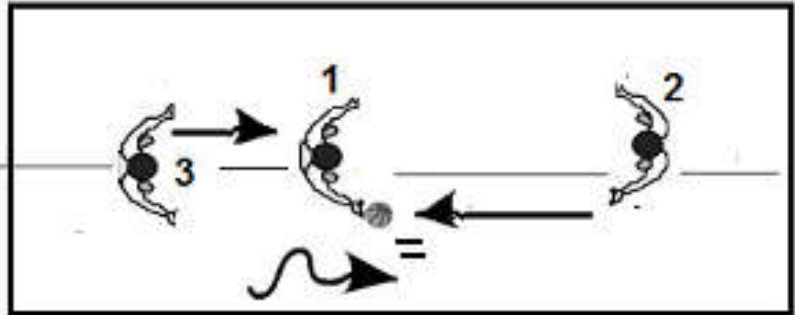
studiare un gioco simile adattandolo con una modifica al quadro delle Conoscenze e successivamente cercare di trasformare questo gioco nel quadro delle **Competenze**, ovvero di provare ad individuare gli indicatori che possono convertirlo in un gioco per le Competenze.

Questo lavoro dovrebbe assecondare l'idea che anima il testo di riferimento "**Insegnare il Minibasket**" attraverso il quale ogni Istruttore e in particolar modo l'Istruttore Nazionale deve servirsi cercando di adattare e modificare le situazioni in relazione alle esigenze del proprio gruppo di Minibasket che deve allenare.

### Maurizio Cremonini

Il livello superiore di un Istruttore Nazionale è saper modificare e aggiustare i giochi, dimostrare agli altri Istruttori, soprattutto a chi non è nazionale, come semplificare o rendere più complesso un gioco perché significa far sviluppare i processi di apprendimento dalle Conoscenze alle Competenze in maniera adeguata.

*Proposta presentata dal 1° Gruppo di attività.*

 <p style="text-align: center;"><b>Diagramma 57</b></p>	<p>A terzetti, liberi per il campo, (1) con palla si muove in palleggio e gli altri due si muovono senza palla.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (1), quando decide, posa la palla a terra per il cambio.</li> <li>• (1) va incontro a chi chiama il cambio e consegna la palla.</li> </ul> <p>(Diagramma 57).</p>
---	--

Osservazioni dei docenti sulla proposta presentata dal 1° gruppo di attività.

Cosa si deve riconoscere nella proposta? Mantenendo la capacità e lo strumento, cosa risalta di più? Il lavoro sull'attività senza palla è predominante rispetto a quello con la palla poiché, nello scendere di quadro, osserviamo che è stato cambiato lo strumento, ovvero è stato tolto il palleggio, uno palleggia e due non palleggiano, questa è la differenza. In sostanza, per semplificare è stato sottratto lo strumento. Roberta ora esporrà la proposta che noi invece avevamo elaborato mantenendo lo stesso strumento, ovvero fermo restando il palleggio.

### Roberta Regis

Il concetto da cui partire per la semplificazione è riferito alla capacità. Il gioco del rubapassi, quale capacità allena? L'adattamento e la trasformazione! "**Il rubapassi**" è un **gioco di adattamento e trasformazione**. Rispetto al gioco, in che modo diventa complessa l'azione di adattamento? Per chi sta giocando con un compagno che sta davanti, improvvisamente quest'ultimo si gira, questa decisione stimola notevolmente la capacità di adattamento e trasformazione perché se improvvisamente il n. (1) del Diagramma 56 si gira, cosa succede? (2) deve riconoscere il movimento di (1) e cambiare il suo movimento per compiere un'azione diversa, quindi, partendo dal presupposto che un gioco di questo tipo allena l'adattamento e la trasformazione, per semplificarlo dobbiamo rendere più facile il tempo da riconoscere e soprattutto il fatto che il bambino riconosca il movimento del compagno.

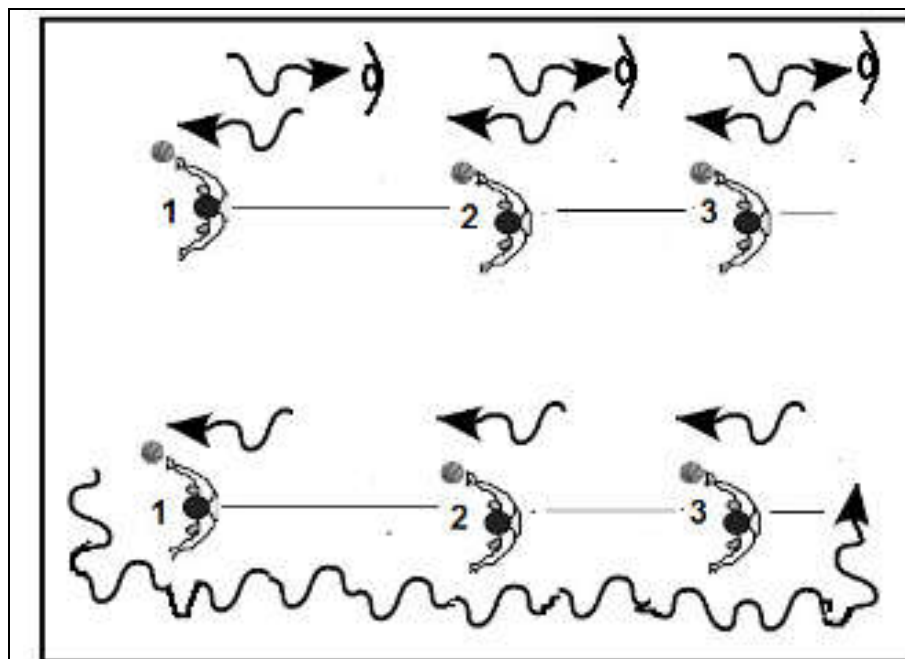


Diagramma 58

Fermo restando lo stesso numero di giocatori, quindi in tre sulla linea, la distanza va mantenuta a 5 passi. Il n. (1) comanda e deve "portare a spasso" i compagni sulla linea, può muoversi in palleggio in avanti, può indietreggiare, poi improvvisamente quando decide va in coda alla fila (Diagramma 58).

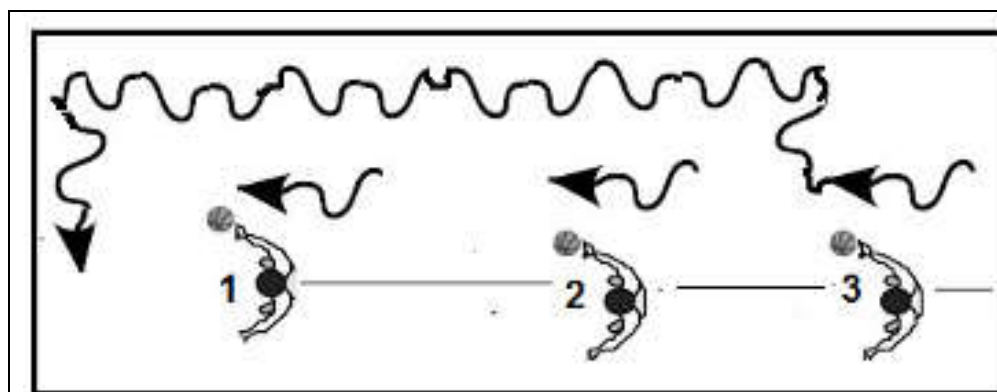


Diagramma 59

2° tipo di situazione: è il n. (3) a decidere di cambiare posizione rimontando la fila per arrivare in testa al terzetto (Diagramma 59).

Sicuramente questo tipo di modifiche affonda le radici nel terreno della semplicità. Sono due situazioni diverse di uno stesso gioco. In qualsiasi gioco che viene proposto, se sono due i bambini a dover decidere, può accadere che i bambini stessi devono trovare una soluzione per risistemare il gioco affinché riescano ad eseguirlo, il che significa tenere il gioco aperto rispetto alla situazione.

E' molto più semplice in questo caso la funzione del riconoscere. (1) deve discernere qualcuno che gli arriva davanti, così come nel precedente s'inserisce un nuovo movimento con il primo che va in coda. Si propone insomma un nuovo movimento mantenendo però lo stesso strumento, perché l'idea era di confermare lo strumento del palleggio ma in una situazione più semplice.

### Maurizio Cremonini

Si cerca sempre di ridurre il numero di giocatori però in quella situazione quanti elementi e quante situazioni diverse da riconoscere si presentavano? La condizione di giocare in tre incrementa la complessità del trovarsi di fronte a situazioni diverse da dover riconoscere. La combinazione di due elementi è sostanzialmente fondamentale perché sicuramente riescono a riconoscere. In questo modo è possibile allenare nei bambini quelle capacità fissate come obiettivi prioritari. Nel Diagramma 59, ad esempio, quando il n. (3) arriva in testa al terzetto

certamente il n. (1) non può decidere i movimenti da eseguire, che saranno decisi appunto da (3). Nell'allenare i bambini quale deve essere il prerequisito? **Vedere!** Il prerequisito è vedere, **se non alleniamo i bambini a vedere, non possono riconoscere e non possono adattarsi e trasformare.**

L'elemento che abbiamo voluto scegliere come focus è: attenti, nella semplificazione, a non perdere lo strumento che avevamo deciso di utilizzare per sviluppare la nostra capacità.

Osservazione sulla proposta presentata dal 2° gruppo di attività relativa alle Competenze.

<p style="text-align: center;"><b>Diagramma 60</b></p>	<p>Osservando il giocatore impegnato con due palloni (Diagramma 60), in quale tipo di compito era impegnato? In sostanza, in quale momento insiste la parte più complessa del gioco? Nella capacità di gestire due palloni quindi <b>in questo caso la capacità che sostiene il compito è la combinazione motoria</b> perché sostanzialmente la complessità s'identifica, da parte di (2), nel riuscire a gestire due palloni.</p>
--	--

**In questo caso, pertanto, cambia la capacità: da adattamento e trasformazione, come richiesto, a combinazione motoria.**

### Roberta Regis

In riferimento al quadro delle Competenze, il gioco del Rubapassi cade a proposito in quanto diverse sono le variabili sulle quali lavorare. La prima variabile è riferita allo spazio-tempo perché, rispetto alla funzione del riconoscere trattata in precedenza, un conto è riconoscere e dover modificare il proprio movimento a 5 passi di distanza, altra situazione è a 3 passi di distanza. Nel primo caso (vedi Diagramma 56) il n. (2) sta giocando con (1) e nel momento in cui si gira verso il n. (3), quest'ultimo è a 5 passi da (2) e deve riconoscere il fatto che lo stesso (2) si gira per giocare con lui. Rispetto a questo girarsi del n. (2) la reazione di (3), in termini di movimento, si realizza nel dover adattare il proprio movimento per trasformarlo.

- Un conto è sviluppare l'adattamento e trasformazione a una distanza di 5 passi, altro è a 3 passi. La prima modifica, che è la più semplice, è quindi con 3 passi di distanza.
- Variante: chi chiama il cambio è sempre "il rubapassi" che è in mezzo al terzetto, quindi "il rubapassi", quando decide, con uno dei compagni andrà a cambiare [vedi Diagramma 56, è il n. (2) a chiamare il cambio].

Se la capacità dei bambini evidenzia comprovati progressi, poiché si tratta della fase di attivazione, un altro opportuno intervento nel contesto del gioco consiste nel cercare di inserire tanti stimoli. Prima era stato inserito come stimolo il cambio di ruolo quindi, in considerazione che sono bambini più capaci, si possono inserire più stimoli. Il segnale "Cambio!" chiamato dal bambino centrale indica l'avvicendamento dei compiti, il richiamo "cambio!" da parte dell'Istruttore corrisponde al cambio della linea, il cambio chiamato dal bambino in qualsiasi terzetto determina che il bambino che si trova in mezzo si sposta per giocare in un altro terzetto.

Con i ragazzi grandi va inserito uno stimolo alla volta ed esattamente:

- 1° stimolo: il cambio del capitano del terzetto, ovvero chi in quel momento ricopre il ruolo del “rubapassi” chiama il cambio e tutti e tre cambiano la posizione e quindi il compito.
- 2° stimolo: al cambio dell'Istruttore si cambiano le linee, i bambini devono riconoscere questo comando per cambiare la linea;
- 3° stimolo: quando “il rubapassi” urla “cambio!” egli stesso va a giocare in un altro terzetto.

Con queste modalità abbiamo reso più complesso il gioco in funzione dell'**adattamento e trasformazione** perché **abbiamo lavorato sulla dimensione di spazio e di tempo. Avvicinandoci poi al quadro delle Competenze il gioco, in termini di stimoli, deve aumentare la complessità. Su che tipo di stimoli abbiamo lavorato? Sugli stimoli di tipo uditivo e visivo.**

### **Maurizio Cremonini**

Prima di proseguire vorrei soffermarmi su un'altra importante riflessione per approfondire ulteriormente le nostre competenze. Siamo Istruttori Nazionali, abbiamo ormai acquisito conoscenza e chiarezza riguardo al modello, questa mattina è dedicata al ragionamento sulle variabili e sulle modifiche ed è emerso che non è facile semplificare e rendere complesso un gioco perché alcune volte queste operazioni di semplificazione o di complessità inducono a spostare l'obiettivo o lo strumento. L'idea però è di allenarci per poi conservare questo concetto di allenamento nelle nostre attività, questa è la provocazione significativa che vogliamo sviluppare. Vorrei però sottoporre all'attenzione generale un importante chiarimento osservando anche un'altra proposta. Siamo già abbastanza avanti nel senso che finalmente scendiamo in campo per allenare le capacità. Se riusciamo poi ad apportare modifiche e variabili e a tenere con coerenza in una lezione quella capacità senza deragliare, ancor meglio! E' stato già ripetuto fino alla nausea che in tutte le proposte in campo non è presente una sola capacità, sono più capacità coinvolte, forse tutte sono coinvolte in campo mentre i bambini sono attivi ma una, ed è stato notato nel vostro esempio, è prevalente rispetto alle altre. In campo sono pertanto coinvolte diverse capacità per cui occorre saper riconoscerle senza mai deviare da quella scelta come obiettivo dell'allenamento nel caso di apportare delle modifiche ai giochi. La mia osservazione sul giocatore impegnato con due palloni mi ha indotto a fermare il momento e ho letto la difficoltà che stava incontrando in campo chi doveva gestire contemporaneamente due palloni in quanto era concentrata su un'altra capacità (la combinazione motoria anziché l'adattamento e la trasformazione che era stata richiesta). Occorre prestare attenzione in questo genere di modifiche, ovvero sull'elemento che diventa prevalente per la risoluzione del compito perché se sostanzialmente risultava preponderante riuscire a gestire due palloni, l'attenzione era più orientata sulla combinazione piuttosto che sull'adattamento e trasformazione. Cosa significava questa scelta in termini pratici? Che le correzioni erano indirizzate verso la Combinazione! La concentrazione mentale era sull'attenzione a due palloni, quindi significa che lo spostamento diventa anche didattico in quanto le stesse difficoltà rinforzano una capacità diversa rispetto a quella programmata. È questa l'attenzione a cui dobbiamo concedere spazio.

### **Roberta Regis**

Impegnare sempre tutti, suddividendoli in due canestri. Se i giocatori sono 12, sei da una parte e sei dall'altra.



Mantenendo sempre lo stesso compito, proviamo a trasformare questo gioco su due quadri diversi cominciando dal quadro più semplice. Il gioco rientra nella **fase centrale della lezione** del quadro delle **Conoscenze**. Si tratta di un **gioco di potere** e in cui i bambini sono coinvolti o a coppie o a piccoli gruppi, comunque tenendo sempre alto il carico.

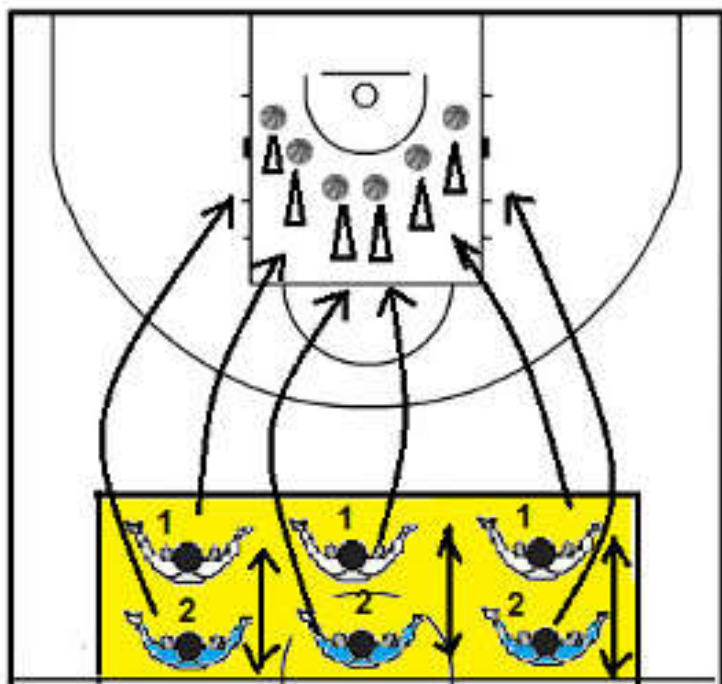


Diagramma 61

Disposizione a coppie all'interno del Pensatoio (area colorata gialla) con (1) davanti che comanda (Diagramma 61). (1) ha il potere di decidere quando partire e può, dentro il Pensatoio, muoversi in avanti e indietro seguito da (2) che non deve tamponare. Quando (1) a destra decide di superare la linea della pallavolo, partono tutti. Ogni coppia ha due palloni che sormontano i rispettivi coni, i numeri (1) scelgono uno dei due palloni, i (2) prendono l'altro per poi tirare, il primo che segna comanderà nel Pensatoio. Il gioco ha tre livelli quindi il primo potere è un potere semplice.

2° livello del gioco, sempre quello davanti che comanda. Il secondo livello del gioco ha una seconda linea che è quella dei 3 punti. Dopo i movimenti dentro al Pensatoio, arrivati alla linea dei 3 punti si fermano e (1) decide quando ripartire.

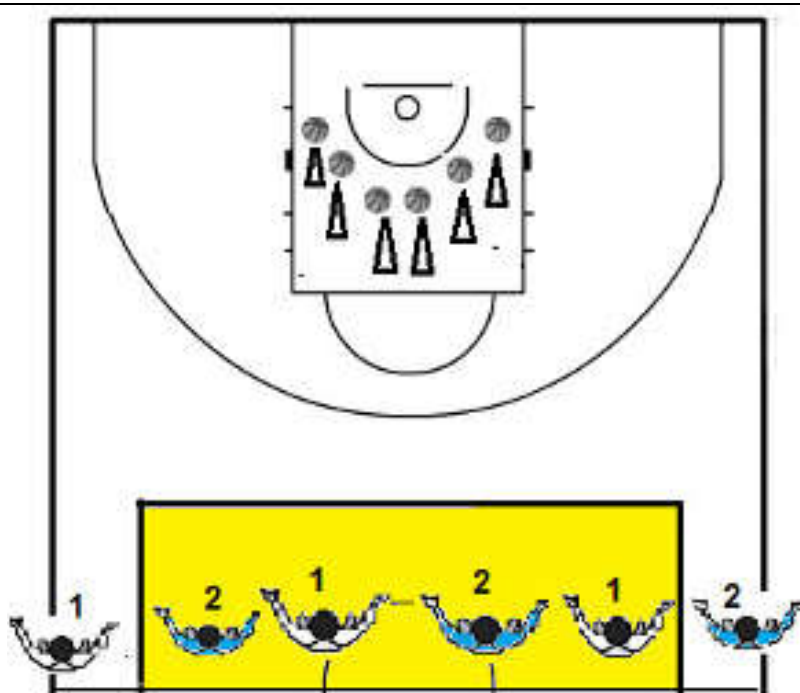


Diagramma 62

Variante: chi comanda adesso si trova il compagno non più dietro ma al suo fianco (Diagramma 62). Restano sempre i due livelli, 1° livello la linea del Pensatoio e 2° livello la linea dei 3 punti.

- 3° livello di comando e questo è il super-potere, ossia 3° livello di potere, (1) può eseguire delle finte davanti ai due coni sormontati dal pallone, ossia ha la possibilità di scegliere quale pallone prendere per tirare.



Riepilogo: Quadro delle Conoscenze; gioco della fase centrale; quesito: individuare la capacità che s'intende allenare individuando al tempo stesso lo strumento scelto per allenare questa capacità e provare a trasformare questo gioco in un gioco di Abilità e in un gioco di Competenze.

### Maurizio Cremonini

E' evidente che un gioco di questo genere può tendere il tranello per farci scivolare su altre capacità, soprattutto nel momento in cui cominciamo a dare degli stimoli anche di riflessione sul compito. L'esempio presentato dal 5° gruppo di attività mirato al prestare attenzione affinché i palloni non si scontrano e in tal caso non vale l'eventuale canestro comporta anche iniziare a prevedere l'esito dell'azione e quindi l'obiettivo si può orientare più verso l'anticipazione. Oppure, al momento della scelta del pallone sul cono, l'attenzione a dove si dirigono gli altri e quindi l'evidente orientarsi nello spazio rispetto agli altri corrisponde a un altro spostamento verso un'altra capacità che è quella dell'orientamento.

Nel gioco presentato da Roberta (Diagrammi 61 e 62) lo strumento é il tiro (parte finale del gioco), ma l'essenza del compito si esplicitava con un primo livello, un secondo livello, un terzo livello attraverso il movimento del corpo con un accentuato controllo dinamico. Il momento finalizzato al tiro era in subordine rispetto a tutto il lavoro precedente all'afferrare la palla. Il nocciolo risiede nel confrontare il vostro ragionamento con i nostri ragionamenti per ricavarne un'utilità. In questo tipo di gioco il pallone, proprio perché entra in scena alla fine, riveste un'importanza minore rispetto alla situazione di gioco. Per questo motivo noi abbiamo posto il quesito: per il quadro delle abilità, come si può rendere più efficace il controllo? Certamente dovrà avere una relazione più significativa con il gioco per riuscire a gestire il proprio corpo, a controllare il proprio corpo rispetto al tiro ma sempre in relazione con il gioco.

### Roberta Regis

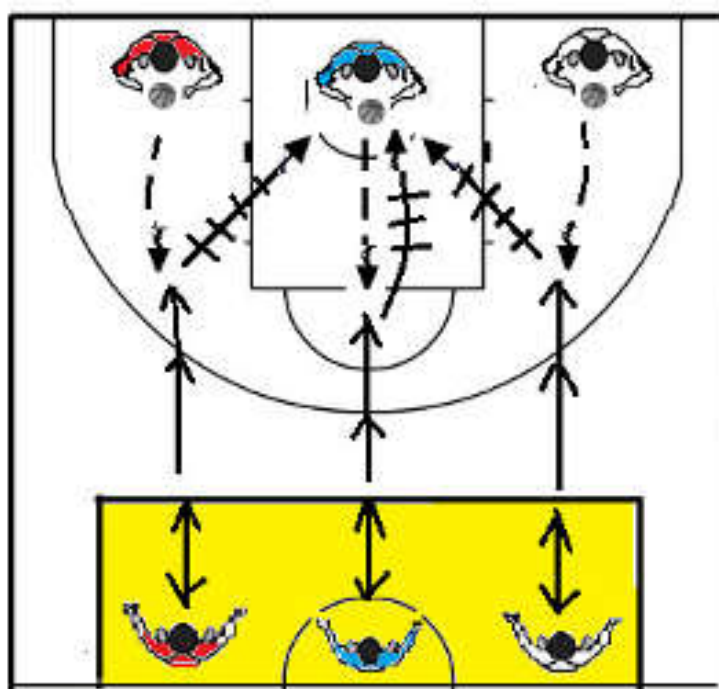


Diagramma 63

Composizione a coppie, in ogni coppia uno con la palla a fondo campo e il rispettivo compagno nel Pensatoio (Diagramma 63). Linee di comando: linea del Pensatoio e la linea dei 3 punti. Quando superano la linea dei 3 punti per ricevere dal compagno, il primo dei tre che realizza canestro guadagna il punto per la sua squadra e poi si cambia.

Poichè lo strumento e la capacità devono esser in correlazione con la sequenza del gioco, un conto è controllare il proprio corpo precedentemente all'afferrare un pallone dal cono, un conto è il controllo nel ricevere la palla. In quest'ultima situazione si deve controllare il corpo per poter ricevere la palla in una posizione che consenta di essere efficaci nel tiro.

### **Maurizio Cremonini**

L'aspetto che deve esser focalizzato è correlare il controllo del corpo con questo gioco. **Un conto è afferrare da fermo il pallone, un conto è ricevere in movimento e quindi il controllo è sicuramente più significativo!** In relazione con il gioco, infatti, non prendono il pallone depresso sul cono ma da ricezione susseguente ad un passaggio e quindi esecuzione del tiro dalla ricezione. Lo strumento, pertanto, non è il passaggio ma il tiro e la soluzione del compito è nella ricezione della palla e nel tiro.

### **Roberta Regis**

Il focus riferito alla parte finale in termini di controllo è proprio sulla ricezione. Un conto è la ricezione da un passaggio, diversa è la ricezione afferrando il pallone fermo sopra un cono.

- *Domanda di un corsista: <<Avendo preso in considerazione nella nostra proposta l'ipotesi di allontanare i cono, ci siamo troppo allontanati dal tema?>>.*

### **Maurizio Cremonini**

In un primo nostro ragionamento in preparazione al gioco avevamo espresso l'intenzione di presentare una proposta che avesse come strumento il tiro per poi concedere spazio alla condivisione. L'allontanamento dei cono rispetto al canestro cosa determina? Dovendo afferrare il pallone da un cono da più lontano rispetto al canestro, quale strumento si deve utilizzare? Il palleggio, perché partendo da una posizione più lontana serve il palleggio per arrivare a tirare.

- *Precisazione dello stesso corsista: <<Intendevo un cono più vicino e uno leggermente più lontano>>.*

### **Roberta Regis**

Questa situazione non contempla un potere reale. La tendenza è sempre di prendere il pallone più vicino per realizzare canestro e quindi scompare l'effetto del potere.

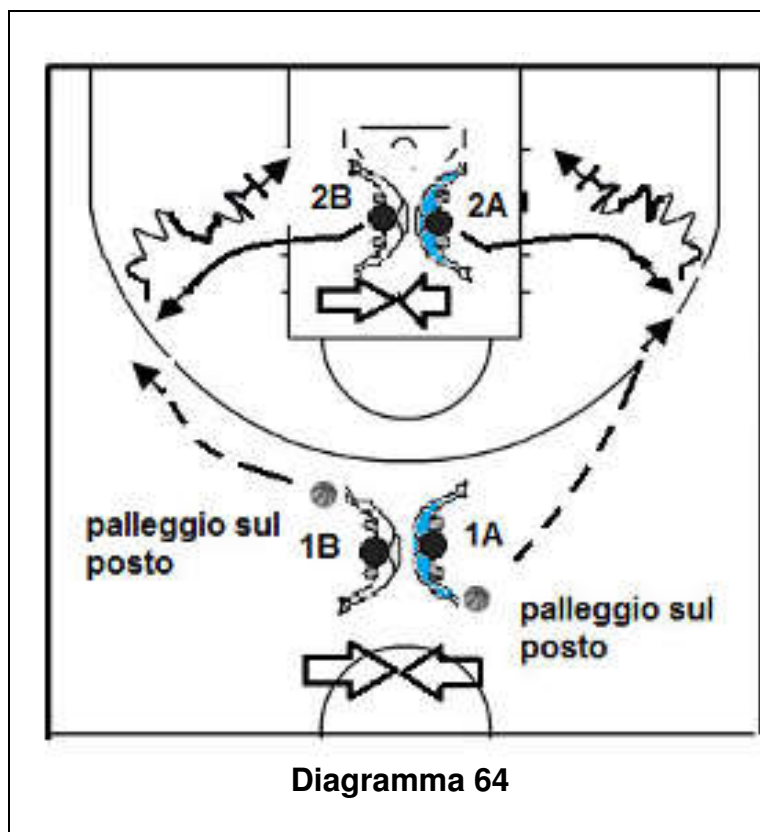
### **Maurizio Cremonini**

Vediamo le Competenze poi presenteremo il nostro ragionamento sullo sviluppo delle Competenze, un po' particolare ma che riteniamo importante, sempre riferito al controllo. Il 6° Gruppo di attività presenta il gioco riferito alle Competenze.

### **Maurizio Cremonini**

Presentiamo ora il nostro ragionamento riferito alle Competenze in termini di controllo.

Roberta Regis



Azzurri contro i bianchi, disposizione come da Diagramma 64.

(1A) e (1B) schiena contro schiena palleggiano sul posto e si spingono; (2A) e (2B) senza palla dentro l'area si spingono anch'essi schiena contro schiena. Nel momento in cui chi ha il potere lo decide, si stacca per ricevere la palla dal suo compagno e se segna per primo guadagna un punto e poi cambia posizione.

Qual'è il focus? È riferito sempre alla ricezione ma in termini di controllo. Cosa abbiamo messo in crisi rispetto al nostro esempio precedente? In questa proposta è evidente **il contatto in funzione del gioco** e da questa situazione di contatto è possibile perdere l'equilibrio che si deve poi ristabilire per andare a tirare.

Può anche succedere che chi deve ricevere non viene a trovarsi in linea con il proprio compagno e ritrovarsi dall'altra parte. Questa circostanza è stata determinata in seguito ad aver spinto con conseguente perdita del controllo, costringendo così a recuperare quel controllo per una ricezione efficace che consenta di eseguire efficientemente il tiro.

Questa è una situazione in cui palleggiando si può mantenere l'equilibrio, togliendo il palleggio si può perdere il controllo.

### Maurizio Cremonini

Attraverso questo gioco si attivano gli apparati vestibolari e cinestesici in quanto si deve saper reindirizzare il proprio movimento per ricevere la palla, quindi è un controllo più complesso e funzionale.

### Roberta Regis

È funzionale al gioco perché nelle competenze il controllo è in funzione di ciò che accade nel gioco. In un gioco di questo tipo, quando si utilizza il tiro come strumento, è possibile perdere l'equilibrio da dover poi assolutamente ritrovare per essere efficaci.

### Maurizio Cremonini

E' "luogo comune" che nel Minibasket non sviluppiamo la mentalità perché i bambini non possono mai toccarsi, questo esempio invece dimostra il contrario. Noi non vogliamo che i bambini perdano il controllo perché sono fallosi, ma vogliamo insegnare ai bambini cosa significa "sentire il corpo" prendendo una posizione. Mantenere l'equilibrio è sempre in funzione del Controllo Motorio, perché è un controllo più significativo.

## **Roberta Regis**

Non è comprovato che sia un metodo efficiente mettere per tre volte una capacità in funzione del gioco. Se ad esempio si propone l'orientamento in funzione del gioco, spesso nei giochi cosiddetti di potere e quindi nella fase centrale si può inserire anche un difensore e questa scelta comporta che quel difensore occupa uno spazio che poi deve essere ritrovato. Ragionando nell'ambito del quadro delle Competenze indubbiamente in questo caso ho cambiato la struttura del gioco perché metterlo in funzione del gioco significa veramente far riflettere. L'importante è non smarrire l'obiettivo ma non perdere più che altro il ragionamento che sostiene quell'obiettivo. Catturare il ragionamento è più importante secondo noi rispetto a quell'obiettivo con quello strumento perché così dovremmo gestire l'allenamento. Costruire l'allenamento ed organizzarlo con un obiettivo e con uno strumento perché soltanto così si può allenare quell'obiettivo in maniera efficace. Si cerca di perseguire l'obiettivo con lo stesso strumento e le volte successive si utilizza lo stesso obiettivo magari cambiando strumento. Per offrire più sollecitazioni ai bambini rispetto ad un obiettivo di tipo coordinativo, se la volta successiva si cambia lo strumento indubbiamente questa scelta potrà risultare più efficace. Cercare allora di mantenere obiettivo e strumento tenendo in considerazione che siamo nelle Competenze per cui occorre cominciare a mettere quell'obiettivo più in funzione delle situazioni che poi i ragazzi incontreranno nel gioco.

Il concetto di spalle a canestro può essere utile però non è un controllo complesso in funzione del gioco come dopo un contatto ritrovare l'equilibrio.

## **Maurizio Cremonini**

L'importante è elaborare il ragionamento nel senso di presentare una proposta in funzione del gioco. Ad esempio, preoccuparsi di una distanza di una traiettoria prestando particolare attenzione in questo caso a non sconfinare nella differenziazione. L'ambiguità, infatti, può rivelarsi nel momento in cui s'intende apportare una modifica e magari si propongono delle varianti che spostano l'obiettivo dal controllo al dover riconoscere distanze, traiettorie e forze diverse da utilizzare sconfinando quindi nella Differenziazione. È importante prestare sempre attenzione a governare con cura la situazione. Noi non intendiamo presentare dei nuovi concetti ignorando del tutto quelli ormai acquisiti e condivisi, non era ancora stato elaborato il ragionamento in relazione con il gioco ed in funzione del gioco. Non avevamo ancora toccato questo elemento che però è uno dei punti forti del nostro modello, cioè far crescere e sviluppare le capacità motorie in relazione con il gioco ed in funzione del gioco per cui abbiamo presentato questo esempio. Possono essere presentate anche altre modifiche ma volevamo collocare questo mattoncino come un elemento fondamentale dove abbiamo introdotto le complessità della ricezione e del controllo più significativo del corpo aggiungendo il contatto. L'importante è non tralasciare questi punti altrimenti si corre il rischio di perderli, aggiungiamo un elemento e a volte ne perdiamo un'altro e poi è ovvio che la nostra strategia è anche quella di "provocare". L'importante non è tenere il gioco ma di lavorare sul concetto, poi il gioco si può anche modificare.

Roberta Regis

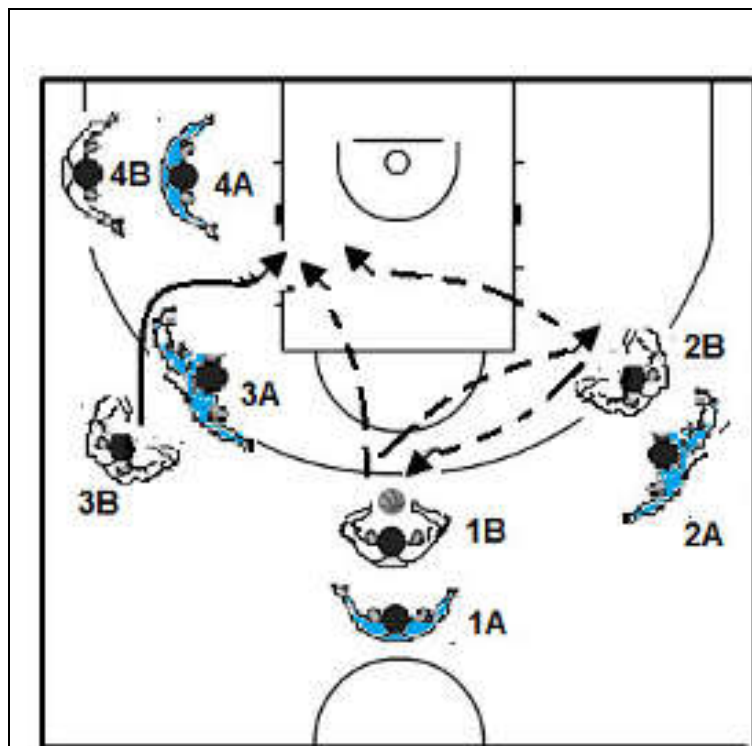


Diagramma 65

**4>4 a tuttocampo. Fase finale di una lezione riferita al quadro delle Competenze.** Disposizione come da Diagramma 65.

Gli attaccanti bianchi (1B) e (2B) si passano la palla. Attivatore del gioco = (3B), nel momento in cui decide di partire inizia il gioco.

Gioco della fase finale, il compito che chiediamo adesso, rispetto a questo gioco, è cercare di mantenere attenzione allo stesso quadro, ovvero alle Competenze ed inoltre di mantenere lo stesso strumento provando però a cambiare la capacità coordinativa. Quale capacità coordinativa allena questo gioco? Provare a ragionarci mantenendo la fase della lezione e lo stesso strumento, cambiare invece la capacità coordinativa.

Capacità: **anticipazione e scelta**; Strumento: **situazioni di gioco**.

**Maurizio Cremonini**

- Osservazioni sulla proposta presentata dal Gruppo di attività.

Poco fa ho prospettato che poteva anche non esser mantenuta la stessa situazione e proporre una situazione diversa. In questo esempio avete cambiato la capacità cambiando anche la proposta, però si può cambiare capacità senza cambiare la proposta lavorando su che cosa? Sugli attivatori! Abbiamo anche sottolineato che qualche volta, **modificando gli attivatori, cambia la capacità, quindi il livello di complessità dipende specialmente dalla scelta degli attivatori.**

**Roberta Regis**

I quattro bianchi in attacco e la disposizione è identica al gioco precedente. L'esemplificazione del Diagramma 65 contemplava che se (1B) e (2B) si passavano la palla, l'attivatore era il n. (3B), schierato dietro al difensore. Come doveva comportarsi lo stesso (3B) nel gioco originale? Doveva determinare un tempo, ma doveva dare anche una soluzione. Quando gli conveniva partire? Quando la palla era in volo verso (2). Questo è lavorare sull'**anticipazione**.

Nell'allenamento successivo si può lavorare su un'altra capacità coordinativa mantenendo però lo strumento.

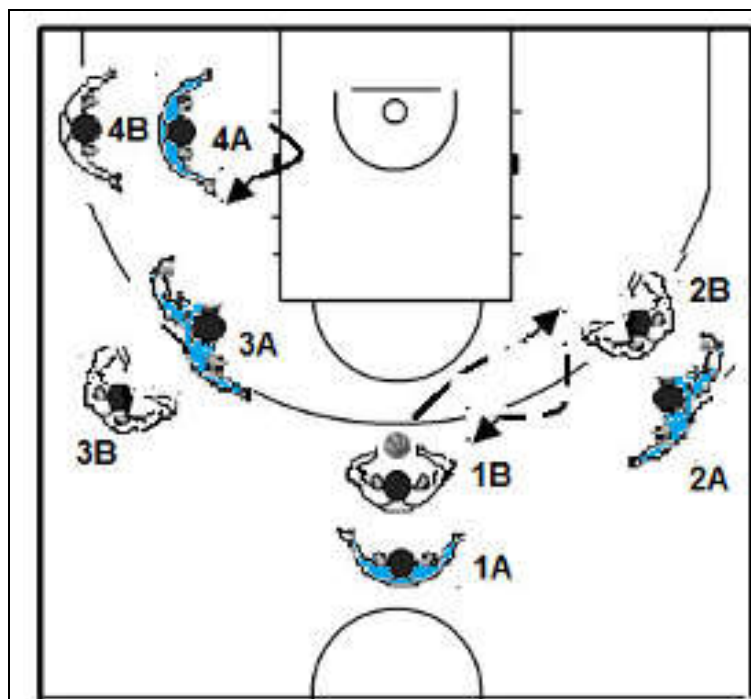


Diagramma 66

Disposizione come da Diagramma 66. L'attivatore di questo gioco, invece che un attaccante, è il difensore azzurro (4A), quindi nel momento in cui lo decide si muove per assumere la posizione difensiva innescando la partenza del gioco. Con questa modifica l'obiettivo s'identifica nella **capacità di orientamento spazio-temporale** perché sostiene il compito. Non è leggere il tempo, adesso è trovare uno spazio poiché l'attivatore è diverso.

Adattamento e anticipazione sono molto simili come capacità: in una sale alla ribalta il riconoscere, nell'altra il vedere.

Cambiando l'attivatore di conseguenza cambia anche la capacità pur dovendo ammettere che le capacità coinvolte sono diverse, però rispetto alla lettura iniziale in quest'ultimo esempio è la capacità di orientamento spazio-temporale a sostenere il compito.

### Maurizio Cremonini

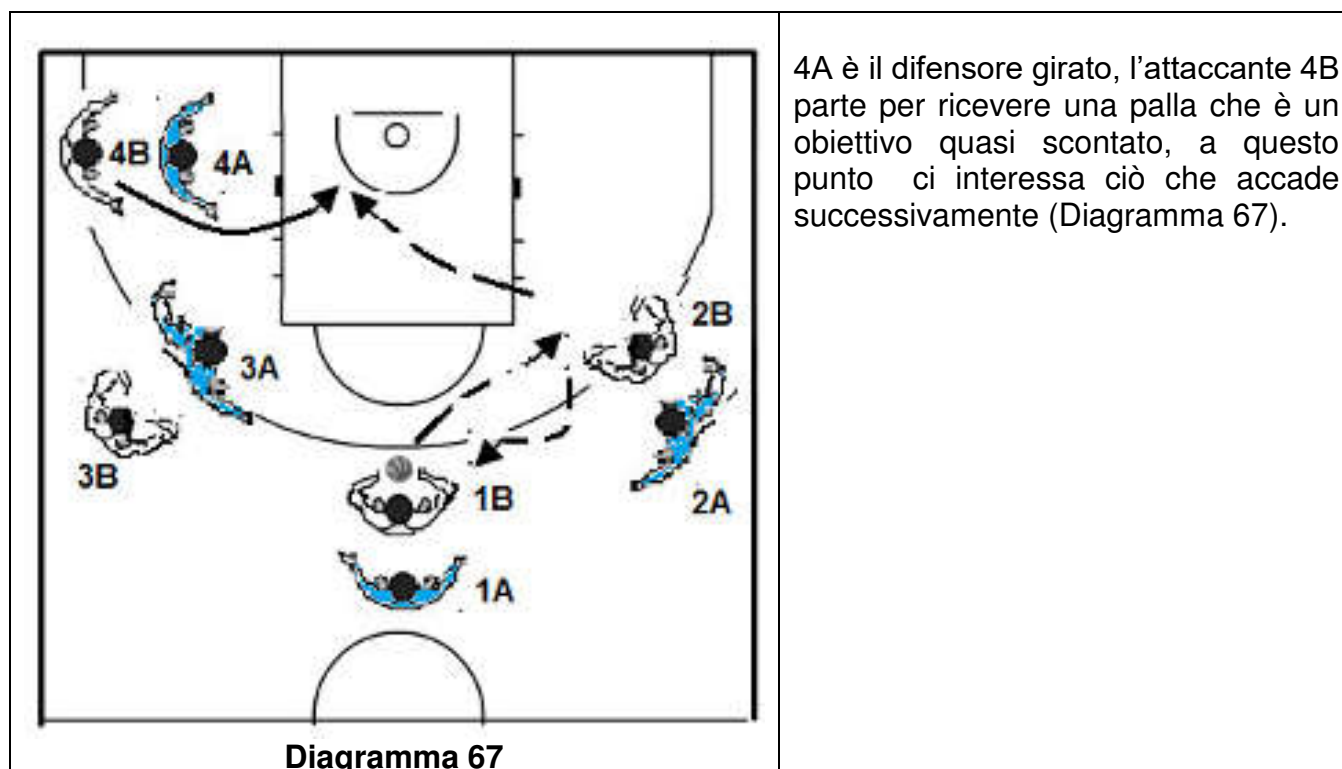
Riteniamo importante soffermarci ora per riflettere sull'attivazione dei giochi in riferimento anche alle situazioni proposte da voi corsisti. Se l'attivatore del gioco è un compagno dell'attaccante impegnato con la palla, che sta leggendo un tempo di movimento della palla in situazione, è molto probabile che siamo sulla capacità di anticipazione e scelta. Se, con parità numerica, l'attivatore è un difensore che si muove, in questo momento sicuramente occupa uno spazio, quindi dichiara degli spazi. Nel momento in cui si muove accade che gli attaccanti hanno degli spazi che si descrivono davanti a loro quindi il gioco è mirato all'orientamento spazio-temporale. Nel momento in cui si propongono delle situazioni di gioco in cui all'attivazione del gioco stesso corrisponde una parità numerica senza dichiarazione di spazi, probabilmente ci si sposta sul controllo motorio. Se nell'attivazione dei giochi alziamo molto l'incertezza e l'imprevedibilità di ciò che sta accadendo il focus si sposta sulla capacità di riconoscere qualche cosa all'improvviso, immediatamente, quindi convergeremo probabilmente sull'adattamento.

Nell'esempio riguardante l'orientamento, nell'attimo in cui l'attaccante senza palla si muove e il compagno con palla potrebbe palleggiare, come potrebbe esser risolto il compito? Passando subito la palla! Se l'attaccante senza palla è abile ad orientarsi nello spazio sulla linea di passaggio, la soluzione sarà il passaggio, eccetto che finisca in una posizione illogica. L'attaccante eseguirà uno o due palleggi poi la soluzione sarà nel passaggio di uscita perché avremo delle linee di passaggio costruite dagli attaccanti senza palla che si sono mossi nello spazio.

La nostra "provocazione" ha indotto diversi di voi corsisti a cambiare situazione, invece noi intendevamo dimostrare che il ragionamento coinvolge gli attivatori del gioco perché veramente l'attivazione del gioco può determinare importanti cambiamenti. A volte cambiamo gli attivatori semplicemente perché dopo due o tre ripetizioni emerge la tendenza a modificare. Occorre però prestare particolare attenzione perché **cambiare gli attivatori comporta di spostare la capacità**. Cambiare l'attivatore sposta immediatamente il focus



del gioco e quindi l'attenzione in questo caso deve essere enfatizzata nel riconoscere che all'attivatore corrisponde quasi sempre il cambio di capacità. Occorre pertanto essere abili nell'apportare delle modifiche alla scelta dell'attivatore rimanendo sulla stessa capacità.



### Roberta Regis

Questo esempio rientra nelle Competenze perché i difensori hanno già un posto assegnato quindi, nel momento in cui l'attacco si muove, ogni difensore deve adeguare tempestivamente la propria posizione.

- Domanda: <<Come apporti le modifiche in una struttura del genere?>>.

In una struttura di questo tipo apportare delle modifiche tendenti all'adattamento e trasformazione induce ad un ragionamento certamente più complesso.

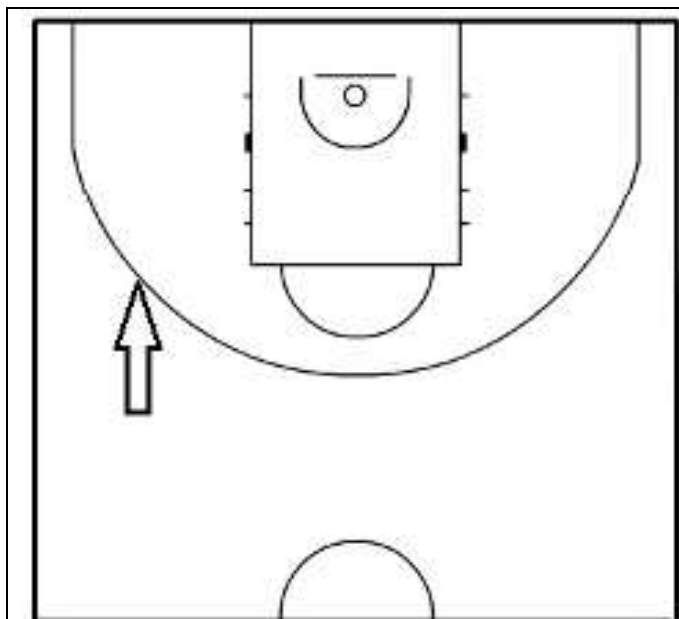


Diagramma 68

Essendo però partiti dalla posizione indicata dalla freccia nel Diagramma 68 (riagganciarsi all'esempio del Diagramma 65) si ha già un punto di riferimento importante. In questo esempio il ritrovare immediatamente l'adeguamento difensivo stimola la capacità di adattamento e trasformazione e quindi il quadro rientra nelle Competenze.

### Maurizio Cremonini

Rimane ancora da proporre un importante ragionamento.

### Roberta Regis

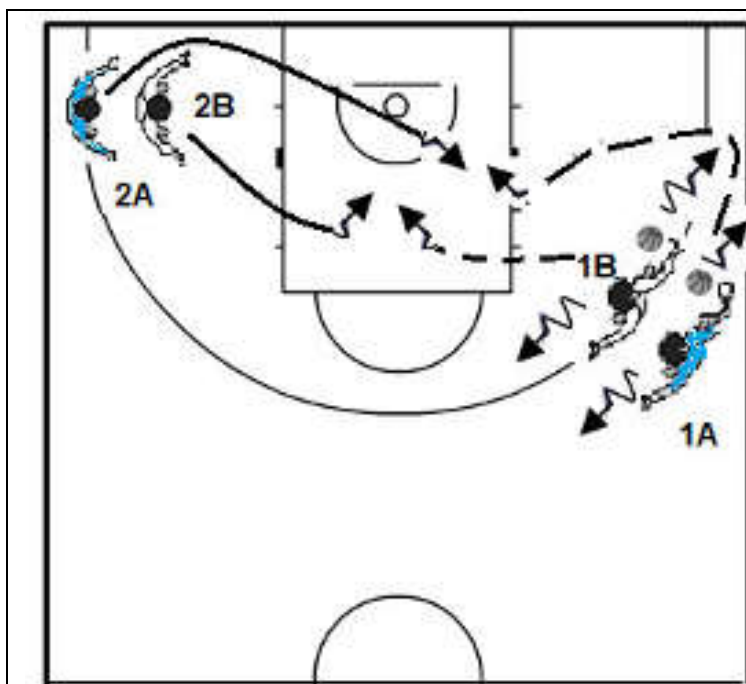


Diagramma 69

4 giocatori in campo, due bianchi contro due azzurri, due con la palla e due senza; potere agli azzurri (disposizione come da Diagramma 69). **Gioco di fase centrale; quadro delle Abilità;** gli strumenti utilizzati che ci aiutano ad allenare la capacità coordinativa, che in questo caso è **l'orientamento, sono il palleggio, il passaggio e il tiro** per la conclusione, quindi tutti fondamentali con palla. 2A decide quando partire per ricevere la palla dal suo compagno 1A. Quando 2A decide, parte da dietro a 2B e va a ricevere la palla; altrettanto 2B che va a ricevere dalla palla dal suo compagno 1B. Il primo dei due che realizza canestro dà il punto e il potere alla propria squadra.

Sempre in riferimento al Diagramma 69 i due attaccanti 2A e 2B devono ricercare lo spazio utile per cui mettere in moto un cambio di velocità e orientarsi rispetto allo spostamento dei compagni con palla per rendersi efficaci. I due attaccanti senza palla 2A e 2B devono pertanto orientarsi per ricercare lo spazio utile in relazione al compagno, al canestro e alla situazione di gioco. Anche i due palleggiatori 1A e 1B devono orientarsi per trovare una migliore angolazione di passaggio.

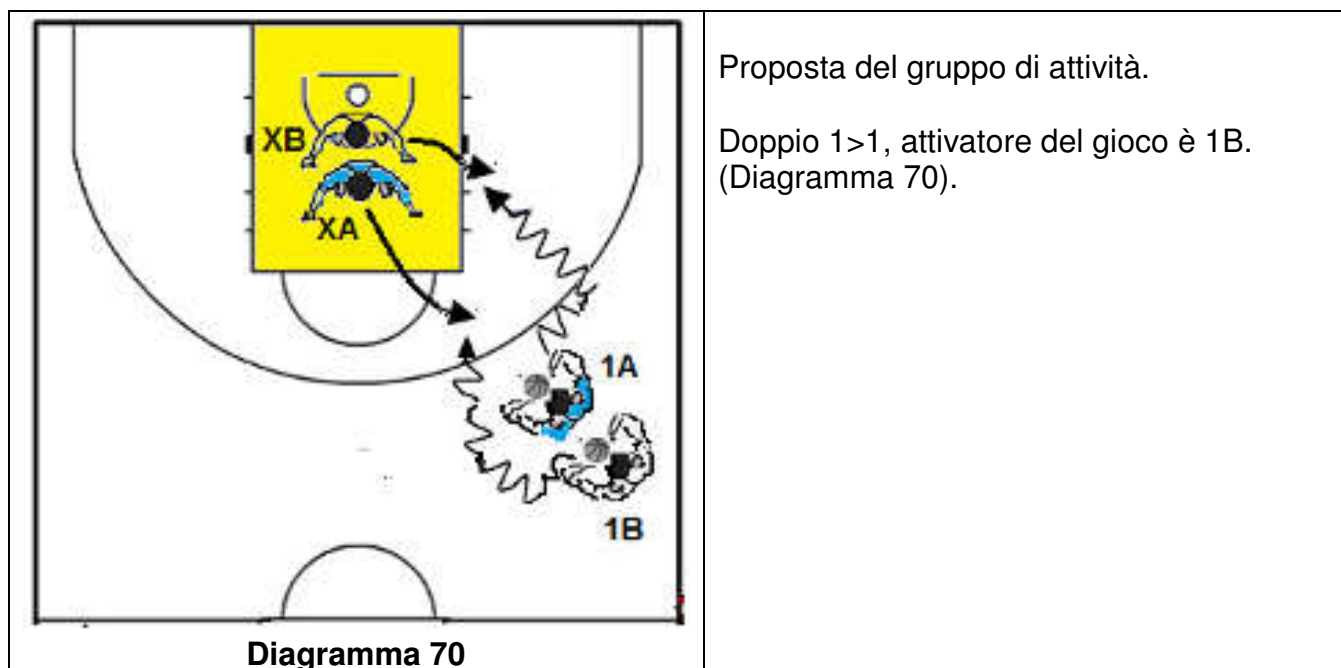
Riepilogo: Quadro: Abilità; Capacità: orientamento spazio-temporale; Strumento: palleggio, passaggio e tiro.

## Roberta Regis

Indicazioni ai corsisti per le proposte da presentare: non sullo spazio libero – spazio occupato ma concentrarsi sullo spazio utile. Quadro: rimane lo stesso, quindi il quadro delle Abilità, mantenere la stessa capacità coordinativa ossia l'orientamento spazio-temporale però provando ad utilizzare uno strumento diverso, non necessariamente la difesa.

## Maurizio Cremonini

Mantenendo l'orientamento, cambiare solo lo strumento ed osserveremo le vostre idee.



- Osservazioni sulla proposta presentata dal Gruppo di attività.

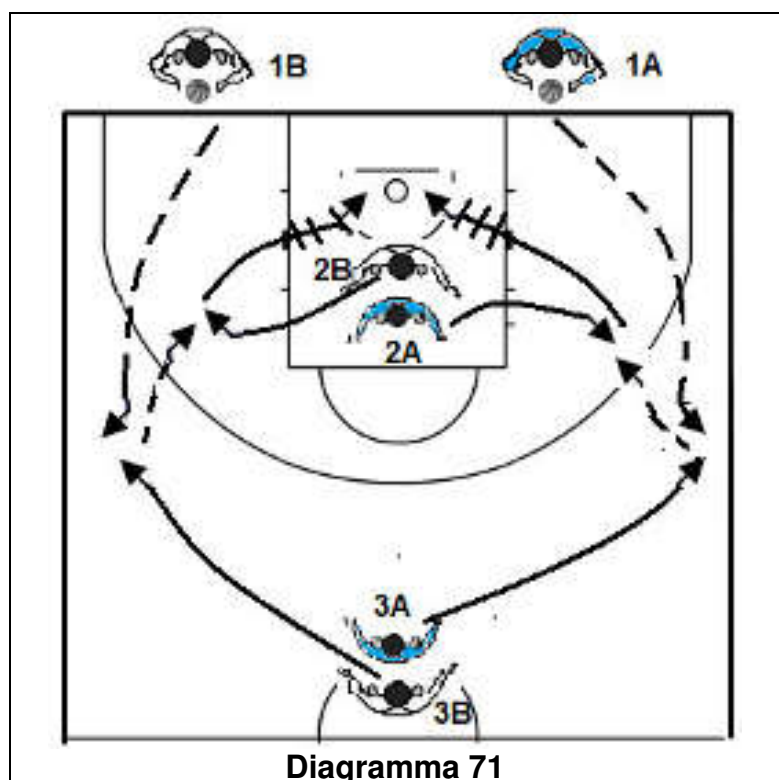
## Maurizio Cremonini

La proposta presenta una parte di orientamento, ma è sorretta prevalentemente dal controllo motorio in quanto viene premiato chi recupera prima la palla senza commettere fallo, quindi chi si dimostra più efficace in termini di controllo motorio. L'orientamento sta nella scelta del dove dirigersi ma sostanzialmente per la soluzione del compito il premio viene attribuito a chi difende, a chi recupera la palla senza aver subito canestro, questa è la ricompensa più significativa quindi viene privilegiata l'abilità in difesa a controllare il proprio corpo.

In questa proposta l'orientamento non risulta come una componente importante, un giocatore si dirige verso una parte e l'altro verso la parte opposta e giocano però alla fine si trovano davanti due difensori. In questo caso diventa fondamentale, per l'esecuzione del compito richiesto, la capacità di questi difensori di tenere la loro posizione per recuperare la palla e quindi l'obiettivo è più spostato sul controllo che non sull'orientamento come richiesto.

Presentiamo ora il nostro ragionamento sottolineando il tipo di pensiero che sorregge l'intento di mantenere il senso dell'orientamento attraverso una modifica del gioco. L'accorgimento consiste nell'aggiungere un altro giocatore che consente di cambiare lo strumento. L'inserimento di un giocatore in più, infatti, fa risaltare uno strumento rispetto a un altro, perché prima il passaggio era preceduto da uno spostamento in palleggio, ora invece la palla è già partita per il tiro per cui il ragionamento è diverso.

Roberta Regis



6 giocatori in campo, disposizione come da Diagramma 71. Comanda (2B), situazione di rimessa dal fondo campo, devono giocare i due giocatori interni, ossia (2A) e (2B). Quando (2B) parte per ricevere la palla è il momento in cui parte il gioco. Rotazione: 1x2; 2x3; 3x1 (praticamente scalare di una posizione). La rimessa non si esegue da sotto canestro ma ci si deve spostare su uno dei due lati lontano dal tabellone. Si deve specificare ai nostri bambini: <<**La rimessa non si effettua da sotto canestro!**>>.

Quale modifica è stata apportata ai fini dello strumento? E' stato tolto il palleggio! Emerge un orientamento più significativo e in questo caso lo strumento è il passaggio e il tiro con un doppio passaggio e una soluzione di tiro.

In questa proposta è molto significativo il cambio di strumento perché un conto è orientarsi con l'impegno del passaggio dal palleggio, altro è orientarsi essendo impegnati nel passare da ricezione. In questa situazione, pertanto, il ragionamento da mettere in campo è anche riferito alla difesa. Possono essere messi in campo dei giochi di orientamento anche rispetto alla difesa che si posiziona, però il nostro ragionamento, in questo caso, è ancora più semplice ovvero mostrare come a volte il cambio di strumento è determinante. Per questo motivo si deve cercare di mantenere per tutto l'allenamento la stessa capacità e lo stesso strumento. A volte si possono proporre dei giochi di attivazione in cui emerga, ad esempio in modo significativo, il palleggio e il tiro, poi nella fase centrale occorre fare in modo che i giochi rimangano sulla stessa capacità e anche sullo stesso strumento.

**Maurizio Cremonini**

Conclusioni.

Attraverso i lavori di questa mattina abbiamo sostanzialmente confermato quanta attenzione, nella nostra azione didattica, dobbiamo riservare al riconoscimento delle capacità motorie. **E' molto importante, infatti, saper governare ogni capacità con grande attenzione rispetto ai quadri, rispetto alle variabili e alle modifiche, rispetto alle complessità che s'intendono costruire.** Quanti elementi interferenti possono risultare determinanti in un senso o nell'altro ai fini degli obiettivi del programma di allenamento! La considerazione che spontaneamente potrebbe emergere, pertanto, contempla che è davvero difficile e complesso insegnare un Minibasket adeguato e coerente con il modello di riferimento. Sono invece convinto che non è questa l'esatta interpretazione perché il lavoro di questa mattina risalta una grande profondità dal punto di vista dell'attenzione di alcuni particolari, come esige un **Master, ossia un corso al massimo livello.** Sicuramente occorre molta cautela nel proporre questi concetti così profondi anche ad altri corsi, ossia a far passare l'idea che tantissime sono le variabili che possono creare imbarazzo. Confrontandoci con le vostre idee abbiamo ritenuto di salire su un piano più alto per proseguire il cammino verso quella

chiarezza che deve generare luce sul modello. Occorre prender atto che il cammino è ancora lungo, però è affascinante porsi con questo tipo di atteggiamento di fronte al Minibasket! È sicuramente più motivante, più stimolante, più significativo per tutti i ragionamenti messi in campo e soltanto così emerge la capacità del bambino di elaborare un proprio pensiero, di capire le sue azioni sul campo in maniera un po' più consapevole. Non ci si deve però preoccupare eccessivamente per aver sbagliato la capacità o la scelta dell'attivatore che è in funzione della capacità. È un percorso di professionalizzazione volto alla ricerca del proprio coronamento rispetto alla chiarezza e rispetto al modello. Siamo però molto avanti rispetto a questo percorso e questa considerazione ci può confortare. E' anche vero che la diversa ideologia non manca mai, della serie che è speculativo allenare il palleggio, il passaggio, il tiro e la difesa. Secondo il nostro modello i fondamentali devono essere invece intesi come strumenti, usati come riferimento dei primi elementi del gioco, in relazione al gioco, in funzione del gioco. I fondamentali devono essere utilizzati per allenare le capacità motorie con particolare attenzione verso gli attivatori, verso tutte le variabili, in particolare quella relativa alla dimensione spazio-tempo, che possono determinare il cambio del quadro e della capacità. Si è arrivati però a un buon punto di chiarezza del modello come Istruttori Nazionali esperti e competenti che non si fermano ma cercano di proseguire incessantemente lungo un percorso ancora più complesso ma ancora più chiaro dal punto di vista dell'efficacia dell'insegnamento. Oggi non è certamente un problema avere a disposizione i giochi e le proposte ma è importante diventare capaci di gestire, di governare, di utilizzare quei giochi e da un gioco ricavarne tanti altri! Moltiplicarlo in una miriade giochi! Se si lavora intensamente sulle variabili e sulle modifiche, un gioco può ramificarsi veramente un'infinità di altri giochi soprattutto se scatta la capacità di aggiustare, di modificare, di giostrare in vari modi. Quanta fantasia ci può stimolare ancora nel riconoscere questo elemento aggiuntivo della nostra didattica! Questo era il nostro pensiero di partenza per riconoscere, attraverso il confronto tra la Pallacanestro e l'Easybasket che presenteremo alla prossima lezione, su quali elementi si fonda il nostro Minibasket.

**Sabato 16 Luglio 2016 ore 15,30 – 17,45.**

**“Le proposte della Federazione Rugby per la scuola primaria”**

**Maurizio Cremonini**

Lucio Bortolussi, Vicepresidente del Settore Scuola, fungerà da conduttore delle tematiche di questo pomeriggio e di domani e presenterà il relatore della Federazione Rugby, Francesco Grosso.

**Lucio Bortolussi, VicePresidente del Settore Scuola della Federazione Italiana Pallacanestro**

In questi primi tre giorni è stato sviluppato un importante lavoro riferito ai nostri modelli del Minibasket e della Pallacanestro, alla riflessione sulla continuità con la Pallacanestro stessa nell'ottica dell'integrazione, oggi pomeriggio lo spazio è dedicato alla scuola. E' d'obbligo, pertanto, porgere il benvenuto a **Francesco Grosso**, responsabile di promozione e sviluppo in seno alla Federazione Rugby del Triveneto ed anche dell'area didattica. Come Federazione Italiana Pallacanestro reputiamo intelligente la nostra scelta di confrontarci con le metodiche del rugby e come tale va accolta con intelligenza e con profondo interesse. La Federazione Rugby promuove delle interessanti iniziative e noi abbiamo ritenuto che la migliore strategia di una Federazione, che ha cultura tecnica da dispensare, è anche di ascoltare e di osservare il lavoro altrui. FIP e FIR hanno un denominatore comune, ovvero la missione di educare i ragazzini e farli diventare cittadini migliori attraverso lo sport. Non sono stati solo slogan ma la coerenza che abbiamo visto in questi giorni per noi è estremamente importante. Questa mezza giornata pomeridiana è pertanto dedicata in prima battuta alla parte pratica riferita al rugby, poi all'Easybasket e al nostro progetto per la scuola primaria. Domani entrambi lavoreremo per proporre un riflesso dei due modelli culturali, quindi il rugby dei piccolini e il nostro Easybasket. Benvenuto tra noi a Francesco Grosso e buon lavoro.

**Francesco Grosso, Coordinatore Attività Scolastica della Federazione Italiana Rugby.**

Oggi la pratica si erge a protagonista attraverso alcune proposte che possono essere specifiche del nostro gioco che, come è risaputo, ha la componente del contatto con il terreno e con l'opponente.

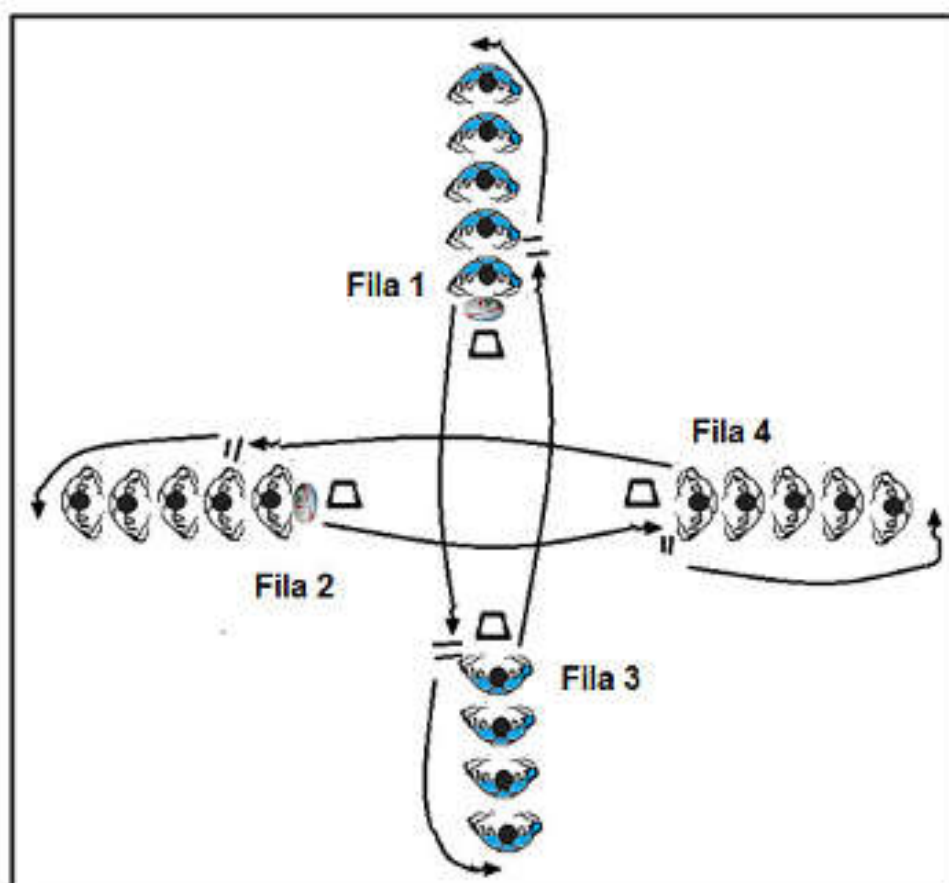
Supponiamo un intervento con una scolaresca di principianti in ambito scolastico. In realtà i nostri interventi non si limitano alla scuola ma anche ad altri ambienti come ad esempio allestire in un Centro Commerciale una stazione di esercizi e doverli rapportare a bambini e bambine principianti. L'obiettivo fondamentale che ci si prefigge nel lavoro con un gruppo di bambini e bambine, supponiamo in 4<sup>a</sup> Elementare (4<sup>a</sup> classe della scuola primaria), è che alla fine dell'ora di lavoro i bambini abbiano sudato, che escano molto stanchi nel senso che vorrebbero continuare ma non hanno più energie da spendere. Tutti i bambini devono esser stati coinvolti in un continuo movimento, quindi nessun "satellite", il che significa che la mia proposta deve essere adeguata al bambino meno competente senza però perdere di vista quello più esperto che vuole comunque divertirsi e giocare. Mi è profondamente gradito che al termine della lezione il bambino e la bambina si rivolgano a me per chiedermi quando ritornerò in quella scuola. Il bambino che all'inizio si defila, il cosiddetto "satellite" e il cui coinvolgimento potrebbe non essere totale, quando alla fine dell'ora viene a chiedermi la data del mio ritorno, personalmente rimango molto soddisfatto, per me è un certificato di successo. Ritengo infatti molto importante che il bambino associ il nostro gioco al divertimento, ad un momento semplice, spontaneo e divertente. Per ottenere questo obiettivo devo costruire situazioni in cui siano impegnati nel gioco tutti i bambini e contemporaneamente.



Premetto che abbiamo tre tipi di palloni che sono la taglia numero 5, la taglia numero 4 e la taglia numero 3 e che vengono utilizzati in base all'età. La numero 3 fino ad Under 9, la numero 4 fino ad Under 14, la numero 6 da Under 16 in su.

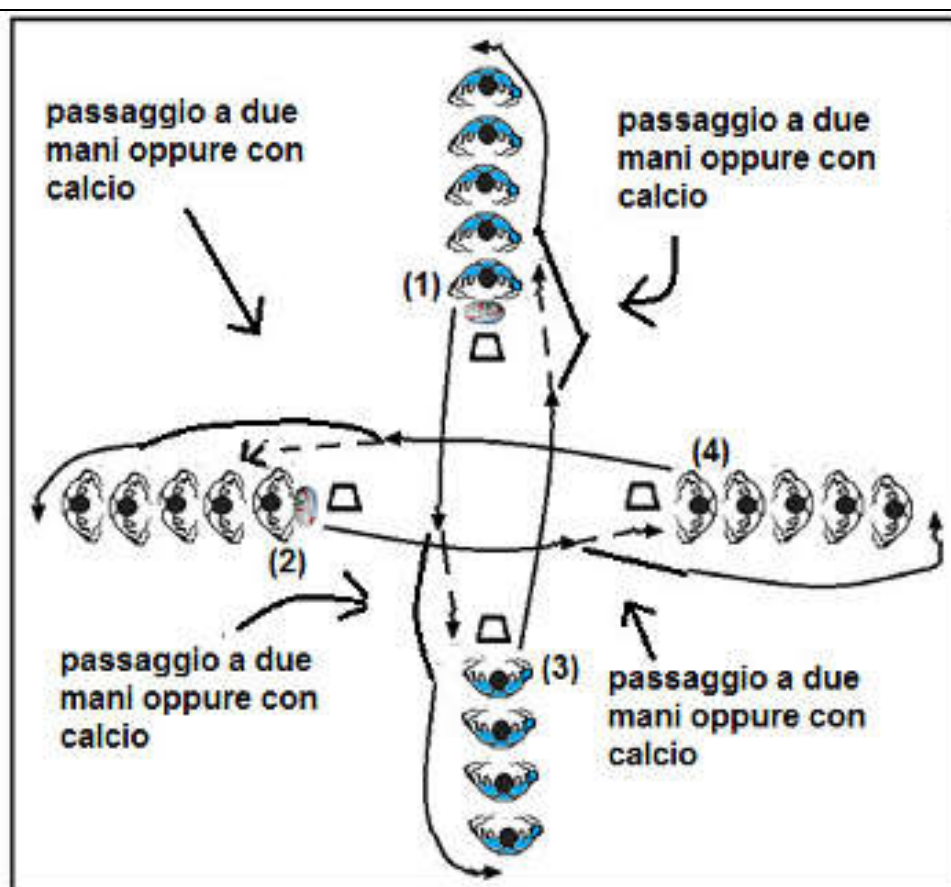
Riepilogando: esistono differenti misure in base all'età del giocatore:

- Taglia "3" : da 5 a 9 anni
- Taglia "4" : da 10 a 14 anni
- Taglia "5" : più di 15 anni



**Diagramma 72**

Una proposta che nel nostro sport è molto utilizzata è denominata "la croce". Disposizione come da Diagramma 72, 4 file da 5 bambini ciascuna, ogni fila dietro ad un cinesino, il primo delle file 1 e 2 con il pallone da rugby. Nel rugby abbiamo un enorme vantaggio nel senso che è consentito dal regolamento correre con la palla in mano e questo gesto viene abbastanza spontaneo. I primi delle file 1 e 2 partono, corrono con la palla in mano, devono prestare attenzione a non scontrarsi con il compagno nel momento che lo incrociano in corsa, arrivano a un metro dal primo della fila di fronte e la passano consegnata. Poiché sono bambini di 4<sup>a</sup>, passare la palla e disporsi in coda alla fila opposta. Utilizzare 2 palloni.



**Diagramma 73**

Variante: da alcuni metri passaggio a due mani oppure con calcio (Diagramma ).

Dal semplice al complesso, aumentare progressivamente i palloni, da 2 fino a giocare con 8 palloni. Ultimi 30" alla massima velocità.

Questa è la caratteristica tipica del rugby, l'indicazione è di tenere la palla a due mani perché a due mani si ha una vasta possibilità di opzioni: si può passarla con la destra, oppure con la sinistra, si può calciare di destro oppure di sinistro, tenere sempre la palla a due mani e il movimento del rugby è in avanzamento in quanto il rugby è uno sport di contatto l'attaccante.

Se i bambini sono numerosi si moltiplicano i gruppi.

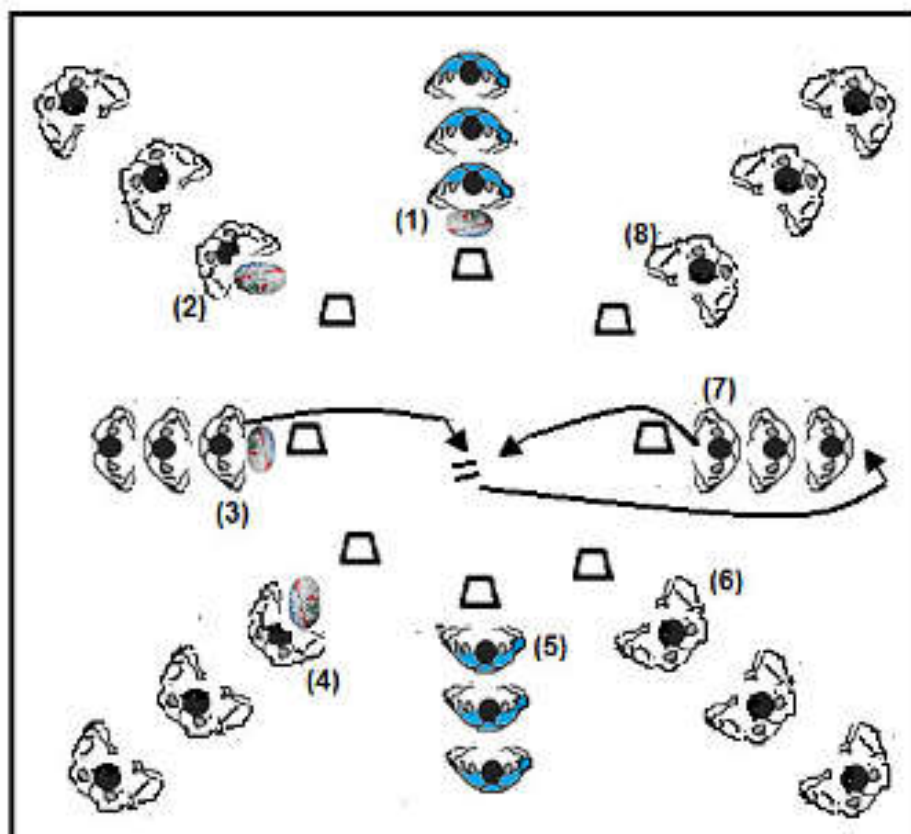


Diagramma 74

Disposizione come da Diagramma 74: 8 file, le file (1), (2), (3) e (4) con la palla. Insegniamo un altro elemento tipico del rugby che è la meta. "Fare meta" significa appoggiare la palla oltre la linea di meta, la palla deve essere schiacciata a terra, non deve essere lanciata. La variante è questa: chi parte la raccoglie e la mette a terra (Diagramma 74).

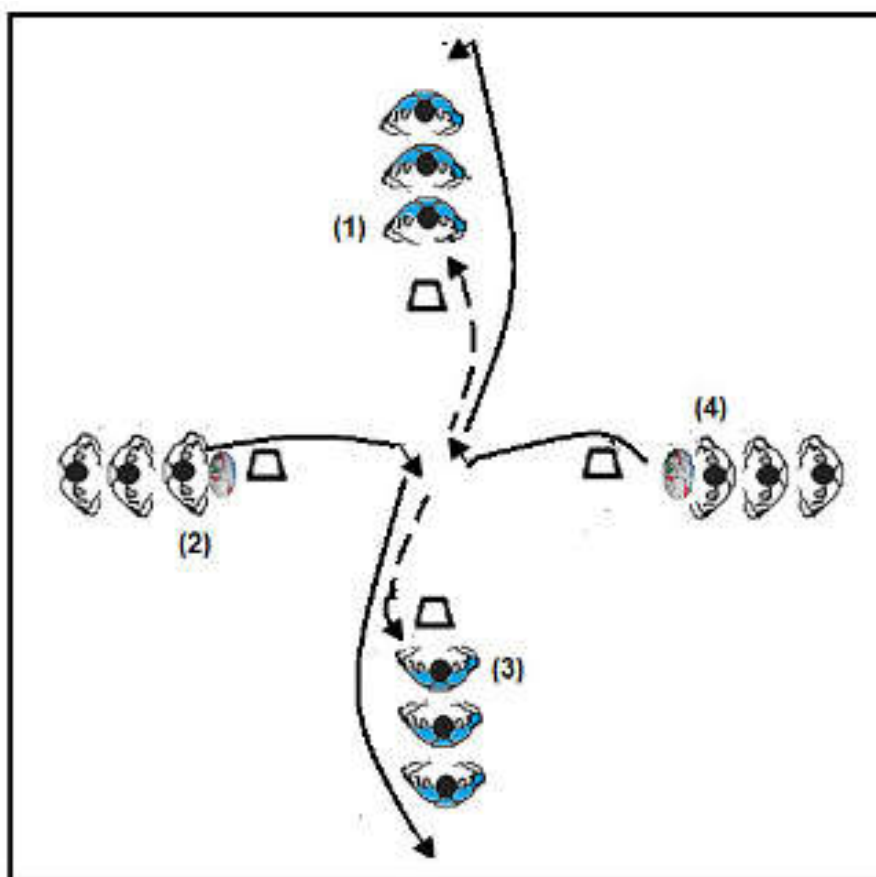
Se per segnare la meta la palla cade in avanti, la meta viene attribuita all'opponente, cioè all'avversario. **Nel rugby la palla non può esser passata avanti e non può neanche scivolare avanti ma va passata all'indietro per cui quando la si appoggia a terra si mette un piede avanti, una mano che protegge la palla e la si depone.** La stessa gestualità va applicata per raccogliere la palla: un piede avanti, una mano che protegge e la si raccoglie. Ai bambini in forma molto semplice impartiamo un'indicazione tecnica molto precisa. Tutto viene svolto in opposizione perché il rugby è uno sport di opposizione per cui non proponiamo mai niente "a vuoto". Occorre tener presente che in movimento si possono incrociare diverse persone. La dimensione del campo è fondamentale per cui osservo come si muovono i bambini e le bambine e se rilevo delle difficoltà per cui prendono troppa velocità restringo il campo d'azione, l'obiettivo devono essere la frequenza e la rapidità, non la velocità. Nella zona molto trafficata non occorre la velocità, nel nostro caso siamo in grado di limitarci avendo esperienza motoria.

Questo è un gioco che ha già molte componenti tecniche specifiche del rugby, lo usiamo anche per eseguire stretching attivo. Lo stretching di per sé è molto noioso per cui se possiamo evitarlo, con persone che sono comunque elastiche sul piano muscolare, la variante da proporre è girare la palla attorno al corpo oppure "8 rovesciato" framezzo le gambe. Questo accorgimento può produrre quasi un quarto d'ora di lavoro senza soluzione di continuità.

- Domanda: <<Capita spesso, in ogni gruppo o classe, di trovare alcuni bambini che sono vivaci oltre misura. Come ti regoli?>>.

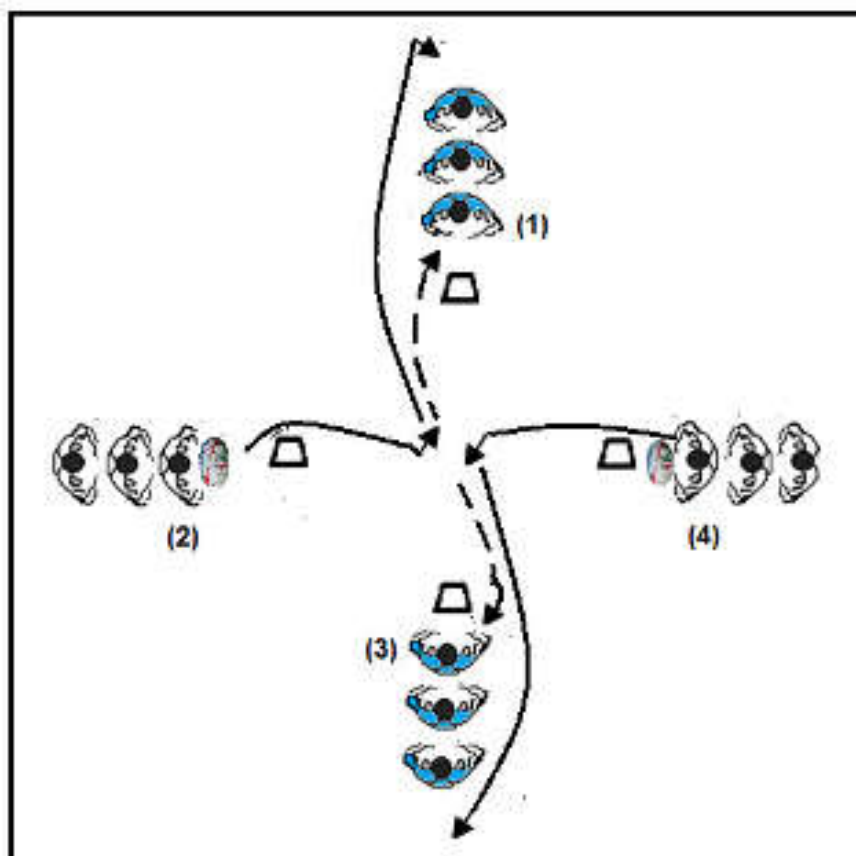
Si distinguono subito dal loro atteggiamento quando entrano in palestra ed anche perché sono accompagnati dalle raccomandazioni della maestra ad un comportamento disciplinato. Il chiamarli subito per nome chiedendo “*come va?*” desta in loro sorpresa e curiosità e produce già da subito un effetto positivo. Molto spesso incontro dei bambini iperattivi, di una iperattività particolarmente accentuata per cui non riescono a controllarsi ma hanno bisogno di essere individuati/responsabilizzati. Il notarli e assegnare loro un ruolo contribuisce a smorzare la loro esuberanza, con essi non ci si può dilungare nella spiegazione ma consegnare un pallone a ciascuno, il tempo strettamente necessario per farsi capire e cominciare alla svelta. Nei giochi inserire una regola alla volta in modo che riescano ad adeguarsi ed ho accertato che, come metodo, funziona.

Quest'ultima proposta può ramificare un ventaglio di una moltitudine di varianti e la più interessante è la seguente.



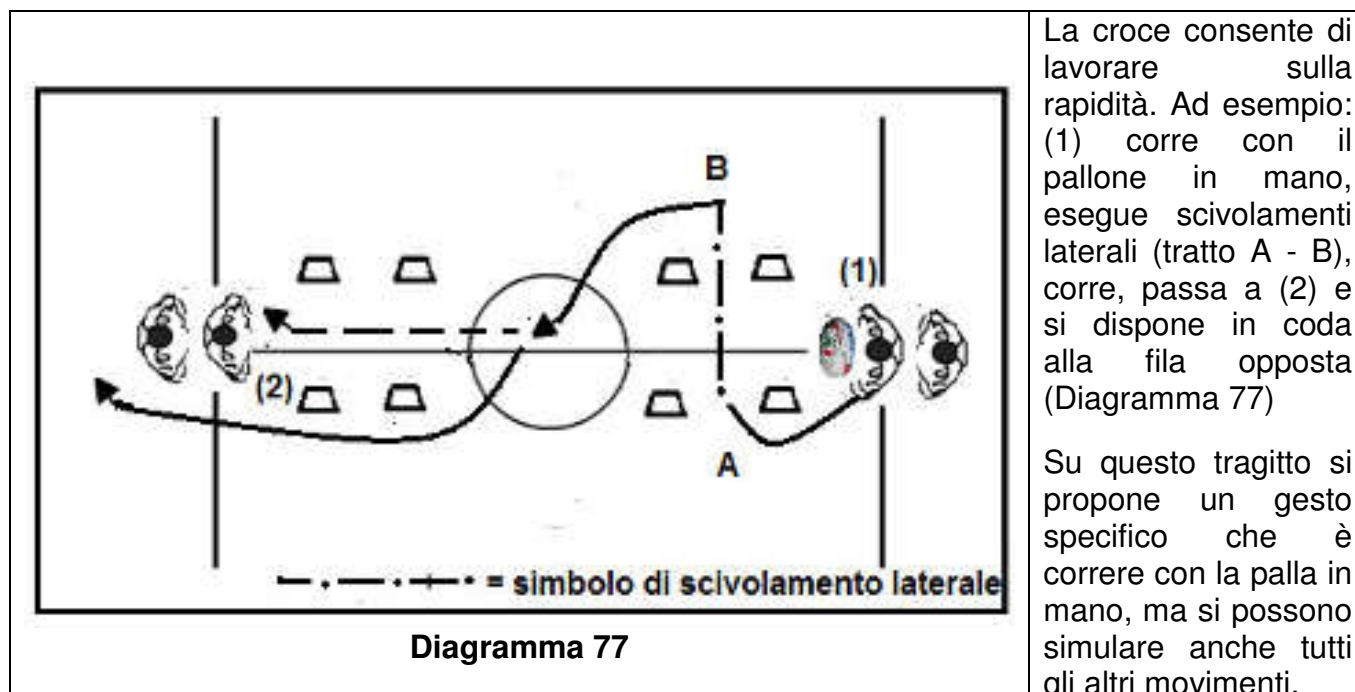
**Diagramma 75**

Se risulta troppo complesso a 8 file, è più semplice a 4 file, sempre “a croce” (Diagramma 75). Quando il primo della fila arriva nel centro di centro campo, passa a destra (passaggio laterale a destra) e va in coda alla stessa fila a cui ha passato. Non tagliare la linea di corsa!



**Diagramma 76**

Variante: al fischio si passa a sinistra (Diagramma 76)



La croce consente di lavorare sulla rapidità. Ad esempio: (1) corre con il pallone in mano, esegue scivolamenti laterali (tratto A - B), corre, passa a (2) e si dispone in coda alla fila opposta (Diagramma 77)

Su questo tragitto si propone un gesto specifico che è correre con la palla in mano, ma si possono simulare anche tutti gli altri movimenti.

Questa è una proposta adatta alla 4<sup>a</sup>Elementare. Questa croce si può moltiplicare tramutandola in una "stella", le variabili sono illimitate, l'importante è restringere al massimo i tempi vuoti. Anche sui nostri campi permane il problema della composizione di file interminabili di bambini e bambine, un bambino che esegue una sequenza di 15" e poi aspetta 2 minuti e mezzo per riavere la palla. I bambini vengono per giocare a rugby, per cui si devono far giocare! Questo spinoso problema si risolve o moltiplicando le stazioni o

moltiplicando i palloni. Spesso può sorgere l'obiezione che si crea eccessiva confusione perché l'idea è che i bambini devono essere disciplinati invece la mia idea è che quando sono coinvolti in un gioco possono ridere e scherzare, l'importante è che dimostrino impegno.

### Le staffette.

Altre forme di gioco molto utilizzate sono le staffette. Proponiamo molto spesso le staffette perché i bambini hanno bisogno di una motivazione che la trovano nella competizione, che non deve essere esasperata però il segnale di partenza è per loro uno stimolo formidabile. Per questi ordini di ragione ritengo che le staffette siano, per il nostro gioco, molto utili.

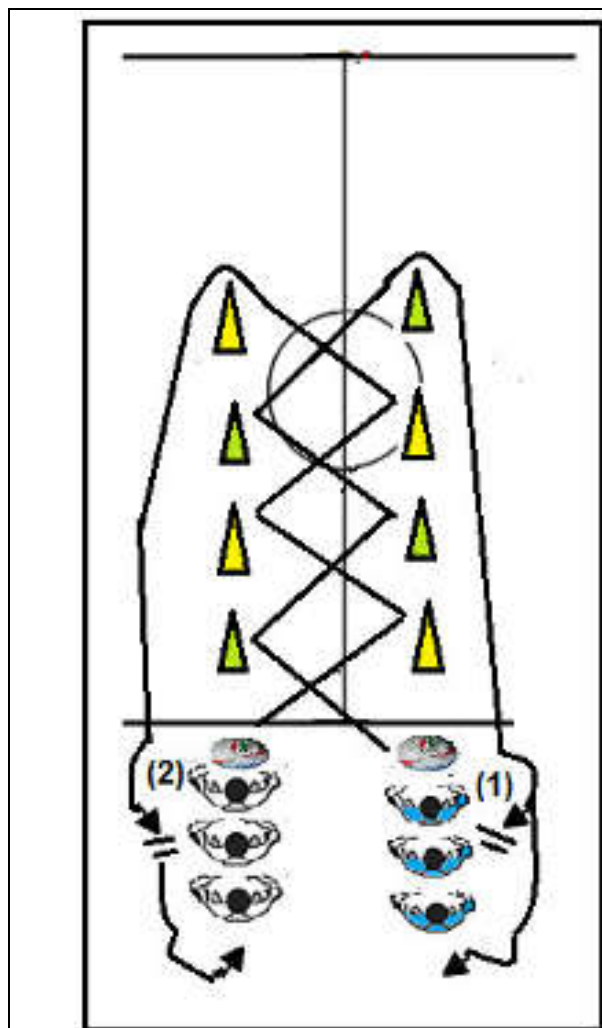


Diagramma 78

Anche in questo esempio la staffetta è motivante perché si segna la meta in tuffo. Preso atto che le esigenze del basket sono diverse da quelle del rugby, anche in questo esercizio l'attenzione è sul moltiplicare le stazioni in maniera che tutti siano continuamente in movimento.

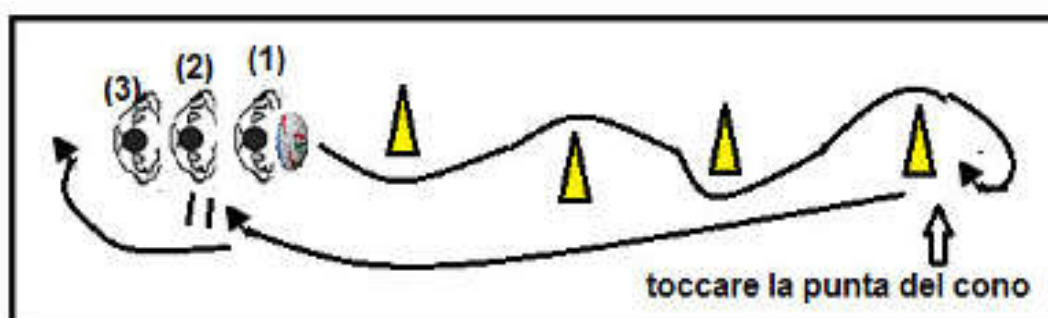
A mio avviso questa è una proposta interessante perché noi chiediamo spessissimo ai bambini di portare la palla secondo la tecnica insegnata, però al tempo stesso chiediamo di produrre velocità. Naturalmente essi, che sono molto intelligenti, a un certo punto stringono la palla sotto il braccio e non si può fare alcuna osservazione perché o si fa velocità o si va a rilento. Una staffetta ad esempio che può costringerli a portarla a due mani. Il lavoro è: toccare il cono con la palla.

(1) deve toccare con la palla i cononi verdi, dopo aver toccato l'ultimo cono verde la porta al compagno e va in coda alla fila. Viceversa (2) tocca i cononi gialli. Quando l'ultimo della fila finisce il giro, se arriva prima dell'altro alza la palla. Attenzione a non scontrarsi! (Diagramma 78)

- Domanda: <<Questo gioco sviluppa la velocità o il controllo della palla?>>.

E' utile per lo sviluppo della rapidità, del controllo della palla e dell'avvitamento. Nel rugby, per attaccare contro l'opponente, si deve essere in grado di eseguire efficacemente questo movimento di avvitamento.

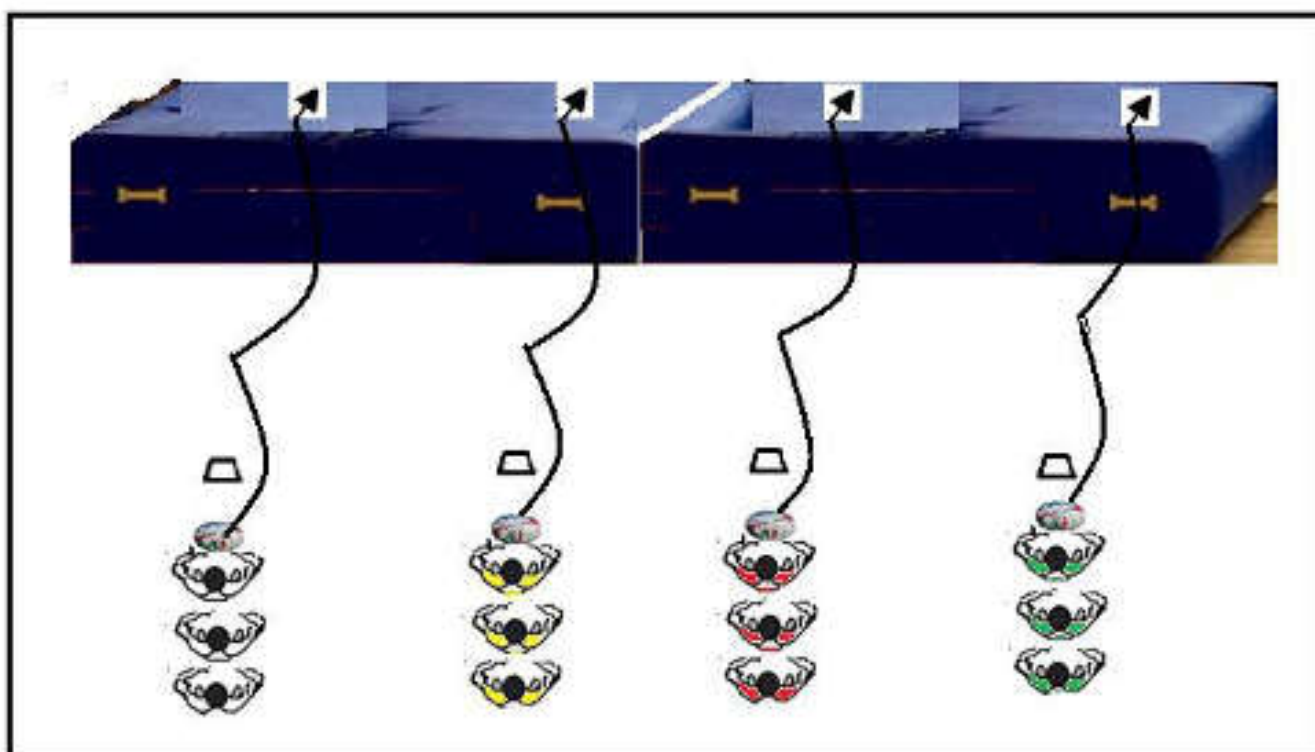




**Diagramma 79**

S'inizia anche in questo caso dal semplice, quindi la prima staffetta è questa illustrata dal Diagramma 79. Sicuramente i bambini stringono la palla sotto il braccio ma è accettabile anche in questa maniera, ovvero toccare e tornare indietro. La prima staffetta, quindi, è diritta; poi incrociare in corsa aggiungendo altre varianti. Questo é un movimento per noi funzionale però l'aspetto interessante è che io mi sono accorto molto spesso che chiediamo ai bambini di rispettare i precetti ma al tempo stesso una sequenza diversa. Per percorrere un certo tratto velocemente viene spontaneo stringere la palla sotto il braccio perché è molto più facile ed è comprensibile, per cui è opportuno metterli nella condizione di eseguire quel tipo di movimento.

### Utilizzo dei materassoni.



**Figura 3**



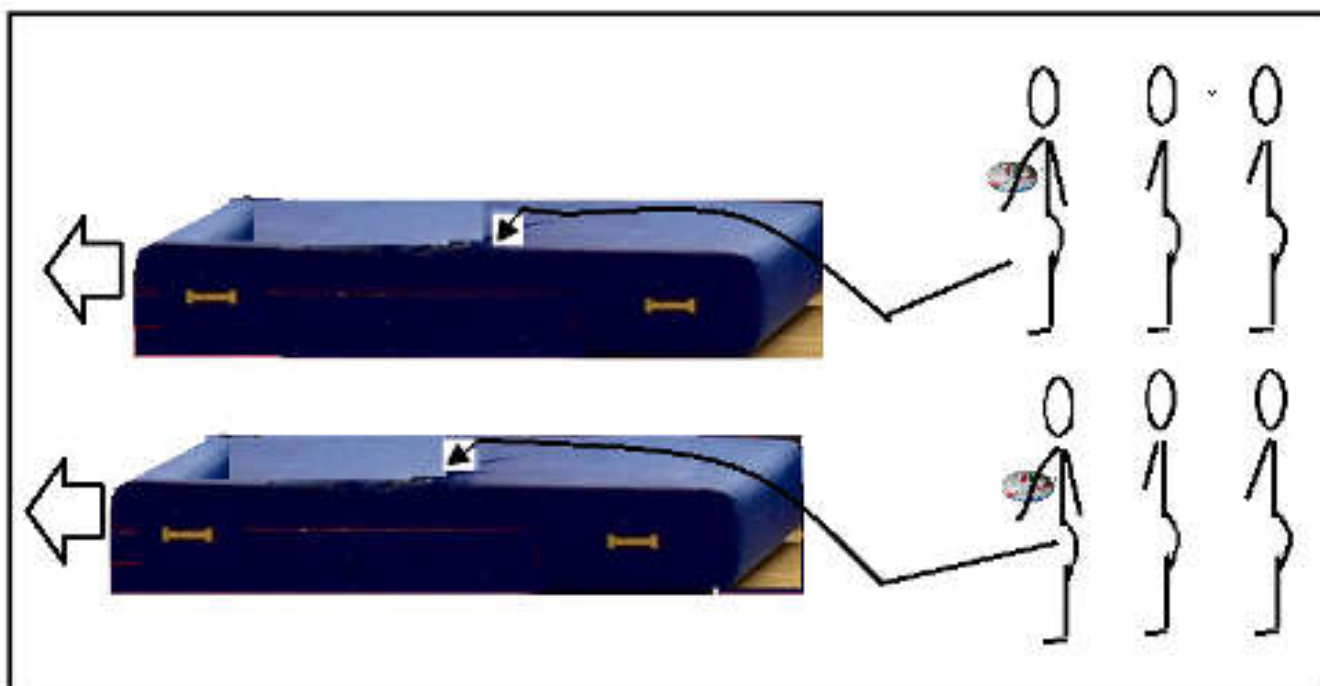
Figura 4

Attrezzi: quattro cinesini e quattro palloni, disposizione in quattro file da quattro bambini (Figure 3 e 4). Il lavoro è molto semplice. Nel rugby si può segnare la meta in tuffo cioè ad una certa distanza dalla linea di meta ci si butta in avanti, basta che la palla cada davanti ma se si riesce a schiacciarla è meta. Molto spesso ci si butta così per sicurezza ed è una tecnica ben precisa. Fissata la linea di meta, stringere la palla sotto a un braccio, l'altro braccio è a protezione e tuffarsi. La staffetta è questa: arrivare, buttarsi, rialzarsi e ripassarla fino a quando si esaurisce la fila. Io assumo una posizione per l'assistenza ai bambini (vedi Foto 1).

Questo è un gesto specifico del rugby, eseguito sui materassoni con il quale i bambini si divertono moltissimo. Un aspetto funzionale è che questo è il gioco del rugby e su un campo erboso e si fa la lotta, ci si butta a terra per rotolarsi. Con 10 ripetizioni svolgono una grande mole di lavoro.



Foto 1.

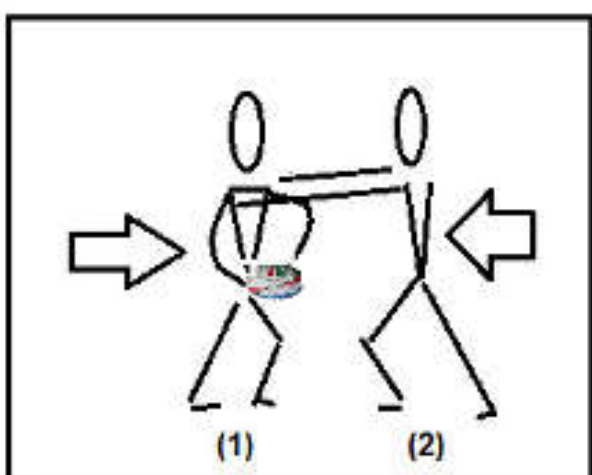


**Figura 5**

Avendo a disposizione due materassoni, i bambini spingono ogni materassone tuffandosi sopra, devono praticamente spostare il materasso oltre la linea di metà campo tuffandosi con la palla.

Una gara molto divertente consiste nel comporre due squadre, posizionare i materassoni in mezzo e, fissata una linea di traguardo, ogni squadra spinge il suo materassone. Bisogna spingere, poi in realtà si bloccano in mezzo perché molti si mettono a tirare e in questo caso occorre fare capire che è più conveniente spingere che tirare. Se spingono assumono posture da rugby perché la postura del rugby fondamentalmente è questa: gamba forte, spalla forte che va a impattare e a spingere.

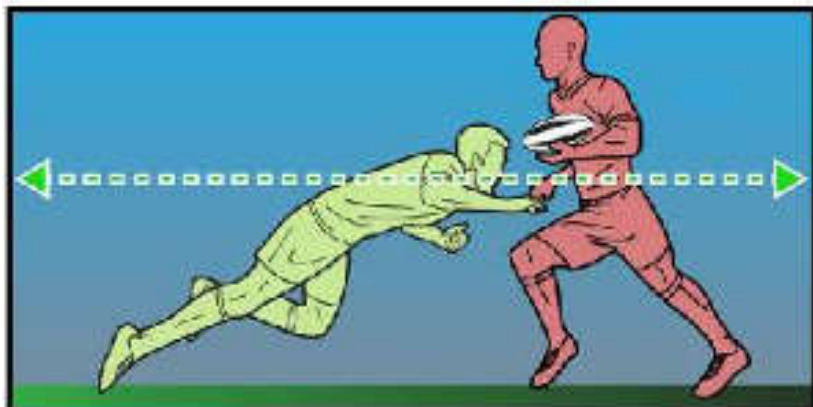
### Il placcaggio.



**Figura 6**

Un altro gesto specifico del nostro gioco è il placcaggio. Nel nostro gioco, diversamente dal basket, esiste la possibilità, se (1) sta attaccando come esemplificato dalla Figura 6, (2) può fermarlo fisicamente cioè gli impedisce di proseguire, nonostante (1) cerchi di continuare ad avanzare. Nel rugby significa non accettare il contatto, quindi (1) mette in pratica tutto il lavoro svolto in precedenza. Al movimento di (2) deve corrispondere un contro movimento di (1), che cerca di mettere il corpo e la palla oltre (2). Se (1) è ancora in piedi continua, se invece non ci riesce, passa la palla.

\*\*\*\*\*



**Individuare la zona in cui effettuare il placcaggio.** Si deve puntare a colpire l'avversario con la spalla intorno alla zona addominale, per proseguire poi con la spinta delle gambe. Porre molta attenzione a questo aspetto che è molto importante; come si insegna sin dagli inizi infatti, un placcaggio alto (o "al collo") costituisce un grave pericolo per il giocatore che lo subisce e implica necessariamente un fallo e un eventuale cartellino giallo o

rosso a seconda dell'intenzionalità e della violenza del gesto. Un placcaggio troppo basso, invece, potrebbe comportare il rischio di subire una ginocchiata in faccia e quindi nemmeno questa situazione è conveniente. (**Fonte: "wikiHow"**).

\*\*\*\*\*



- Domanda: <<Sono contemplate delle regole sul placcaggio o è libero?>>.

Sono fissate delle regole. Il placcaggio, che è una tecnica specifica, non può essere portato sopra la linea delle spalle per cui s'insegna ai bambini che devono placcare dalla vita in giù. In realtà il punto di placcaggio è il baricentro perché è il punto di equilibrio del corpo e al tempo stesso è il punto che non presenta articolazioni che si muovono. Placcare pertanto l'avversario sulle ginocchia o sulle braccia presenta notevoli complicazioni. Il problema consiste nell'arrivare in posizione da poter impattare l'avversario. L'aspetto interessante è proprio sta nel far notare al bambino che se si spinge l'avversario all'altezza delle spalle egli riesce a resistere; se gli si sposta il baricentro con la stessa forza egli cade.



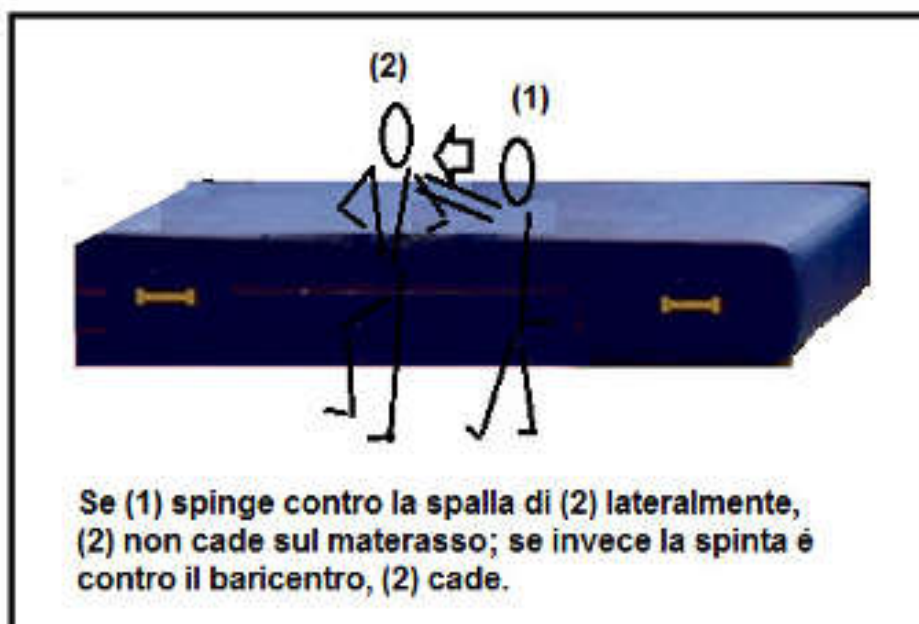


Figura 7

Sul contatto sono stati creati molti giochi. In riferimento sempre al **placcaggio**, il gioco che mi accingo a presentare richiede tempo per spiegarlo e rientra in una fase tecnica che si propone alla fine, quando i bambini sono molto stanchi ed anche perché si usa il materasso.

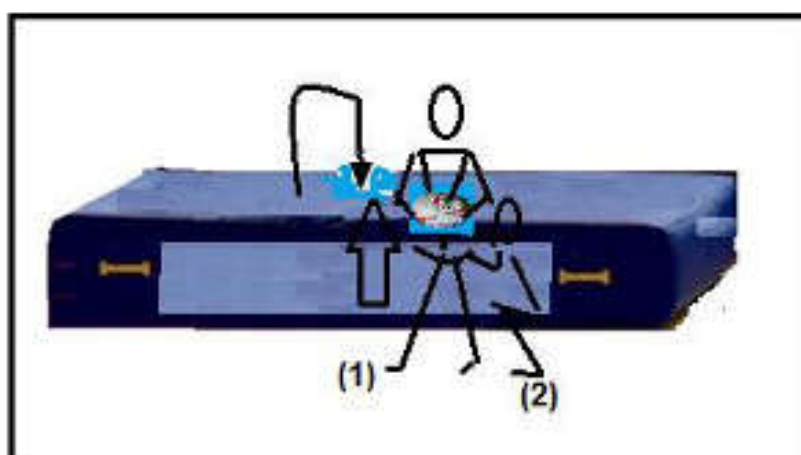
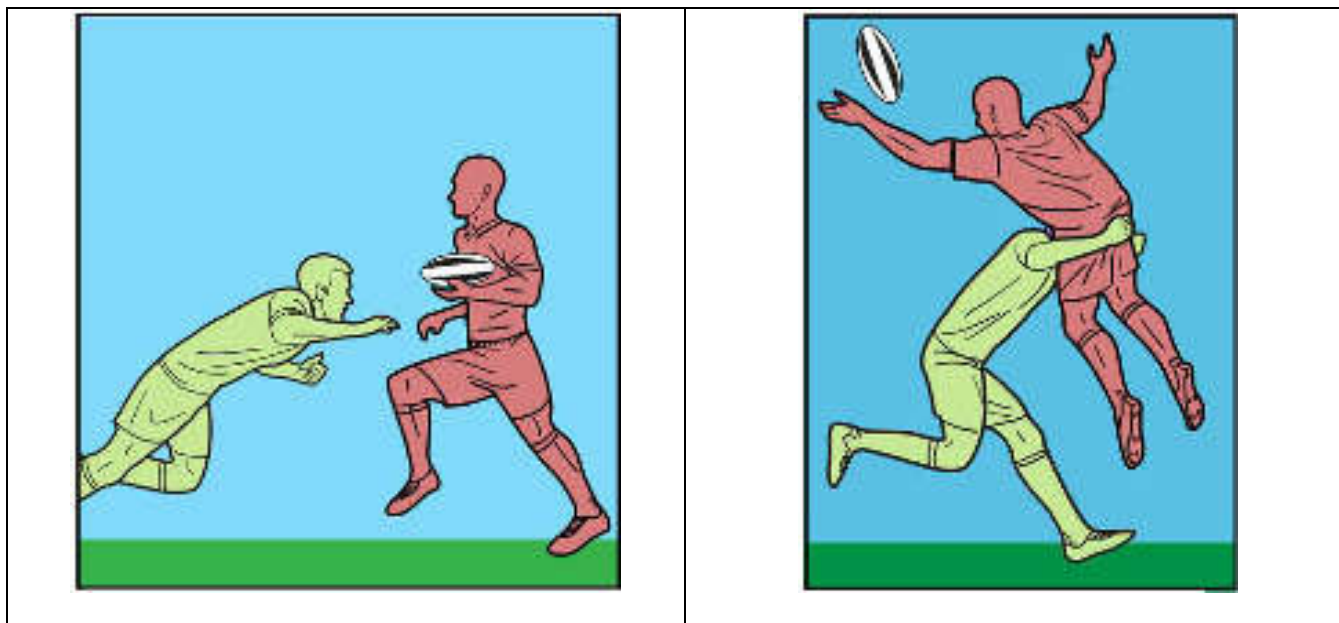


Figura 8

Il placcaggio è semplicemente questo: (2) deve avanzare con la gamba sinistra perché la testa deve essere dietro e non sotto, quando (1) cade, (2) deve essere sopra a (1). Riepilogando: (2) avanza con la gamba sinistra, appoggia la spalla sinistra alla testa del bacino di (1), chiude, dopo di che spinge (1) dal basso verso l'alto. (2) deve riuscire ad appoggiare la sua spalla sul bacino di (1), poi spinge dal basso verso l'alto (Figura 8).

Il fascino del placcaggio si manifesta così: quando (1) avanza, (2) impatta, chiude; (1) va avanti, (2) scivola e va giù, ha la testa appoggiata su (1), le braccia sull'incavo delle ginocchia, è comodissimo. Il placcaggio, se eseguito con precisione, si distingue per una tecnica eccezionale. Il placcaggio contempla una sua progressione didattica, partono in ginocchio sia l'attaccante che il difensore fino a che, per la realizzazione di un placcaggio in piedi, ci si arriva attraverso una lunga progressione però in palestra, poiché è molto divertente proporlo sui materassi. Ci si può limitare all'utilizzo del baricentro, in quanto può essere interessante la scelta di spostare il baricentro. Giocando sui materassoni i bambini possono cominciare ad avere percezione dell'equilibrio e del punto di equilibrio.

\*\*\*\*\*



**Placcaggio a ribaltare.** Per effettuare questo tipo di placcaggio si deve seguire la stessa tecnica di avvicinamento e accelerazione del placcaggio normale. Impattando prima con la spalla e mirando all'area addominale allo stesso modo, si deve poi passare ad afferrare le gambe dell'avversario sollevandole di lato. Guardare con attenzione a più riprese una partita tra professionisti per avere un'idea più chiara su come effettuare un vero placcaggio del genere. L'unico appunto da aggiungere al riguardo è un ulteriore avvertimento a porre molta cautela anche in questo caso; questo movimento può risultare infatti estremamente pericoloso se svolto nella maniera scorretta. Non sollevare mai le gambe dell'avversario più in alto della sua vita e non lasciarlo mai cadere dall'alto una volta sollevato; oltre ad andare incontro a un cartellino e probabilmente anche a una squalifica, si rischia di provocare seri danni e lesioni alla persona che subisce il placcaggio. Il rugby si basa sul rispetto, non sulla violenza. (**Fonte: "wikiHow"**)

\*\*\*\*\*



Foto 2: il placcaggio. (2) placca (1).



\*\*\*\*\*

## Giochi di lotta

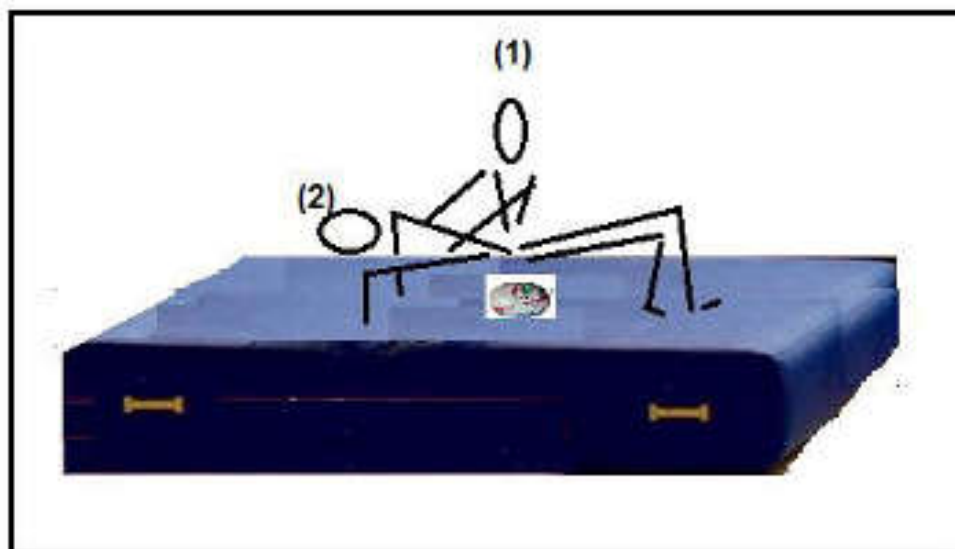


Figura 9

Un primo esempio è illustrato dalla Figura 9 che però va svolto su un prato. La posizione di partenza di (2) è in quadrupedia supina. L'obiettivo di (1) è di rovesciare l'avversario (2) e poi prendere la palla. (2) deve resistere, (1) deve riuscire a spostare (2), cerca di rovesciarlo per prendere la palla.

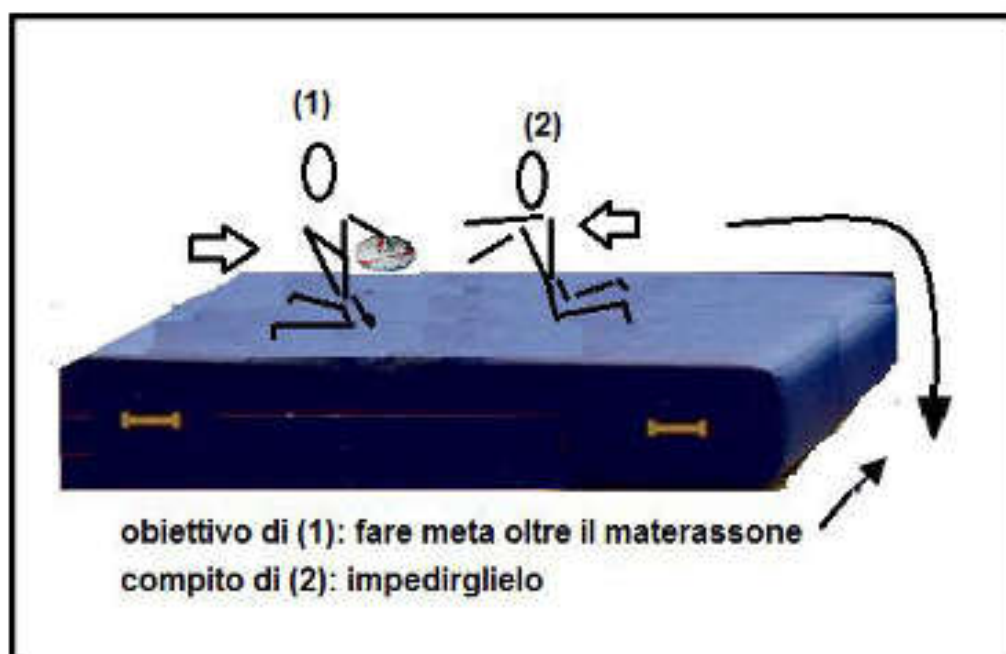
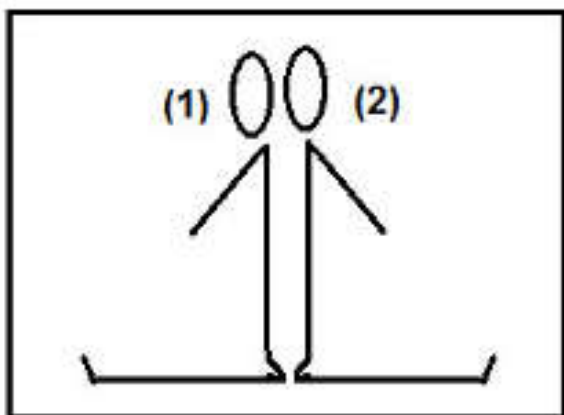


Figura 10

La figura 10 rappresenta un gioco di lotta molto controllato. Una coppia sul materassone e gli altri tutti intorno al materassone, (1) deve avanzare per posare la palla fuori dal materassone e (2) deve impedirglielo sempre in ginocchio. Gli altri bambini sono tutti attorno al materassone e scatenano un tifo molto caloroso per i due contendenti. È molto divertente e questo non procura alcun trauma perché non c'è velocità, non c'è trauma nel cadere

essendo il materassone una superficie morbida quindi è tutto sotto controllo. Si può proporre anche con il pallone da Minibasket.



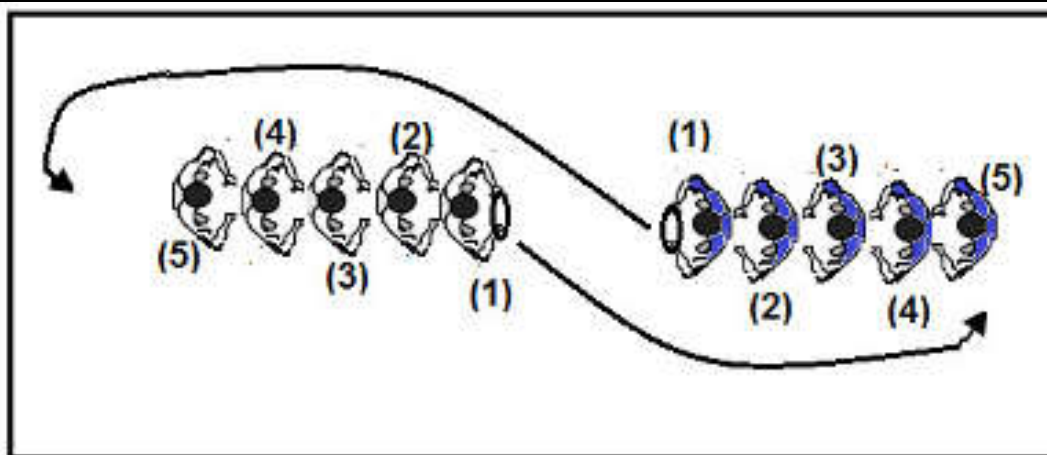
**Figura 11**

Altro gioco di lotta molto divertente in cui possono giocare tutti. A coppie, schiena contro schiena (Figura 11), togliersi le scarpe, (1) deve cercare di togliere una scarpa a (2) e viceversa oppure senza scarpe cercare di togliere un calzino all'avversario. Il problema è che i bambini avvertono una certa forma di pudore. Tutte queste in realtà sono componenti fondamentali del rugby, cioè il fatto di toccare il terreno, accettare di perdere l'equilibrio sono quelle che noi chiamiamo le componenti affettive, ovvero tutto ciò che riguarda il contatto con l'altra persona e la perdita dell'equilibrio. Eseguito attraverso queste modalità significa esattamente giocare a rugby ma non se ne accorgono neanche perché è un gioco.

Naturalmente questa proposta va incastonata nel contesto di una sequenza intensa nell'arco dell'intero allenamento.

- Domanda: <<S'impartiscono delle indicazioni riguardo al non dover sgambare?>>.

I bambini istintivamente cercano di allontanare il piede dall'avversario- Se succede che uno dei due si distende sulla gamba dell'altro non gli permette di sgambare in quanto è strutturato in modo tale che l'attenzione è focalizzata sul togliere la scarpa all'altro più che sgambare. In ogni caso non sussiste alcunché di pericoloso.



**Diagramma 80**

Altro gioco di contatto collettivo è "il serpente". Si compongono due serpenti da 5 persone con un capofila (1) con pallone fra le mani e gli altri quattro dietro per ciascuna delle due squadre (Diagramma 80). Bisogna "legarsi" in maniera da non distaccarsi dal compagno avanti. Compito di ciascuno dei due serpenti è che il capofila riesca con il pallone a toccare la coda, ossia l'ultimo che è (5), con il proprio pallone. Ogni serpente non deve "rompersi" e né cadere a terra.



Foto 3: “gioco del serpente”



Foto 4 “gioco del serpente”, le due file si affrontano.

Questo è un gioco semplicissimo che racchiude tutta la componente affettiva. I bambini infatti partono, si afferrano per la maglietta, si “sparano” per tutta la palestra sotto l’influsso della forza centrifuga e quindi gradualmente devono stringere fino ad arrivare ad abbracciarsi. Nel momento in cui “il serpente” si disgrega, cadono per terra e questa situazione genera divertimento. Quando poi si sollecitano a ricomporre la fila, in brevissimo tempo riescono ad organizzarsi magari con un capofila diverso, nessuno si ricorda chi ha vinto e chi ha perso e ripartono. Quattro o cinque ripetizioni di questo gioco e sono pronti per giocare a rugby. Il compito del capofila è sempre di tenere la palla con due mani e cercare di

toccare con il pallone l'ultimo della fila avversaria. E' tutto un lavoro di avvistamento, quando cadono a terra si determina un contatto con il terreno.

- Domanda: <<La conclusione del percorso prevede la partita: come si gestisce?>>.

In questa lezione è stata abbozzata una progressione, invece sul campo con i bambini che svolgono attività nei clubs è esattamente il contrario: si parte con il gioco, si propone un'esercitazione specifica e infine si ritorna nel gioco. Si propone una fase a ranghi ridotti e si ritorna nel gioco ossia il gioco, sostanzialmente, deve costituire la parte prevalente.

- Domanda: <<Sul campo in erba o palestra?>>.

Sicuramente sul campo in erba, i giochi presentati in questa lezione sono ovviamente in palestra.

- Domanda: <<Emerge differenza tra palestra e campo sull'erba?>>.

Certo! Qualcuno ha appena fatto riferimento alla fase finale, ossia alla partita. A mio avviso tutto è gioco, tutta la progressione appena presentata non è un insieme di esercitazioni, è presente un'abbondante componente di tecnica ma è tutto gioco secondo un senso logico. La partita è un obiettivo sul quale stiamo cercando di insistere nelle nostre società, i bambini infatti vengono per giocare a rugby altrimenti si corre il rischio che si crei il paradosso di un'accozzaglia di esercitazioni e alla fine quasi per inerzia 10 minuti di partita. Sorge spontanea la domanda di così pochi minuti di partita. Già praticano poco sport, per cui i bambini devono giocare per un'ora con qualche esercitazione specifica, ovvero dal nostro punto di vista si deve capovolgere questa tendenza perché se non maturano un'adeguata esperienza motoria non apprendono. A mio avviso è molto importante provare il gioco e non in forma molto moderata in quanto finché non provano a giocare a rugby non si rendono conto dell'energia che scatena lo stesso gioco del rugby. Dopo pochi minuti s'accende una combattività molto forte che va gestita. Riguardo alla parte finale dell'allenamento, sotto il profilo metodologico ciò che noi cerchiamo di svolgere nei clubs, quindi in riferimento a bambini già fidelizzati nel club e che giocano su un campo d'erba, è esattamente il contrario. Succede ancora molto spesso che i bambini sostengono un'ora e mezza di allenamento, che a mio avviso è già tantissimo, e di questa ora e mezza soltanto gli ultimi 10 minuti sono dedicati alla partita. In precedenza svolgono un'ampia varietà di esercizi ed è paradossale perché i bambini vengono per giocare a rugby per cui il nostro obiettivo è esattamente il contrario, li attiviamo e li mettiamo su un campo, poi dal campo li spostiamo nell'esercitazione specifica secondo il principio che tutti si muovono contemporaneamente. Successivamente li riportiamo sul campo, si può proporre una stazione a ranghi ridotti con due educatori, un gruppo numeroso ove un pò alla volta giocano 2>2 in maniera che anche i cosiddetti "satelliti" siano impegnati in continuità, tocchino la palla, poi li riportiamo in campo, quindi l'elemento prevalente per noi, nel rugby di base, è il gioco.

- Domanda: <<Al vostro ingresso nelle scuole, come le insegnanti accolgono queste lezioni di rugby? I ragazzi e anche le ragazze sono entusiasti della lotta, ma le insegnanti? Già avevano dei pregiudizi nei confronti del basket, come accettano la vostra proposta?>>.

Non sono emersi particolari problemi, è tutto costruito in progressione. Molte proposte appena presentate incutono impressione se riferite agli adulti, ma eseguite dai bambini, soprattutto sul materassone, non riservano alcuna componente di pericolo. Presso la scuola primaria, generalmente, accettano di buon grado questa proposta, presentiamo delle progressioni molto graduali e l'aspetto più gradito è che i bambini si divertono e che sono molto coinvolti nel movimento. In palestra bambini sembrerebbero dei tori scatenati in realtà

attraverso le nostre proposte questa energia viene convogliata e quindi consumata. La staffetta, il lanciarsi sul materasso e tornare indietro in piedi dal materasso si traducono in un'energia cinetica che si disperde e quindi si riesce a gestire. Successivamente si possono inserire proposte magari più tecniche e più specifiche.

Ciò che non deve succedere, a mio avviso, è portare dopo l'attivazione i bambini al picco, essi si fermano perché sono proposte forse troppo pesanti per loro. Quale utilità può avere l'attivazione se si portano i bambini all'apice della fatica troppo presto? Si devono tenere sul picco fino a che cadono e allora s'inserisce un quarto d'ora di tecnica specifica, perché per la tecnica, soprattutto se i bambini sono stremati fisicamente hanno la mente aperta e quindi ascoltano. Se s'inserisce la tecnica all'inizio, i palloni volano dappertutto, almeno nel nostro gioco. Noi proponiamo delle situazioni specifiche del tipo, ad esempio, a coppie passarsi la palla fino a che l'educatore fischia e si va sul campo a giocare. L'importante però è che mentre una coppia è impegnata gli altri 20 non siano inattivi o arrampicati sulla rete quindi dobbiamo trovare il modo di creare molteplici stazioni, in presenza di alcuni educatori. Si possono anche distribuire i bambini a giocare suddivisi in varie porzioni del campo contemplando delle rotazioni e con queste modalità sono tutti impegnati contemporaneamente.

La mia proposta relativa al gioco dei passaggi consiste che entro un determinato perimetro due squadre devono passarsi la palla un numero di volte prestabilito senza che la palla cada o venga intercettata dall'avversario. Si parte a seconda del livello dei bambini perché un altro principio fondamentale è che i bambini devono avere successo. Se io chiedo i 10 passaggi e non riescono ad arrivarci, gliene chiedo 8; se non riescono a 8 chiedo 5, se neanche a 5, si arriva a 2 finché segnano continuamente. A quel punto, cerco di motivare così i bambini: *"Bravi bambini, siete talmente bravi che ora occorrono 3 passaggi per conseguire il punto"* perché voglio che crescano in autostima, che si sentano confidenti. L'elemento aggiuntivo, ovvero la consegna è: *"La palla si può rubare dalle mani dell'opponente"*.

- Domanda: <<La regola del passaggio indietro viene inserita dall'inizio?>>.

La regola del passaggio indietro è molto complessa perché è una dissociazione nel senso che si corre in avanti e non è consentito passare davanti ma si deve passare in linea o all'indietro. 20 anni fa si disponevano i ragazzi in fila, a eseguire "a vuoto" i passaggi e non aveva alcun senso perché totalmente scollegata dal gioco, in più il passaggio dissociato è correre in avanti e passare la palla ed è una "rivoluzione mentale" per cui lo inseriamo eventualmente in tempi successivi. Solitamente nel ciclo che svolgo in palestra non tratto neanche il passaggio in avanti, oppure costruisco delle situazioni di staffetta in cui devono passare, come ad esempio l'esercizio "la croce" in cui devono passare la palla e seguirla, in maniera così che riescono ad imprimere forza anche con l'inerzia del corpo.

- Domanda: <<Nelle partite ufficiali viene applicato tutto il Regolamento del rugby o viene anche adattato?>>.

L'adattamento specifico è: gli Under 6 giocano 5>5, gli Under 8 giocano 6>6 a seguire su campi progressivamente più grandi. L'Under 14 gioca sul campo completo con i pali, con le due fasce laterali più strette, si tolgono 5 metri da una parte e 5 metri dall'altra.

- Domanda: <<Le regole sono eguali dall'Under 6 all'Under 14?>>.

I principi fondamentali sono uguali, cioè passaggio non in avanti, placcaggio, tenuto a terra. Il calciare non da subito ma si può usare dall'Under 10 in poi.

- Domanda: <<Come va gestito il gioco sui campi piccoli?>>.



I campi piccoli impongono un gesto che ha un'esigenza coordinativa non facile. L'unico modo nel rugby per passare la palla in avanti è attraverso l'uso del piede. Idealmente vorremmo avere dei bambini che escono dell'Under 12 che sono capaci di passare di destro e di sinistro, calciare di destro e di sinistro perché lavoriamo sulla polivalenza e sulla bilateralità, se è possibile, poi siamo ben consapevoli che non è facile.

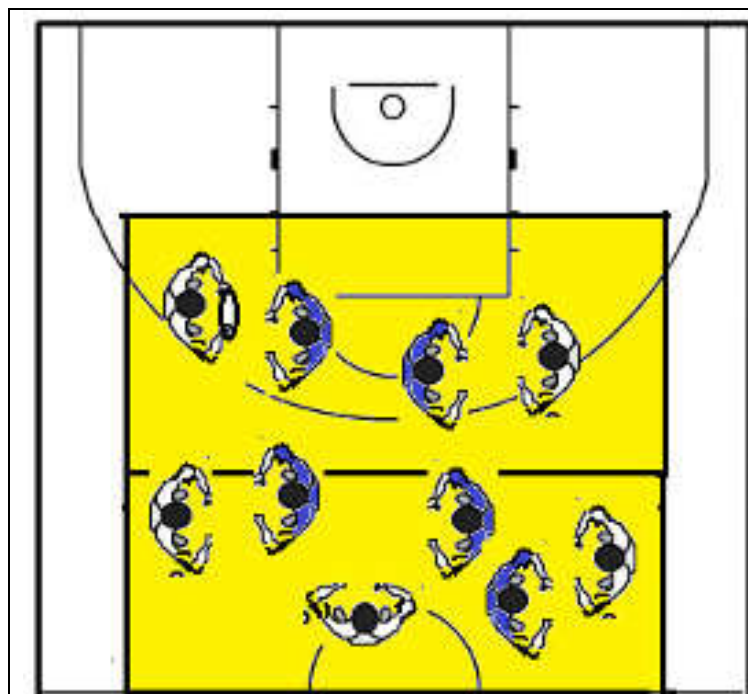


Diagramma 81

### Gioco ai 5 passaggi.

Disposizione come da Diagramma 81.  
5 giocatori bianchi contro 5 giocatori blu. Campo di gioco entro cui giocare: la metà campo di pallavolo (nel Diagramma 81 viene raffigurata come l'area colorata in giallo). La squadra in possesso di palla si muove passandosi la palla, la squadra avversaria cerca di rubarla.

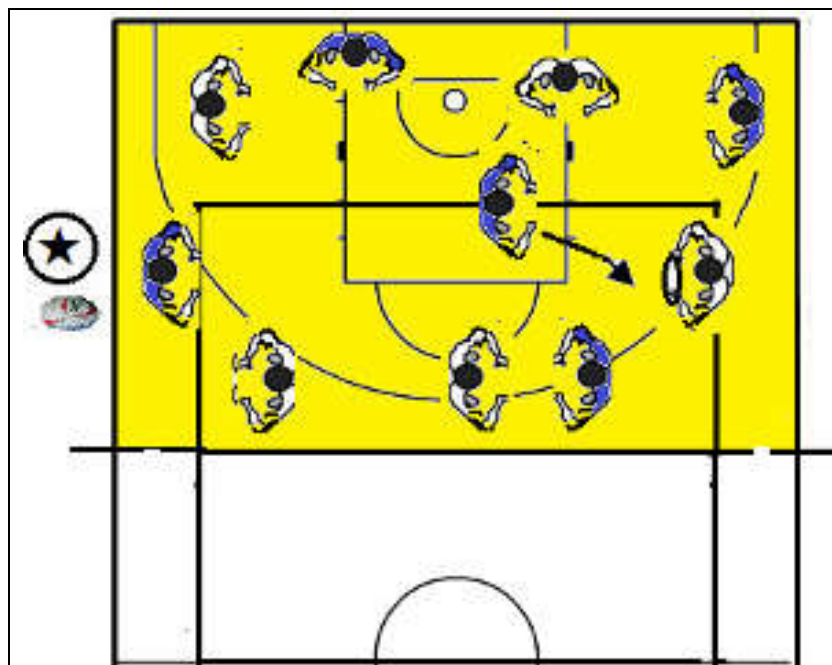


Diagramma 82

Variante: cambia l'area di gioco (sempre quella colorata in giallo nel Diagramma 82). Sempre ai 5 passaggi.

Quando la palla esce, l'Istruttore (★) passa la sua palla alla squadra che ha diritto ad attaccare.

La presenza di due palloni stimola l'abitudine all'attenzione. L'uso di due palloni è inoltre molto funzionale a come s'intende gestire l'attenzione dei bambini.

In questo caso si moltiplicano gli impatti ma a bassa velocità.

Solitamente in Under 10 dobbiamo cominciare a sganciarli dalla palla e a far loro occupare lo spazio e poi a sviluppare la tecnica per cui riescano ad usare lo spazio con i passaggi e con il calciare la palla. In una fase di gioco in cui l'Istruttore passa la palla, se gli attaccanti perdono la palla perché finisce fuori i limiti del campo, l'Istruttore dispone di giocare con l'altra e la passa continuamente al bambino schierato nella larghezza. Essi, dopo poco tempo, capiscono che per avere la palla devono essere nella larghezza e cominciano a



chiedermela, conseguentemente passo la palla a quello più lontano in maniera che cominciano ad usare lo spazio. Solitamente è una strategia vincente perché l'attaccante usa lo spazio, il difensore non ha ancora imparato, l'attaccante va in meta ed io noto che chi si posiziona nello spazio è o il bambino "satellite" o il bambino protagonista. In entrambi i casi sono premiati perché si premia il protagonista che ha capito, la si passa al satellite perché senza difesa va in meta.

- Domanda: <<Succedono situazioni di fallo?>>.

Certamente succedono anche con i bambini, ma non emergono mai falli evidenti, non si accende mai la violenza nel senso che il tentativo è di rubare la palla, non si verifica mai che qualcuno afferra per il collo un altro e lo sbatte a terra per cui in realtà non accade ma è una situazione che si deve gestire. Al tempo stesso si deve comprendere l'energia che anima il gruppo, come ad esempio comandando di correre a toccare la parete e tornare e quindi "sciogliere l'energia". Introdurre poi la lotta sulla palla è stimolante e libera la carica di ciascuno dei contendenti.

- Domanda: <<Viene proposta una partita vera e propria con il conseguimento della meta?>>.

Non la si propone in quanto una partita vera con la meta è molto difficile da gestire perché in realtà si dovrebbero segnare le due linee di meta. Si può però proporre inserendo due materassoni alle estremità del campo fissando la meta e soltanto dopo aver eseguito 5 passaggi si può andare in meta; di solito si va tuffandosi. Questa proposta è molto divertente anche perché all'inizio eseguono i 5 passaggi su un campo più largo in maniera che i cambi di possesso siano pochi. Quando poi capiscono che è più conveniente essere vicini, cominciano ad avanzare e un precetto del rugby è proprio avanzare per andare in meta. Questo tipo di gioco è senz'altro proponibile, altrimenti io riesco anche a farli giocare a rugby in palestra, però occorre sicuramente una certa esperienza.

Purtroppo non tutte le palestre sono spaziose per cui la superficie ridotta comporta anche più ingombro da parte di ostacoli tipo tavoli o quant'altro e quindi si devono prevedere le circostanze che potranno accadere per cui si deve fischiare tempestivamente per fermare il gioco.

## Conclusioni

L'ultima riflessione concerne l'uso dell'attrezzo. Nel proporre i giochi cerco sempre di far usare il nostro pallone attraverso la tecnica di passaggio e di calcio. Nel rugby abbiamo due tipi fondamentali di passaggio:

- Il **passaggio-base**, ossia la palla passata piatta. È un tipo di passaggio che tutti devono saper eseguire perché si possono ottenere grandi gittate ovvero, se eseguito correttamente, la traiettoria che ne deriva potrebbe risultare importante.
- Lo **skip-pass**, per far arrivare il pallone più distante in maniera più precisa e più potente in quanto la palla gira attorno al suo asse come una trottola, a "spin". Questa tecnica permette di eseguire passaggi molto più lunghi e molto più precisi, sia con il piede destro che con il sinistro. Si può insegnarlo mediante tecniche specifiche come passarsi la palla "a cucchiaio" di destro e sinistro facendola girare, a un certo punto si mette la palla in piedi, quando sta per cadere si usa un dito dell'altra mano costruendo così la postura sulla palla. Una mano va fatta scendere un po' più sotto e serve solo per l'equilibrio e la

direzione, l'altra mano invece è la mano dominante che determina la forza e la traiettoria.

Queste sono le due tecniche di base, ma il rugby contempla molte altre tecniche di passaggio, come ad esempio il "passaggio rovesciato", molto usato attualmente. L'attaccante avanza verso il suo avversario, si rende conto che non lo può evitare, mette la palla sotto al polso, in questo modo allontana il suo avversario e la passa rovesciata. Questo tipo di passaggio, denominato "**reverse-pass**", è molto usato sia con lo spin che senza lo spin, cioè senza far ruotare la palla intorno al suo asse.

Anche le tecniche di calcio sono numerose, quella basica è il "**pant**", è la palla che viene colpita sotto il vertice inferiore con il collo del piede, con il piede che finisce esteso, alluce che preme sulla suola, la posizione della gamba è tesa e il piede è esteso. Questo è un gesto piacevole perché, a seconda di come si posiziona il pallone, eseguendo esattamente lo stesso movimento la palla parte. Se la si dispone distesa in avanti, la palla viaggia in avanti con lo stesso movimento, contrariamente il pallone, nonostante si adotti lo stesso movimento, si muove all'indietro.

Se l'attaccante ha un avversario davanti, decide di batterlo con un calcio, calcia la palla da se stesso e corre a riprenderla infilandola nella posizione giusta. L'avversario non può toccare l'attaccante, può al massimo intercettare la palla. Senza palla l'avversario è intoccabile così come è intoccabile se ha i piedi sollevati da terra, cioè se l'avversario sta saltando, si deve aspettare che appoggi i piedi a terra e soltanto dopo lo si potrà toccare.

- Domanda: <<A che età si insegna la rimessa?>>.

Si comincia ad insegnare ad Under 16. A livello di Under 14 è previsto l'allineamento di due giocatori, un lancio in mezzo e si salta da sollevamento. Per quanto riguarda la mischia si comincia a giocare a livello di Under 16. In precedenza, fino ad Under 12, per ogni infrazione si applica la regola di palla all'opponente e l'avversario a 5 metri.

- Domanda: <<Si adottano degli esercizi propedeutici per insegnare la mischia?>>.

Si utilizzano delle posture sviluppando un piano di lavoro che consenta di arrivare, al momento della mischia, ad assumere la postura giusta. Il posizionamento è simile al placcaggio perché da questa postura occorre legarsi, mettersi di fronte, l'avversario viene avanti, appoggiarsi sulle spalle, legarsi. La posizione della mischia ed è la stessa presentata prima, squat, raccolta e poi spinta dal basso verso l'alto.

- Domanda: <<Fino a che età sono misti?>>.

Fino all'Under 12 sono misti maschi e femmine. Pur riconoscendo che il rugby è uno sport prevalentemente maschile però il movimento femminile sta crescendo tantissimo e al momento la nostra nazionale femminile è quella più vincente.

- Domanda: <<Sono anche contemplate delle forme di gioco variabili?>>.

Abbiamo diverse forme di gioco, si può giocare a "touch-rugby", cioè non si placca ma si tocca per cui se un avversario ha la palla, sta attaccando e cerca di sfuggire, l'opponente la tocca. Entrambi si fermano, l'attaccante stringe il pallone in mezzo alle gambe, sta piegato, arriva un compagno dell'attaccante, prende la palla e gioca con gli altri. Così riprende il gioco, quindi non esiste il placcaggio Chi attacca ha 5 tentativi, al quinto tentativo cambia il possesso e attacca l'altra squadra. Si deve mettere a terra la palla perché altrimenti occorre bloccare almeno un difensore sull'attaccante per non creare lo squilibrio difensivo. I difensori sono sempre in 6 con un attaccante fermo che non va mai in meta.

- Domanda: <<In merito al placcaggio, oltre ai bimbi di 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> Elementare, per i più piccoli quali proposte vengono presentate?>>.

Ai bambini di 5 – 6 anni si possono prospettare tutte le proposte già presentate ma in forma estremamente semplificata. Per esempio: si possono proporre delle staffette, ovviamente guidandoli, in quanto sono più attinenti con la psicomotricità che con il gioco vero e proprio però tutte queste proposte devono essere ridotte e adattate alle capacità dei bambini. Con i bambini più piccoli cerchiamo di usare diversi attrezzi in modo da lavorare sulla percezione, sulla reazione rispetto all'attrezzo. Un accorgimento che usiamo con le staffette è il segnale visivo, la prima volta con il segnale vocale "via!", la seconda volta il segnale di partenza è lanciato quando la palla arriva ad un punto prefissato, oppure viene usata una casacca in maniera che veleggia e quindi devono partire con il segnale visivo invece che uditivo.

Il rugby ha riscontrato un grande successo nel reclutamento con i bambini più piccoli perché credo che siamo uno dei pochi giochi sport che accolgono i bambini di 4 - 5 anni e i genitori mi riferiscono che i loro figli vengono molto volentieri.

Le moltissime tecniche del calciare la palla comprendono anche il calcio piazzato, il calcio di rimbalzo denominato "**drop**", ovvero la palla rotola su se stessa lungo una linea retta.

- Domanda: <<Si può fare meta con il calcio?>>.

Non si può fare meta con il calcio, si può eseguire il calcio di punizione. L'arbitro assegna un certo tipo di punizione, l'attaccante ha la facoltà di piazzare la palla a terra su una piazzola predisposta appositamente per lanciarla in mezzo ai pali sopra la traversa e vale 3 punti. Dopo la meta è previsto il calcio di conversione, di trasformazione ovvero, dopo aver segnato la meta in un certo punto, l'attaccante retrocede fin dove ritiene conveniente, lungo la linea che passa attraverso quel punto piazza la palla a terra, prova a metterla e vale 2 punti. La meta è pertanto un gioco potenziale da 7 punti (5+2), il calcio di punizione vale 3 punti e il calcio di rimbalzo invece è l'unico calcio che, da qualsiasi situazione di gioco, l'attaccante vuole calciare in mezzo ai pali, calcia di rimbalzo e vale 3 punti, però è un calcio difficilissimo perché è il calcio con cui si rimette in gioco la palla. Per guadagnare punti lo si utilizza in un gioco in cui il pallone arriva in movimento, l'attaccante si deve posizionare e calciare.

L'ultima tecnica di calcio: noi possiamo fare lo spin anche con il piede, che permette che la palla giri su se stessa intorno all'asse longitudinale e fenda l'aria. La tecnica e la postura sono identiche soltanto che la palla, invece che impattare di collo pieno, impatta leggermente di collo esterno e la posizione deve essere parallela al terreno con un angolo di 60°, poi la si colpisce e gira su se stessa.

Queste sono alcune delle 15 tecniche di calcio che sono contemplate dal rugby che sembra un gioco brutale ma che in realtà contempla un lavoro a livello di tecnica veramente eccezionale.

Sabato 16 Luglio 2016 ore 18,00 – 19,30.

### “La proposta Easybasket della FIP per la scuola primaria”

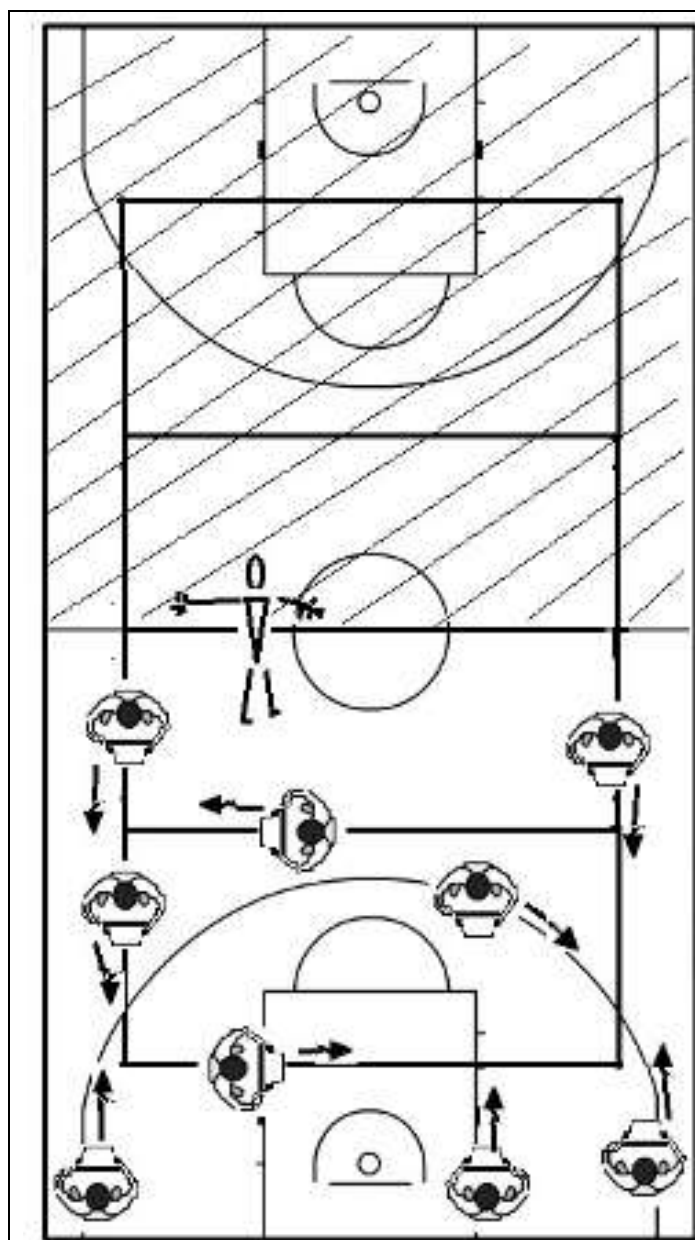
**Maurizio Cremonini**

Partendo dal presupposto che per i partecipanti di un Master l'Easybasket è materia molto conosciuta, abbiamo ritenuto opportuno presentare soltanto alcuni elementi della proposta Easybasket, che sarà integrata da Lucio Bortolussi con la descrizione del suo impianto culturale, didattico e metodologico. Dal punto di vista pratico abbiamo deciso di presentare soltanto gli elementi essenziali, cioè quelli da sostenere nell'approccio con la scuola perché abbiamo preso atto, quando è nato il progetto Easybasket, che a scuola emergono delle reali differenze che richiedono adeguate attenzioni e specificità. Abbiamo semplificato il gioco: da “Mini” lo abbiamo trasformato in “Easy” in quanto a scuola troviamo le classi e dobbiamo riuscire a comunicare con gli alunni in forma semplice e efficace nel presentare i fondamenti del gioco. Abbiamo scelto poche proposte ma assolutamente mirate, anche in questo contesto recuperando un percorso, tracciato dalle Conoscenze, dalle Abilità e dalle Competenze. La proposta Easy è sicuramente molto più adeguata in relazione al secondo ciclo, ossia 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> Elementare. Dove individuare il traguardo con le classi quinte? Per ogni quadro proporremo un gioco di attivazione, un gioco della fase centrale e una situazione di gioco della fase finale perché uno dei primi obiettivi è che da subito, anche dalla prima lezione, i bambini possano giocare perché per troppo tempo, per scetticismo delle insegnanti il nostro gioco non è mai diventato partita e questa è stata una carenza. Presentare a scuola un gioco che riguarda i canestri, i palloni e gli avversari e poi non giocare la partita non ha un senso logico soprattutto perché i bambini chiedono subito di giocare la partita. Sicuramente non è produttivo proporre la partita dopo due mesi, soltanto a conclusione del progetto! La partita va proposta sin dall'inizio perché i bambini si divertono nel giocare la partita! Nella descrizione dei quadri la sottolineatura esalterà il valore e il significato delle funzioni cognitive nel contesto del modello, ossia **l'attenzione, gli stimoli percettivi, la dimensione spazio-tempo e la memoria perché sono delle funzioni cognitive, combinate tra loro durante la nostra azione didattica e che contribuiscono allo sviluppo dell'intelligenza del bambino**. Non è un nostro concetto ma è il frutto di una ricerca dell'Organizzazione Mondiale della Sanità dichiarante che, in virtù dell'utilizzo delle funzioni cognitive, si può contribuire alla crescita in maniera intelligente di una persona per cui si devono mettere i bambini nelle condizioni affinché riconoscano queste dimensioni e queste funzioni. In assoluta coerenza con le indicazioni della scuola occorre tener presenti le classi più piccole, 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> Elementare: in quale quadro rientrano? Prime Conoscenze! Cosa possiamo proporre in funzione dell'Easybasket? Ad esempio l'incontro con la palla (e lo stesso tipo di scelta è stato seguito anche dal rugby) che si presenta sotto diverse dimensioni, ossia tre tipi di palla: Easy, Mini e Basket, oltre a quella usata nel femminile per cercare di assecondare le loro esigenze. Per quanto riguarda l'attività in generale, l'Easy è un pallone più leggero perché abbiamo cercato di metterlo nelle condizioni di giocare con più attenzione.

L'incontro con la palla, la conoscenza del corpo, la conoscenza del movimento quindi provare a muovere il corpo in maniera più capace in mezzo al campo saranno gli elementi ai quali sarà dedicata particolare attenzione. Si adotteranno le modalità integrate, Roberta presenterà una proposta riferita alle Prime Conoscenze, non sono contemplate fasi di attivazione, fase centrale e fase finale ma viene proposto un contesto vincente nel nostro rapporto con la scuola soprattutto con le classi prime e anche con le seconde, ossia il concetto dell'affabulazione. L'obiettivo è costruire un contesto comprendente una storia che è composta di giochi che catturano la motivazione e l'emozione dei bambini per coinvolgere l'intelligenza emotiva. Io mi occuperò delle Conoscenze (classe terza), Roberta tornerà con

le Abilità (classe quarta) e infine io mi occuperò del quadro finale delle Competenze. Roberta inizia con le **Prime Conoscenze**.

### Roberta Regis



**Diagramma 83**

Tutti impugnano un cinesino come fosse il volante di un'automobile (Diagramma 83). *“Correre guidando la propria automobilina circolando su tutte le strade che incontriamo”.*

Le strade sono rappresentate da tutte le linee tracciate sul campo.

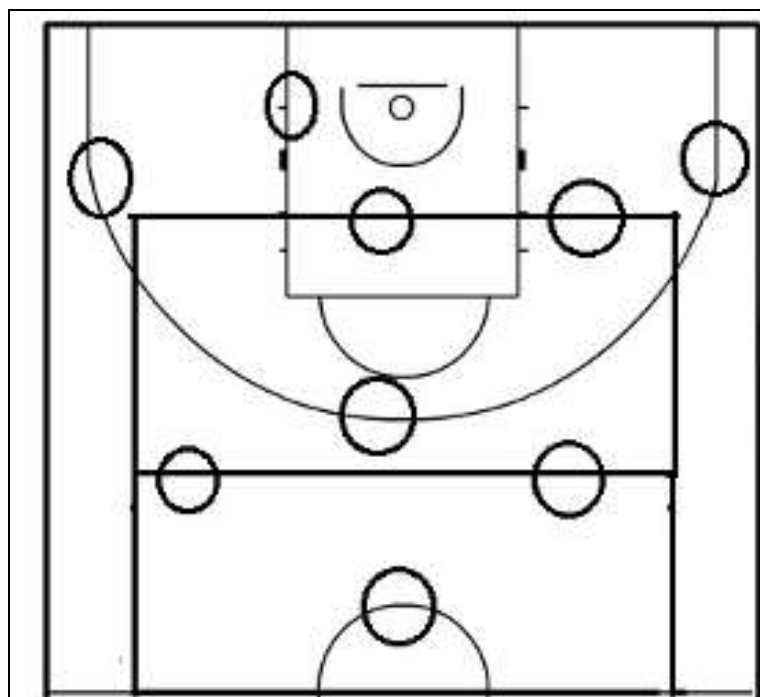
Regole: si possono percorrere soltanto le linee di una metà campo, nell'altra metà campo (contraddistinta, nel Diagramma 83, dalle linee trasversali) non si può andare. Correre senza scontrarsi.

Variante: *“Qualche volta la Domenica, mentre corriamo in automobile, incontriamo l'uomo con il cappello. L'uomo con il cappello guida l'automobile soltanto la Domenica, attenzione a non finire a sbattere contro l'uomo con il cappello”.* “L'uomo con il cappello” si distingue portando il cinesino in testa.

Variante: *“Quando si circola attenzione perché si può incontrare il vigile. Questo vigile ha in mano una paletta (una ventosa che funge da paletta), con questa paletta egli ferma chi transita dalle sue parti, ispeziona il cappello (il cinesino) e lo fa ripartire”.*

Variante: *“Mentre circoliamo, può succedere che lungo il percorso siano in atto anche dei lavori stradali, una squadra di operai impegna una strada con dei lavori e quindi si deve tornare indietro per cercare spazio in un'altra strada”.* L'operaio specializzato chiude la strada deponendo a terra il cono che impugna, costringendo chi arriva a cambiare senso di marcia. Rimangono sempre attivi l'uomo con il cappello e il vigile.





**Diagramma 84**

Variante: “In tutte le città hanno costruito sulle strade moltissime rotatorie. Quando s’incontra la rotatoria, si deve girarci intorno. Rimangono sempre gli operai specializzati ai lavori stradali, l’uomo con il cappello e il vigile”.

Le rotatorie sono rappresentate da cerchi disseminati lungo le linee.

Questa prima parte comprende un’attivazione generale in cui tutti i bambini sono coinvolti su un compito e ovviamente è previsto il cambio dei ruoli. Una situazione specifica di questo tipo contempla, infatti, il cambio dei ruoli per tutti e a questo punto si rende utile soprattutto **l’incontro con la palla**. Come avviene? A prescindere dal contesto in cui ora viene inserita, è importante risaltare una delle funzioni cognitive che Maurizio ha dichiarato e cioè **la memoria**. Occorre impegnarsi, anche con i più piccoli, nel riuscire a inserire dei giochi che abbiano come sfondo un qualcosa che indubbiamente hanno visto e che quindi devono ricordare ma soprattutto più volentieri, se ha procurato loro soddisfazione, proprio perché riferita a una fascia di età di bambini molto piccoli.



- Gioco "L'Astronave". "Giochiamo a navigare con l'astronave per trasferirci su un altro pianeta". Quando l'astronave deve partire (1), (2), (3) e (4) scandiscono il tempo che separa il lancio gridando "10!", "9!", "8!", "7!", "6!", "5!", "4!", "3!", "2!", "1!" per far partire le astronavi (coppie di bambini avvolti da un cerchio). (1), (2), (3) e (4), per rappresentare il lancio dell'astronave, lanciano il pallone in aria, poi palleggiano, poi lo fanno rotolare per terra. Intanto le astronavi navigano nell'universo.

Ogni volta i bambini cambiano il compito e così risulta un gioco sicuramente divertente, i bambini incontrano la palla e giocano con essa.

Come s'identifica "la provocazione" rispetto alla memoria? Se il bambino si è divertito vivendo questa esperienza, sarà anche in grado di riprodurla.

Inversione dei compiti: i bambini del gruppo che giocavano a imitare le astronavi giocano con la palla e viceversa, quindi i bambini che giocavano alle astronavi lanciano la palla in alto, palleggiano e la rotolano mentre i bambini che giocavano con la palla giocheranno a simulare le astronavi.

E' scontato che, in un gioco che coinvolge i bambini dal punto di vista delle emozioni, risalta anche una grande attenzione e in questo caso sussiste anche una memoria rispetto a un'utilità che i bambini hanno visto eseguire e che smaniano di emulare. In questo gioco ogni bambino è impegnato in una metà campo, si diverte, non vede l'ora di trasferirsi nell'altra metà campo per cambiare tipo di gioco e nel frattempo guarda ciò che lì accade. Ovviamente, rispetto a una situazione di questo tipo, i casi sono diversi se l'idea è di far eseguire ogni volta qualcosa di diverso con il proprio amico. Il gruppo, inoltre, cambia anche lo spazio operativo e questa variante è mirata a incrementare il carico rispetto all'attività che s'intende mettere in campo.

- Tutti con palla, muoversi liberamente palleggiano, lanciando la palla, rotolandola, sospingendola rasoterra con i piedi.
- "Muoversi in silenzio", improvvisamente un bambino lancia le palline da tennis contro gli altri che scappano.

Attraverso una simile progressione si propongono tante situazioni in forma diversa perché il momento più interessante è l'incontro con la palla e specificatamente con la palla Easy per cui in questo passaggio si devono impegnare i bambini in più attività possibili. In questa esemplificazione abbiamo utilizzato la palla Easy perché ovviamente è lo strumento che

adottiamo a scuola. In questi ambienti, ovviamente, non sono tanti i palloni a disposizione però è anche vero che a scuola si possono trovare tantissimi tipi di palle e palloni magari di diverse dimensioni, che possiamo mettere in campo e pertanto si possono diversificare le esperienze di gioco. Se abbiamo comunque la possibilità di giocare con più palloni Easy, l'idea è di far conoscere il gioco dell'Easybasket.

A scuola uno dei metodi che gli insegnanti apprezzano di più, nel contesto della partita con i bambini, sta nel riuscire a costruire dei giochi dove l'attrezzatura viene tolta o inserita all'interno del gioco stesso. Nel regolamento Easybasket vige il geniale criterio dell'attribuzione dei punti, ovvero il canestro realizzato vale tre punti e quindi permette di prendere tre oggetti e quindi toglierli dal campo; se il pallone tocca il ferro vale un punto e quindi prendere un oggetto e toglierlo dal campo. Questi accorgimenti mostrano all'insegnante un certo tipo di attività rapportata alla sua che poi svilupperà concretamente in molteplici forme in classe. Utilizzare dei giochi con il canestro che permettono di togliere l'attrezzatura dal campo che al momento non serve può rappresentare un utile suggerimento all'insegnante che ha così un ottimo aggancio per le sue attività in classe. In 1<sup>a</sup> e in 2<sup>a</sup> Elementare, soprattutto per i bambini di 1<sup>a</sup>, l'attribuzione dei 3 punti o di 1 punto costituisce senz'altro un valore concreto, soprattutto nella misura in cui si riesce a farglielo notare.

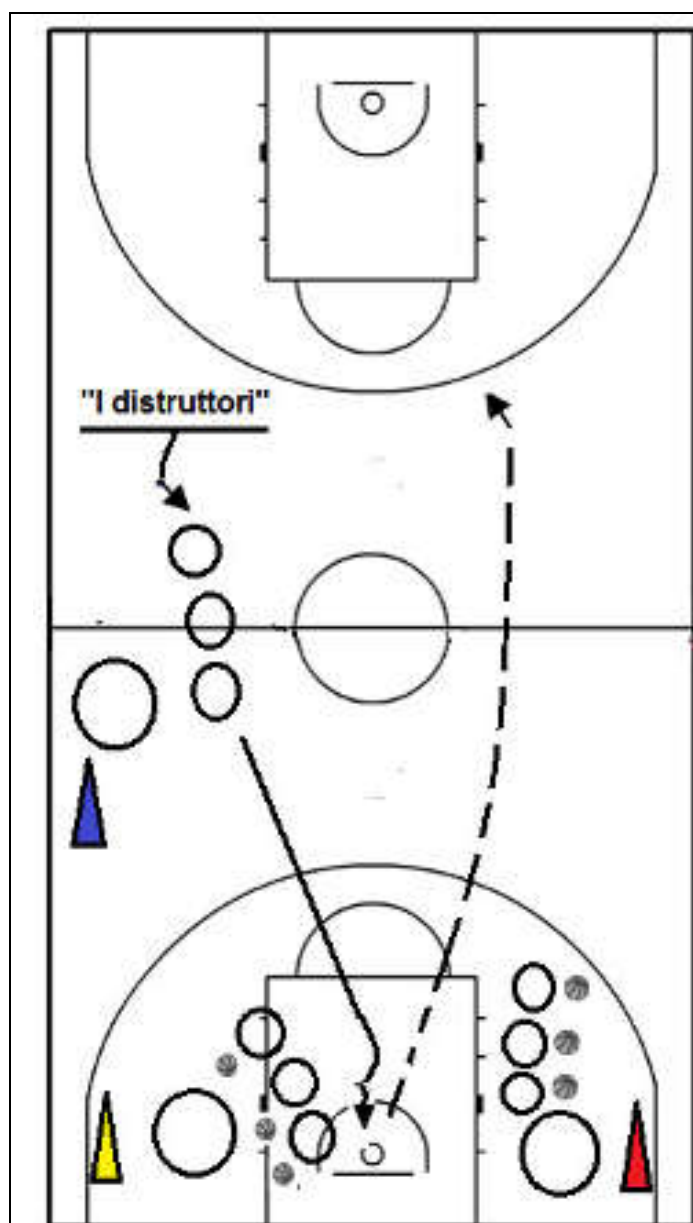


Diagramma 86

### Gioco "I distruttori".

Tre, tutti con palla, sono gli abitanti del palazzo giallo (il cerchio contraddistinto dal cono di color giallo); tre, tutti con palla, sono gli abitanti del palazzo rosso (il cerchio contraddistinto dal cono di color rosso); tre, senza palla, sono gli abitanti del palazzo blu (il cerchio contraddistinto dal cono blu).

I bambini del palazzo blu sono "i distruttori" e partono dalla metà campo. I distruttori, uno per volta, corrono sotto canestro a disturbare i bambini del palazzo giallo che tirano a canestro uno per volta. I distruttori cercano o di rubare direttamente la palla (se ci riescono) o conquistare il rimbalzo per lanciare la palla oltre la metà campo e quindi far perder tempo ai bambini del palazzo giallo. Stessa modalità quando tireranno i bambini del palazzo rosso nella fase in cui saranno chiamati a tirare.

Regola: il bambino "distruttore" deve cercare di rubare la palla e buttarla via senza prendere l'avversario.

Una riflessione rispetto a quest'ultima attività è quanto mai opportuna. Una situazione che preoccupa gli insegnanti, specialmente con le classi prima e seconda, consiste nell'impiego contemporaneo di un numero elevato di bambini anche perché lo spazio a disposizione non consente di coinvolgerne tanti insieme. La capacità motoria che è coinvolta in maggior misura in questo momento è il **controllo motorio**, cioè i bambini avvertono palese difficoltà nel gestire e nel controllare il corpo per cui gli insegnanti, anche giustamente perché ne deriva una responsabilità grande, si preoccupano subito perché tanti sono i bambini coinvolti contemporaneamente. In un gioco di questo tipo, dove entra in scena qualcuno che deve attivarsi subito e quindi si evidenzia un elemento di rischio, nel far mostrare agli insegnanti e insegnare è possibile utilizzare una didattica diversa, riferita al cerchio, ovvero tanti cerchi quanti sono i bambini evitando, proprio perché sono piccoli, che ogni cerchio sia occupato da più di tre bambini. Non si devono chiamare tutti contemporaneamente, ma chiamarne un po' per volta; non far partire, come in questo mio ultimo esempio, tutti e tre insieme ma distribuire le loro partenze in modo che non siano tanti bambini prima contro un avversario, poi contro due avversari, così significa far durare le attività in tempi brevi. Contare quindi 10 secondi, escono e ne entrano subito altri; forse sarà qualcosa di scontato ma alcuni giochi di questo genere a scuola aiutano le insegnanti ad accettarci più volentieri e nel momento in cui siamo entrati riusciamo a proporre anche qualcosa di diverso.

- *Osservazione di un corsista: <<Come regolarsi nel caso in cui i bambini si trovano in difficoltà perché non hanno la forza sufficiente per tirare a canestro?>>.*

Il pallone da Easybasket ci consente un alto carico, che corrisponde a tanti bambini coinvolti contemporaneamente. Se i bambini tirano con questo pallone e casualmente arriva in testa a qualcuno non esiste pericolo di infortunio perché questo pallone è talmente leggero (pesa 180 grammi) per cui non si corre alcun rischio. Attraverso il suo utilizzo gli insegnanti si rendono conto che è un pallone gestibilissimo e permette assolutamente di tenere alto il carico, cioè tanti bambini coinvolti sull'attività.

Da ricordarsi che i palloni Easy non si devono gonfiare, durano anche 4 o 5 anni e, se gonfiati correttamente, è sufficiente la prima e unica volta. Il pallone Easy è stato realizzato appositamente perché non deve esser gonfiato, sta anche scritto!

## **Maurizio Cremonini**

Sorge spontaneo chiedersi come è possibile non preoccuparsi se si portano a scuola i palloni da Minibasket perché a mio avviso per tutte e cinque le classi elementari il pallone da Minibasket potrebbe rivelarsi pericoloso. Se una bimba a scuola subisce un qualsiasi infortunio per passare o ricevere il pallone da Minibasket che pesa 480 grammi (quindi quasi mezzo chilo), potrebbero insorgere veramente delle grane. Per questo motivo è stato ideato il pallone Easy, è una chiave di accesso fondamentale per entrare a scuola! Il pallone Easy sicuramente non crea pericoli, l'unica motivazione banale che potrebbe accampare un Istruttore è che non tiene la traiettoria sul tiro da tre.

Procediamo ora a cambiare quadro. Presentata con le dovute attenzioni una proposta che riguarda le fasce piccoline, proponiamo ora alcune **Conoscenze** un po' più specifiche.

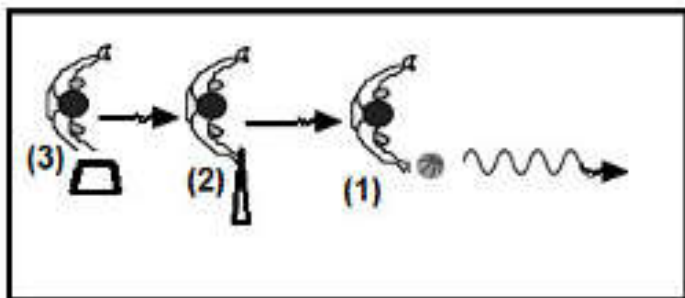


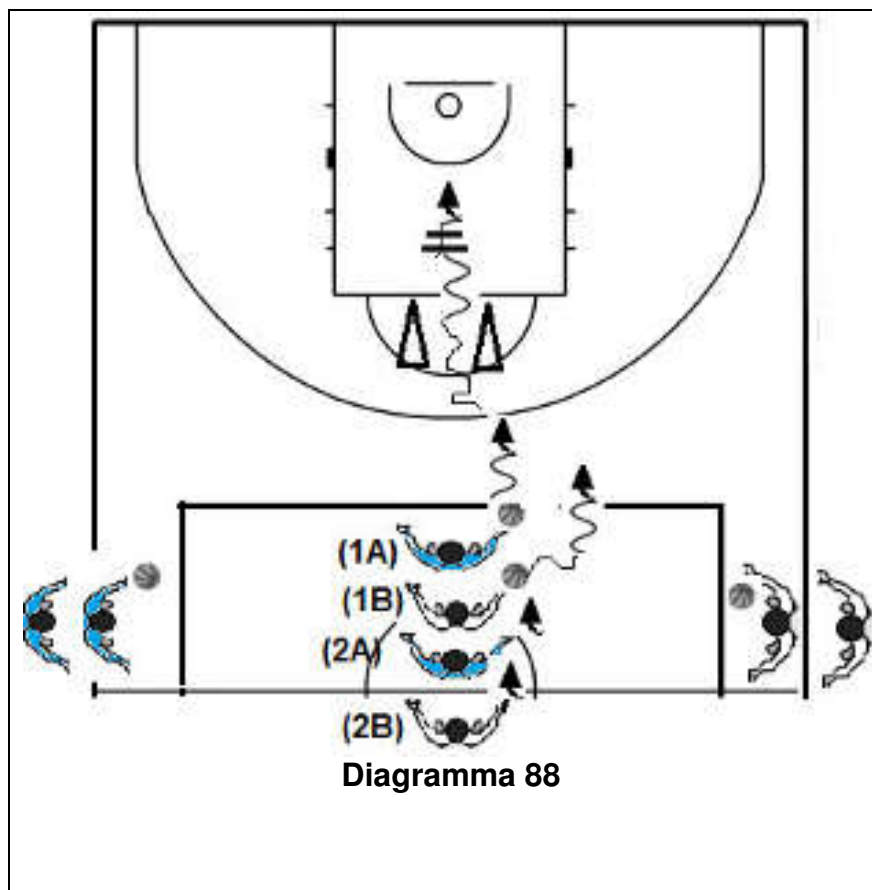
Diagramma 87

- Disposizione a terzetti, per ogni terzetto un pallone, un cono e un cinesino (Diagramma 87). Ogni terzetto è un camion speciale ed è composto da uno con la palla e da altri due che lo seguono rispettivamente con cono e cinesino. A scuola, cosa deve trovarsi davanti al camion? Il pallone!

Se si dispone un bambino con la palla dietro a un bimbo che non ha la palla e gli si ordina di muoversi, perde immediatamente la palla per cui il camion deve essere così formato: davanti la palla e gli altri due a seguire. Il primo si muove seguendo le strade, l'obiettivo è cercare di non scontrarsi perché ogni volta che accade uno scontro, il camion si rompe e quando si rompe il camion, (1) fa girare la palla cinque volte attorno al corpo, (2) esegue tre giri intorno al cono di corsa e (3) deve saltare tre volte il cinesino. Il camion, una volta riparato, potrà ripartire. Che capacità stiamo allenando? **Controllo del corpo!** Una delle problematiche più complicate che s'incontra non solo a scuola ma anche nel Minibasket e nel basket è la mancanza di controllo del corpo, quindi si devono proporre delle attività in cui l'attenzione importante è sul controllo. La riparazione del camion su cosa si basa? Su dei giochi di controllo! Controllo della palla attorno al corpo, controllo del corpo intorno al cono e controllo del corpo saltando il cinesino. Ovviamente attenti a non sbattere contro gli altri camion.

- Variante. In presenza di una classe numerosa, dopo un po' di tempo cosa si può proporre? La storia del camion che sicuramente percorre tanta strada, si muove per lunghi percorsi e potrebbe fermarsi. Mentre il camion si muove, l'ultimo rimonta e corre improvvisamente davanti a chiudere la strada, la blocca per lavori stradali e il camion si ferma quando si trova il cono davanti. Il terzo, pertanto, quando decide rimonta per arrivare in testa ma se decide di andare davanti con il cinesino fa fermare il camion e il camion si arresta, poi toglie il cinesino e il camion riparte.

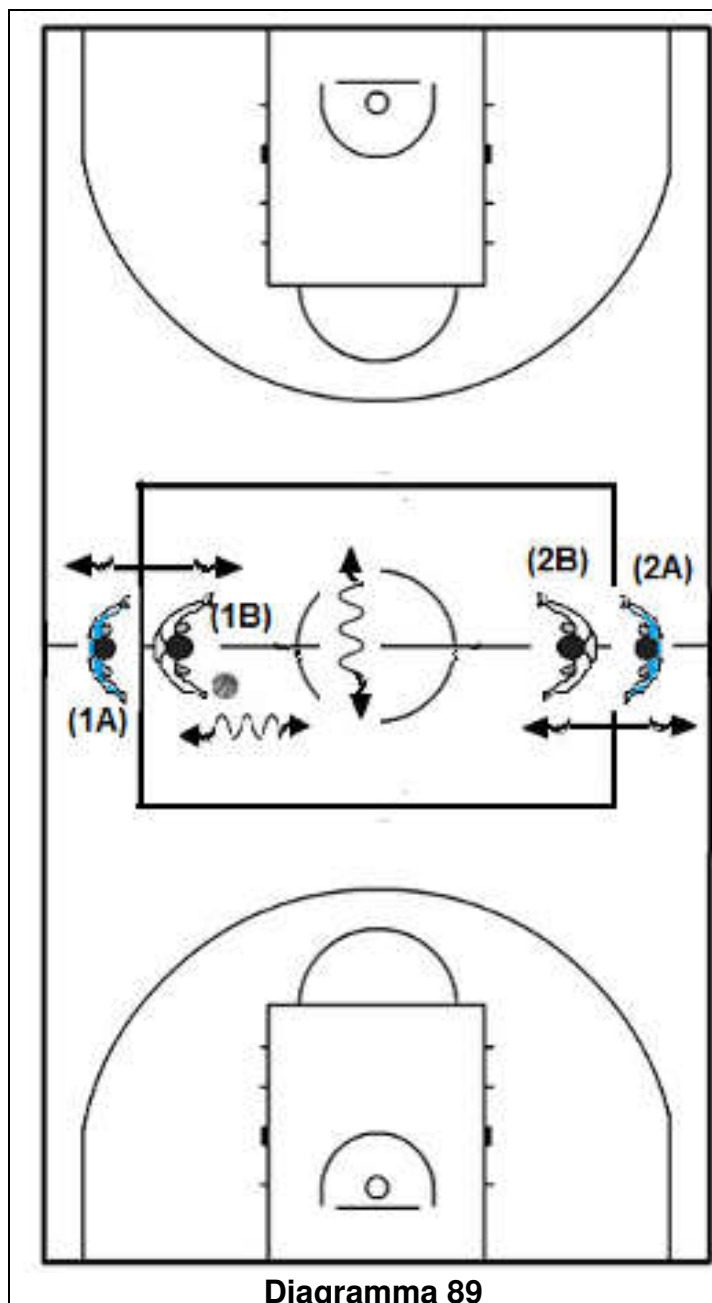
Cosa manca? Il cambio di ruolo! In un Centro Minibasket si potrebbe iniziare subito con l'autonomia e i bambini stessi che lanciano il segnale. A scuola non si può pretendere che ogni gruppo si organizzi autonomamente. Il suggerimento che l'insegnante può cogliere è l'Istruttore che lancia il segnale "cambio!", che sta a significare di cambiare l'oggetto che i bambini impugnano. Questa è una fase di attivazione, a scuola è preferibile che sia l'insegnante a governare, però potrebbe anche essere un percorso di crescita. Una variabile sulla quale possono lavorare nel tempo, una classe successiva come quarta e quinta magari possono gestirsi in autonomia per il cambio di ruolo.



- **Gioco di potere** da proporre nella **fase centrale della lezione**. Disposizione come da Diagramma 88. Due coni in lunetta, bianchi contro azzurri. Sfida a canestro, chi segna per primo conferisce il potere alla sua squadra. Potere alla squadra azzurra, quindi la squadra che ha il potere, comanda. (1A) é il primo sulla linea della pallavolo, seguono dietro, in fila, un avversario bianco (1B) con la palla, poi terzo un compagno azzurro (2A) senza palla, quarto un bianco (2B) senza palla. Il gioco è in funzione del **controllo motorio**, che strumento utilizziamo? Il **palleggio!**

Lo spazio è fino alla linea dei tre punti, (1A) può muoversi avanti e indietro in palleggio, i tre che lo seguono devono evitare di scontrarsi. Finché (1A) non supera la linea dei tre punti non inizia la sfida. Quando inizia la sfida? L'obiettivo è realizzare per primi 6 punti. Come si conteggiano i punti? Canestro realizzato vale 3 punti, pallone che tocca il ferro vale un punto, un tiro a testa per ciascuno dei due azzurri ed altrettanti per i due bianchi. Che tipo di attenzione, attraverso questo esempio, viene rivolta all'attività scolastica? L'organizzazione definita, quattro bambini in campo ai quali viene attribuito un determinato carico. Potrebbe rivelarsi proficuo a scuola, in presenza delle insegnanti, un gioco come questo gestito da soli su due canestri? No! Se è governato dall'Istruttore si può avere questa attenzione e per questo motivo è stato proposto con quattro giocatori coinvolti contemporaneamente per cercare di vivacizzare il gioco. Si può proporlo su due canestri? Certamente, nello specifico con tanti piccoli aggiustamenti come spostare l'ingresso, la disposizione e altro.





- Gioco di situazione per la **fase finale della lezione**. Disposizione come da Diagramma 89. Il capo bianco, ossia (1B), che si muove in palleggio avanti, indietro e lateralmente con un avversario azzurro, ossia (1A), che lo segue da dietro. L'obiettivo è sempre il **controllo del corpo**. (1B) mantiene sempre aperto il palleggio e quando decide attacca a sua scelta uno dei due canestri dando così inizio al 2>2. Toccare il proprio avversario comporta decretare fallo ed assegnare un punto e palla alla coppia che lo subisce. Canestro realizzato vale 3 punti; se la palla tocca il ferro, 1 punto e la palla passa agli avversari. **Lo strumento utilizzato è il palleggio**. Se avessimo conferito il potere di decidere al difensore [1A] che sarebbe stato l'attivatore del gioco, lo strumento sarebbe stato la difesa, ovvero nel caso se fosse stato [1A] a decidere su quale canestro far partire il gioco. Se giocano a tutto campo hanno la possibilità di scegliere il canestro. Coerenza nello strumento: abbiamo iniziato con il palleggio, giochiamo allora con il palleggio! E' (2B) che ha ricevuto all'improvviso. Stiamo giocando a controllare il corpo, quando (1B) parte ha la strada spianata per attaccare il canestro.

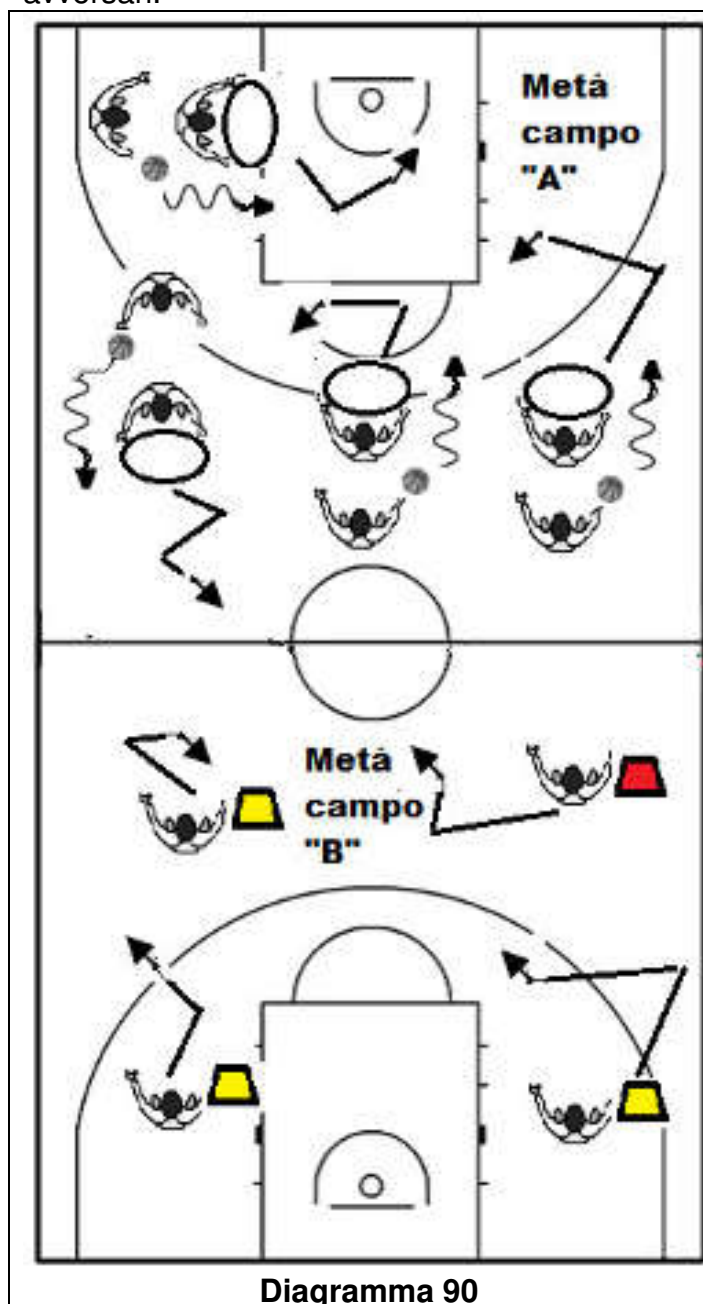
Fischiare l'intenzione di fallo a scuola per preservare l'attenzione che deve essere dedicata al nostro gioco, proprio perché si evidenzia questa paura del contatto. Nel nostro gioco Easy basta l'intenzione di fallo e viene assegnato un punto a chi lo subisce; la volta successiva il difensore è molto più attento. Fischiano anche l'intenzione di fallo le insegnanti sono rassicurate e questo è un elemento fondante del nostro gioco perché è molto dinamico.

Concluso il ciclo di proposte dedicato alle Conoscenze, si passa alle **Abilità**, classe 4<sup>a</sup>, cosa possiamo proporre di più complesso?

### Roberta Regis

**Quadro delle Abilità, fase di Attivazione; obiettivo è l'orientamento**, altra capacità coordinativa importante. In riferimento all'orientamento spazio-temporale è un contatto ovviamente diverso dalle nostre attività del pomeriggio al Centro Minibasket perché rispetto alle Abilità dei bambini che giocano a Minibasket riferite all'orientamento per noi è ritrovare uno spazio utile. Stamattina è stato sottolineato che l'orientamento, nel quadro delle Abilità, è correlato a ciò che accade nel gioco e quindi nel trovare uno spazio utile. A scuola è

diverso in quanto non possiamo ragionare sullo spazio utile ma dovremmo ragionare sullo spazio libero. Sempre in riferimento alla classe quarta, lo spazio libero dallo spazio occupato, è sempre orientamento ma è più riferito all'aspetto di spazio libero – spazio occupato, ovviamente tenendo conto dei movimenti del corpo, dei compagni e degli avversari.

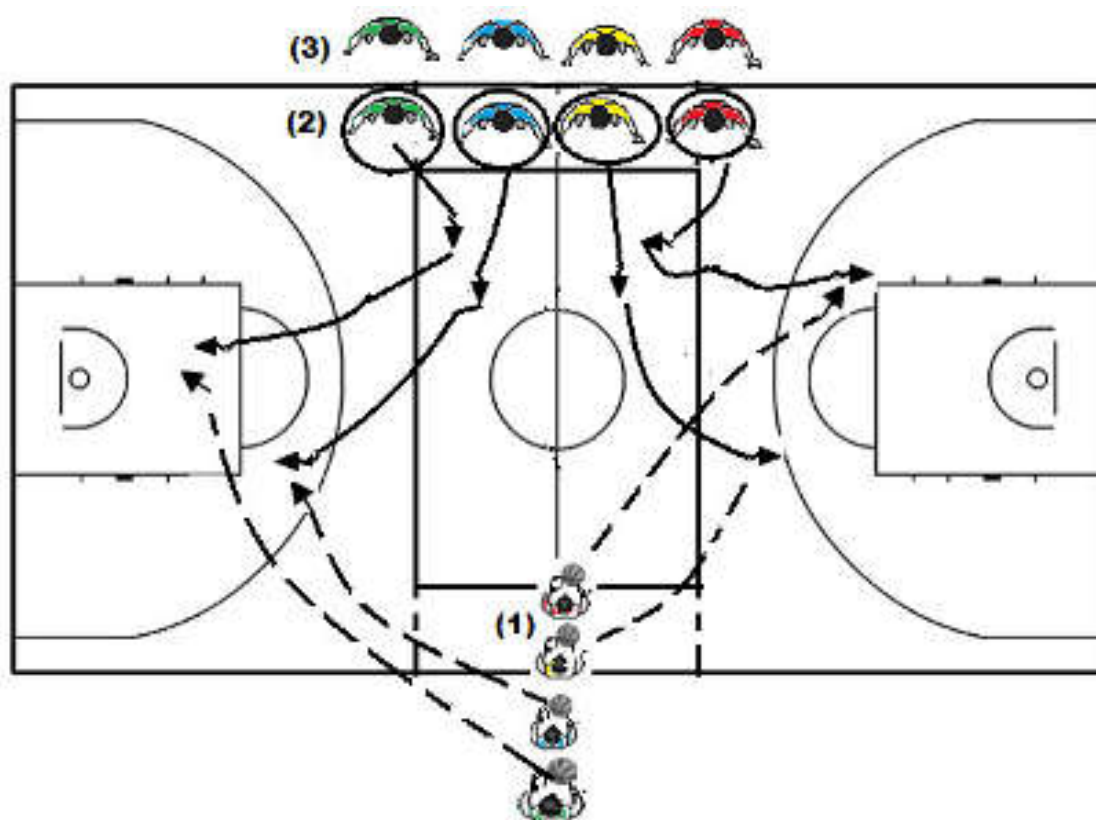


- Disposizione come da Diagramma 90. Fase di attivazione, quattro prendono dei cinesini; tre con cinesino giallo e uno con cinesino rosso; altri quattro prendono la palla e altri quattro prendono il cerchio. I quattro con il cinesino giocano nella metà campo "B"; chi ha il cinesino rosso si sposta, corre velocissimo e, quando decide, depone il cinesino a terra ed anche gli altri lo depongono a terra. Mantenersi il più lontano possibile dagli altri, almeno a 5 passi. Nell'altra metà campo (la metà campo "A"), invece, chi ha il cerchio guida il compagno con la palla che lo segue in palleggio. Le modalità sono pertanto diverse rispetto al precedente, prima la palla era davanti, ora verifichiamo se possiamo posizionare la palla dietro. E' un TIR, si apre un ventaglio di spazio e di scelte: far girare il cerchio; finché il cerchio gira passarsi la palla più volte possibile (il cerchio che gira a terra segna la scansione del tempo), quando il cerchio si ferma muoversi di nuovo in coppia e trovare un altro spazio libero per giocare. Al segnale "cambio!", chi ha il cinesino lo lascia a terra per prendere il cerchio; chi ha il cerchio prende la palla e chi ha la palla prende il cinesino.

Una riflessione sull'organizzazione del gioco si rende necessaria perché una difficoltà notevole che si può incontrare a scuola deriva dal concetto di integrazione, integrazione nel senso di accettazione dell'altro perché a scuola, in questo momento storico, non è semplice l'accettazione dell'altro. Non è neanche semplice la condivisione con gli altri, quindi disporsi in coppia con qualcuno per condividere un gioco. Se è il compagno abituale, i giochi funzionano, nel momento in cui le coppie vengono mescolate per far instaurare una nuova relazione all'interno della classe la situazione diventa complessa ed invece è proprio su questo cambiamento di abitudini che è importante lavorare. Ad esempio, in questo caso il gioco poteva funzionare molto meglio se si disponevano dei terzetti fissi, così si creavano delle situazioni-standard in cui ogni volta si ritrovavano sempre a giocare con i propri amici. Perché non è stata fatta questa scelta? Perché ogni volta si trovavano a cambiare e quindi a

giocare con un compagno diverso cercando di lavorare sempre a piccoli gruppi, quindi tutti coinvolti contemporaneamente.

Sul piano organizzativo con il terzetto fisso i giochi funzionano o quantomeno proporre delle situazioni fisse con rotazioni in un determinato senso riesce più scorrevolmente e forse con una minor perdita di tempo. Non si può però ignorare l'aspetto socio-relazionale a scuola per cui tutti i bambini devono essere coinvolti insieme. In funzione dell'attività motoria la situazione è complessa perché nel momento in cui si entra in palestra è inevitabile accorgersi che alcuni bambini sono trascurati nei giochi e che incontrano evidenti difficoltà sul piano dell'integrazione. Quest'anno, per esperienza personale, ho lavorato in una scuola in cui erano presenti diversi alunni di origine straniera, una scuola multiculturale all'avanguardia, però uno dei problemi che emergeva riguardava proprio l'inclusione e quindi impegnare tutti con l'accettazione dell'altro nei giochi messi in campo non era affatto semplice.

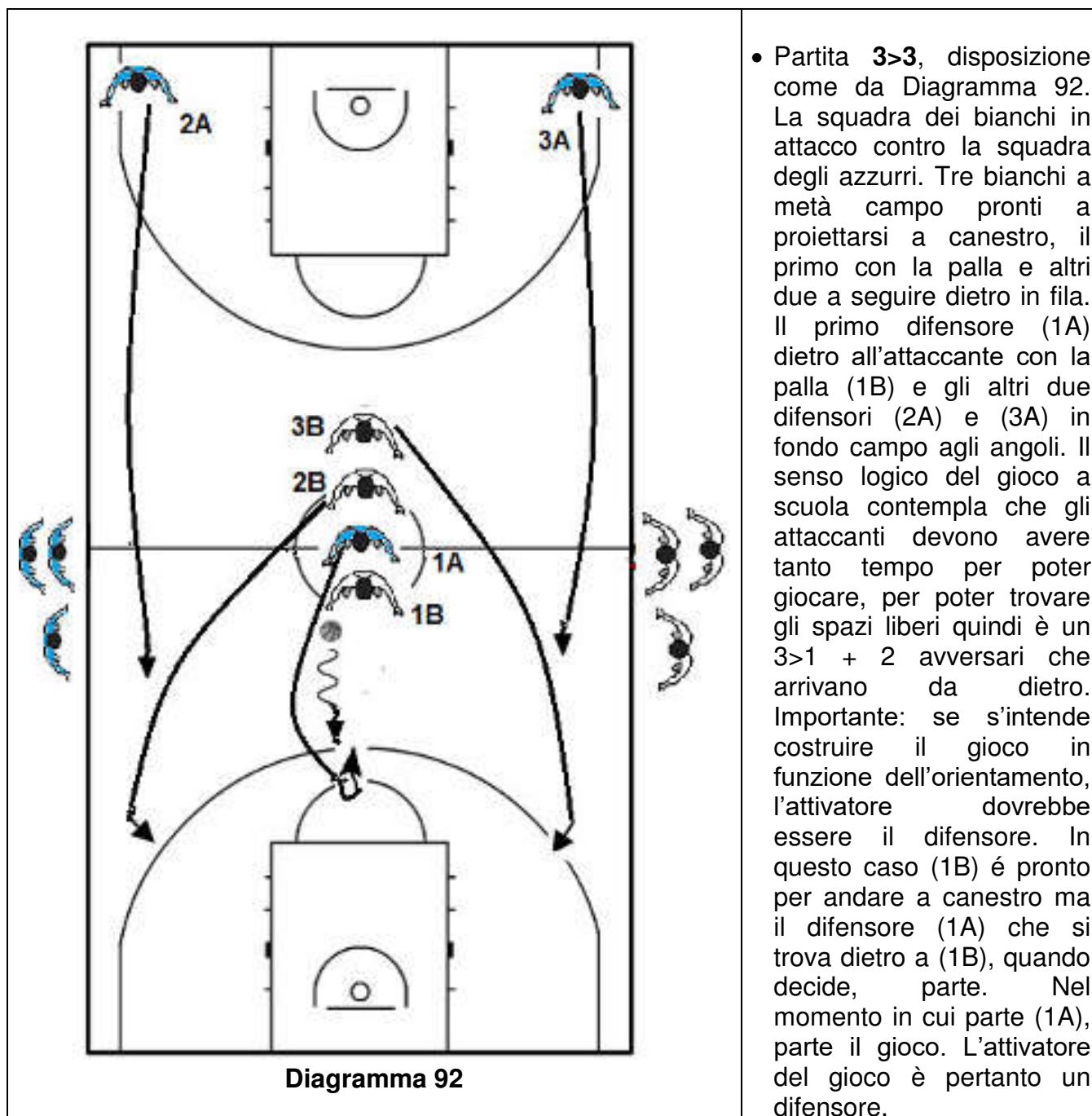


**Diagramma 91**

Gioco di **fase centrale**. Quattro squadre, disposizione come da Diagramma 91. E' un **gioco di potere riferito all'orientamento**. Quattro cerchi su un lato, a cavallo della linea di metà campo, quattro per squadra con il pallone sul lato opposto. I primi di ogni fila, che sono dentro al cerchio, entrano nello spazio denominato "pensatoio" (area della pallavolo a cavallo della linea di metà campo), corrono senza scontrarsi e sono pronti per lanciarsi a tirare a canestro. Assegnare il potere a uno dei quattro che, quando decide, parte per ricevere la palla dal suo compagno di squadra e va a tirare toccando il cerchio ma nel cerchio ha a disposizione un solo tiro. Il canestro vale 3 punti, il ferro vale 1 punto, ogni volta che si tocca il cerchio andare a tirare finché non si arriva a 6. Il primo che arriva a 6 e ritorna indietro, guadagna un punto per la propria squadra. Rotazione: (1) x (3); (2) x (1); (3) x (2).

Si può rapportarlo al quadro delle Conoscenze a scuola: in un gioco di potere gestito a scuola il ritorno del bambino in un posto visibile per tutti consente che il potere sia chiaro per

tutti. A scuola, in termini visivi, all'inizio si devono aiutare i bambini nel momento in cui vengono messi in campo i giochi di potere, quindi la regola di ritornare dopo aver totalizzato 6 punti è utile per evidenziare chi ha conquistato il potere. È ovvio che non è l'orientamento inteso nel quadro delle Abilità, **quale strumento è stato utilizzato? Il tiro!** E' stato utilizzato il passaggio ed anche un tiro ma come si orientano rispetto agli spazi liberi disponibili? Due verso un canestro e gli altri due verso l'altro canestro: è così scontato per i bambini capire una situazione di questo tipo? No! Così come non è scontato il fatto che, pur avvalendoci di quattro cerchi, i bambini ogni volta ritrovano uno spazio che sia libero. E' un gioco semplice, adatto proprio all'inizio delle Conoscenze, questo però è il tipo di proposta da poter presentare in 4<sup>a</sup>, riferito all'orientamento ed inserendo una situazione di tiro.



- Partita **3>3**, disposizione come da Diagramma 92. La squadra dei bianchi in attacco contro la squadra degli azzurri. Tre bianchi a metà campo pronti a proiettarsi a canestro, il primo con la palla e altri due a seguire dietro in fila. Il primo difensore (1A) dietro all'attaccante con la palla (1B) e gli altri due difensori (2A) e (3A) in fondo campo agli angoli. Il senso logico del gioco a scuola contempla che gli attaccanti devono avere tanto tempo per poter giocare, per poter trovare gli spazi liberi quindi è un 3>1 + 2 avversari che arrivano da dietro. Importante: se s'intende costruire il gioco in funzione dell'orientamento, l'attivatore dovrebbe essere il difensore. In questo caso (1B) è pronto per andare a canestro ma il difensore (1A) che si trova dietro a (1B), quando decide, parte. Nel momento in cui parte (1A), parte il gioco. L'attivatore del gioco è pertanto un difensore.

Perché è stata inserita questa proposta? Per far interiorizzare il concetto di ricercare velocemente uno spazio libero non vicino al compagno, ma avanti! Questo è l'insegnamento più difficile da realizzare. Nel momento in cui s'intende spiegare il senso del gioco a scuola, il concetto di correre avanti per lanciarsi a canestro non è così scontato.



E' importante inoltre mantenere con una classe quarta il concetto relativo al fallo, assolutamente! Il conteggio "1-3" va applicato a secondo della situazione che si è creata. A volte a scuola potrà capitare di avere i canestri molto piccoli, per cui in una classe quarta mantenere "l'1-3" con il canestro molto piccolo non è certamente molto motivante per i bambini, altrimenti nelle altre situazioni il conteggio "1 e 3" consente di tenere tutti coinvolti.

### Maurizio Cremonini

Quadro delle **Competenze** a scuola: obiettivi che si potrebbero raggiungere in termini di competenza. Recupero un focus importante che è **il controllo**, poi **orientamento spaziotemporale**, ritorno sul controllo e **utilizzo come strumento la difesa**. Proporre la difesa a scuola corrisponde ad alzare la complessità in termini esponenziali, comunque non si può prescindere dal presentare lo strumento della difesa.

- Disposizione a terzetti come da Diagramma 93. Un pallone Easy per ogni terzetto, (1) con la palla, davanti a guidare il terzetto quindi, se l'obiettivo è il controllo, tre passi di distanza separano i componenti il terzetto. (1) in palleggio lungo le linee del campo e gli altri due che lo seguono. S'inizia ad entrare nella situazione: (3), quando decide, corre davanti. (1) deve tenersi pronto perché sta arrivando il difensore, ovvero (3), perché quando arriva davanti, il difensore cerca di rubare la palla. (2) si sposta per diventare il giudice. Se (3) nel tentativo di rubare la palla commette fallo, esegue cinque saltelli; se riesce a rubare la palla, mantiene il possesso di palla.

**Diagramma 93**

Si riesce a riconoscere il ragionamento che anima questo gioco di responsabilità? Ovvero: un bimbo diventa giudice e prova a valutare, nel momento in cui gli altri due compagni stanno giocando, se il difensore che cerca di rubare la palla commette fallo. Questo gioco esalta quindi i concetti di autonomia, di responsabilità e di collaborazione con tutte le attenzioni del caso.

Il prossimo è un gioco conosciuto che si attaglia a questa sequenza didattica proprio nella fase centrale.

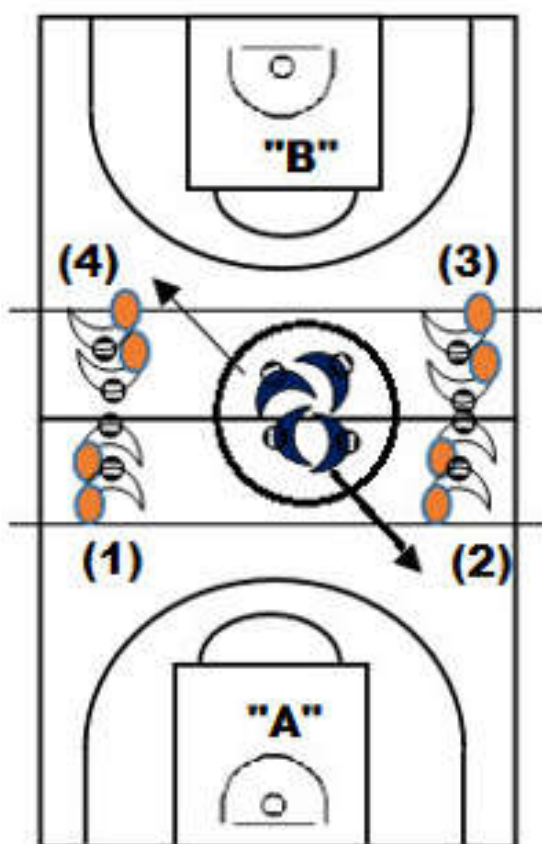


Diagramma 94

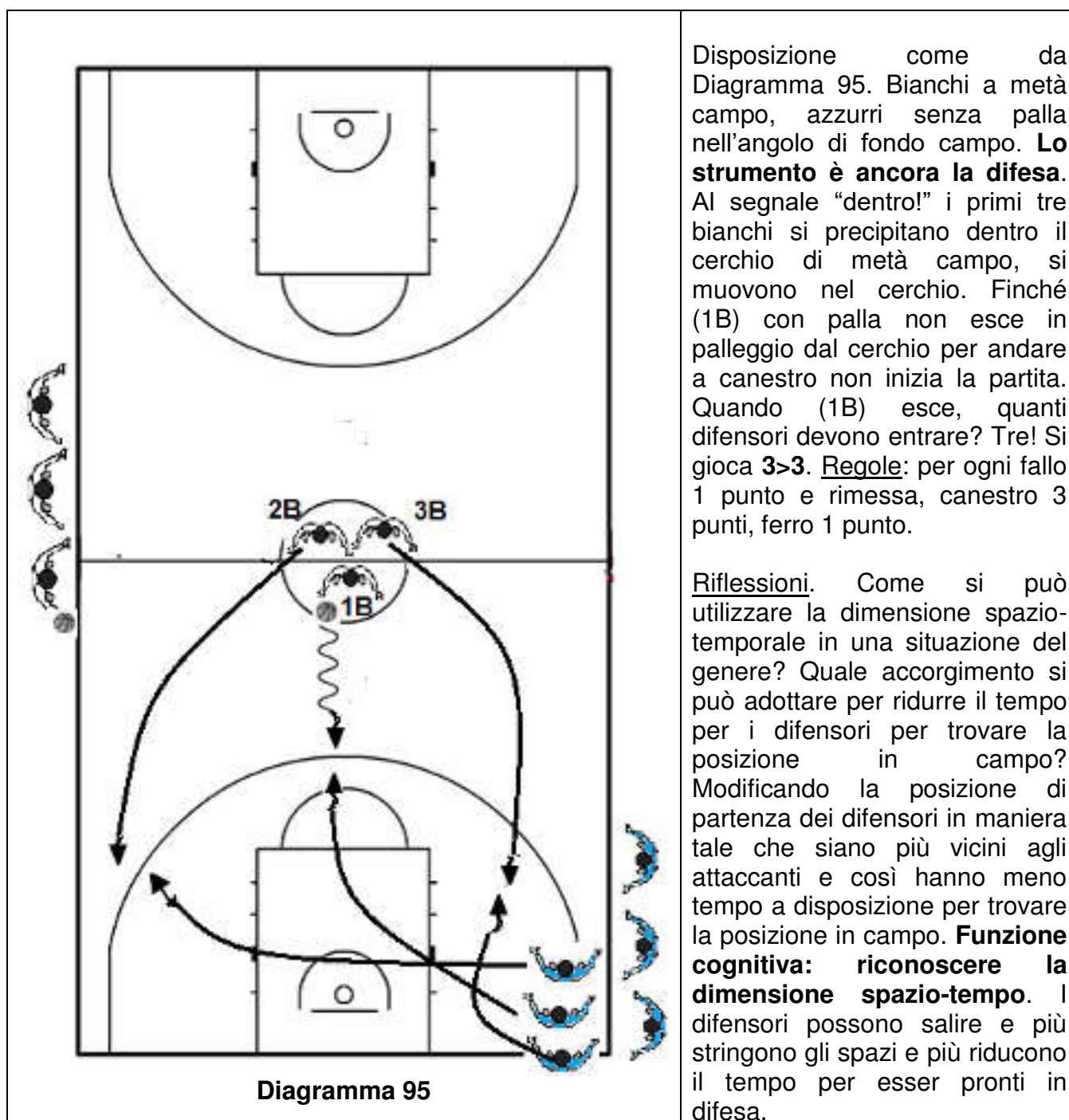
- Gioco "I prigionieri". Disposizione come da Diagramma 94. I quattro prigionieri senza palla corrono all'interno del cerchio di metà campo, tutti gli altri con la palla. Gli attaccanti delle file (1) e (2) giocano sul canestro "A", gli attaccanti delle file (3) e (4) giocano sul canestro "B". I prigionieri si muovono dentro il cerchio di metà campo, ad un certo punto decidono di giocarsela in libertà. Appena il prigioniero supera la linea, l'attaccante prescelto va a canestro. La regola contempla di rimanere in attacco nel caso di aver guadagnato un punto; se il prigioniero-difensore riesce a rubargli la palla, diventa attaccante, viceversa se commette fallo rimane prigioniero.

*4 bambini "prigionieri" posizionati all'interno del cerchio di metà campo (difensori), 4 file di attaccanti sulla linea dei 3mt della pallavolo, come nel Diagramma 94; i prigionieri/difensori quando decidono di sfidare un attaccante corrono a superare la linea della pallavolo per giocare 1vs1.*

*REGOLE: se l'attaccante segna, resta attaccante, se il difensore prende la palla è libero e diventa attaccante, se il difensore commette fallo, resta prigioniero.*

E' un gioco facile, non presenta particolari complessità. Può crearsi confusione nel momento in cui i prigionieri che escono dalla prigione vanno a scegliersi l'avversario però, diversamente, aumentano i tempi di attesa. Come si può gestire in maniera più efficace il controllo in questa situazione? Diminuendo il numero dei prigionieri, però questa modifica riduce anche il carico in quanto per i bambini aumentano i tempi di attesa per cui a scuola, con una classe quinta, è opportuno non ridurre il numero dei prigionieri.





Disposizione come da Diagramma 95. Bianchi a metà campo, azzurri senza palla nell'angolo di fondo campo. **Lo strumento è ancora la difesa.** Al segnale "dentro!" i primi tre bianchi si precipitano dentro il cerchio di metà campo, si muovono nel cerchio. Finché (1B) con palla non esce in palleggio dal cerchio per andare a canestro non inizia la partita. Quando (1B) esce, quanti difensori devono entrare? Tre! Si gioca **3>3**. **Regole:** per ogni fallo 1 punto e rimessa, canestro 3 punti, ferro 1 punto.

**Riflessioni.** Come si può utilizzare la dimensione spazio-temporale in una situazione del genere? Quale accorgimento si può adottare per ridurre il tempo per i difensori per trovare la posizione in campo? Modificando la posizione di partenza dei difensori in maniera tale che siano più vicini agli attaccanti e così hanno meno tempo a disposizione per trovare la posizione in campo. **Funzione cognitiva: riconoscere la dimensione spazio-tempo.** I difensori possono salire e più stringono gli spazi e più riducono il tempo per esser pronti in difesa.

## Maurizio Cremonini

### Conclusioni

E' importante sottolineare l'estrema semplicità delle proposte, quasi scontate perché sono quelle Easy della scuola. Rispetto al lavoro presentato ieri è ovvio che sono più facili, in armonia con la realtà scolastica, al fine di trovare una linea di continuità con il mondo della scuola.

Domani ragioneremo sui modelli a confronto anche da un punto di vista culturale, didattico, metodologico di impostazione generale sia dal punto di vista del rugby che dell'Easybasket, oggi però il focus è stato incanalato nel caleidoscopio didattico.

- *Domanda di un corsista: <<Come regolarsi in un progetto-scuola riguardo i bambini che commettono molto frequentemente l'infrazione di "passi"?>>.*

### **Maurizio Cremonini**

Secondo i dati statistici una classe di 20 bambini è composta mediamente da un bambino che gioca a Minibasket e da 19 che non giocano. Noi vogliamo pertanto provare ad intercettare l'attenzione di quei 19 bambini ma soprattutto vogliamo prospettare all'insegnante che si può proporre a scuola qualcosa di diverso. Nel gioco Easy, infatti, è consentito palleggiare con due mani, si può interrompere il palleggio e poi riprenderlo, si possono compiere due passi con la palla in mano. Se viene obiettato che tutte queste infrazioni non sono tollerate, il gioco Easy è un altro gioco, che è simile al Minibasket, ma questo è Easy e contempla queste regole che non obbliga chi è già capace di violare la regole del Minibasket ma quest'ultimo consente ai suoi compagni di classe di giocare. Questa è la risposta immediata per il gioco Easy e queste sono le regole Easy, l'importante è dichiarare le regole, presentarle, farle conoscere ai bambini e questo metodo è fondamentale. Se un bambino è già capace di giocare, non smette di palleggiare.

### **Eugenio Crotti**

L'obiettivo dell'Easybasket è avvicinarsi gradualmente sempre più al Minibasket quindi, a fronte di un componente della classe che dimostra il gioco, l'orizzonte a cui arrivare è certamente di aiuto. L'importante è additare agli altri come esempio chi è capace e bravo perché già gioca in modo che possano arrivare a quel livello. L'indicazione è quindi cercare di guardarlo, di evitare di compiere due passi ma palleggiare subito, cioè è offrire un esempio positivo senza che sia una costrizione, nè un obbligo. **Personalmente a scuola ho sempre sperimentato che l'importante è avere degli esempi positivi al fine di raggiungere gli obiettivi preposti.** Uno degli aspetti più importanti, in qualsiasi ambito, è avere ben chiaro l'orizzonte dove arrivare. Individuare immediatamente il traguardo consente anche di arrivarci in tempi brevi.

- *Domanda relativa ai canestri molto bassi.*

### **Roberta Regis**

Il concetto del "3-1" è un concetto, da un punto di vista motivazionale, di inclusione. "3 e 1" significa inclusione, cioè conseguire 3 è indice di bravura, acquisire 1 significa comunque aver guadagnato un punto altrimenti la partita non ha neanche senso in termini di punteggio a scuola. Nel momento però in cui si lavora con le classi più grandi e che magari hanno già provato l'esperienza del progetto e del lavoro con i canestri piccolini, la motivazione può esser riportata al fatto di farli riuscire a realizzare canestro perché magari ci riescono quasi tutti a mandare la palla dentro. Se constatiamo che tutti riescono a segnare allora togliamo la regola "3-1" e cominciamo ad inserire il concetto "vale il canestro" e quindi vale 2 punti. Il concetto relativo al fatto di "andare a prendere la palla" a rimbalzo è un elemento tecnico che rispetto all'Easybasket non ci interessa, cioè è un elemento che fa parte del gioco ma rispetto all'Easybasket non è così determinante ed anche arrivarci alla classe quinta a togliere la regola del "3-1".

## **Maurizio Cremonini**

L'idea che deve render utile l'attività dell'Easybasket è di non guardarlo con gli occhi della pallacanestro ma in ottica della scuola. Mi preme inoltre sottolineare che la palla volata o la palla rilanciata, ovvero proporre a scuola un genere di attività all'insegna della semplicità significa che per 19 bambini, che non praticano attività sportiva, incontrare una palla e un canestro è già una conquista! Qualcuno obietterà che non sono proposte vicine al Minibasket e alla Pallacanestro ma l'importante è che scoprano il piacere di giocare con la palla e di lanciarla al canestro! Se decideranno poi di iscriversi ad un Centro Minibasket, ben vengano! E' però importante che almeno a scuola possano praticare una qualsiasi forma di attività ludico-motoria utile.

## **Eugenio Crotti**

Rendo note alcune informazioni di carattere organizzativo. Questa mattina in Consiglio Federale abbiamo individuato le novità che verranno proposte all'assemblea che eleggerà il prossimo Consiglio Federale. Il consiglio Federale rimane in carica 4 anni, quest'anno è l'ultimo anno in quanto dopo le Olimpiadi si rinnovano le cariche di tutte le Federazioni. I giorni stabiliti per le elezioni relative alla cariche della Federazione Italiana Pallacanestro sono il 17 e il 18 Dicembre prossimo. In quell'occasione saranno presenti i delegati di tutte le componenti e possono modificare lo statuto. Per il Minibasket la proposta che verrà formulata è di trasformare gli iscritti, che al momento non sono tesserati perché il primo tesseramento inizia dagli Under 13, i tesserati sin dai 5 anni. Varrà per loro la norma che alla fine di ogni anno saranno liberi e quindi possono scegliere un'altra destinazione. Saranno contemplate delle norme che riguarderanno i costi che rimarranno inalterati perché un Centro Minibasket, che attualmente non può tesserare atleti perché non è affiliato alla Federazione Italiana Pallacanestro ossia aderisce alla Federazione ma non è affiliato quindi non può tesserare alcun atleta, dovrà trasformarsi in una società. Il Centro Minibasket per questa trasformazione non sosterrà i costi che si esigono dalle società ma gli stessi costi già fissati per il Minibasket quindi non si genereranno ulteriori spese. Forse cambierà la denominazione, si potrebbe chiamare Scuola Federale piuttosto che Centro Minibasket e comincerà a tesserare bambini dall'età di 5 anni. La sua attività si chiude ad Under 13 rimanendo quella che è e cioè un Centro Minibasket. Sempre questa mattina l'altra novità che abbiamo ipotizzato è che un Centro Minibasket, se svolge attività federale fin dai 5 anni, abbia diritto a votare in occasione delle elezioni. Attualmente godono del diritto al voto soltanto le società, eleggono i loro delegati che a loro volta eleggono i Presidenti Regionali, i consigli regionali e il Consiglio Federale. Il Centro Minibasket non ha mai avuto il diritto al voto, sono in attività ben 2.600 Centri nel territorio ma nessuno di questi ha mai votato. Se una società decide di non avere più un Centro Minibasket può tesserare fin dai 5 anni, significherà che dai 5 anni a tempo indeterminato potrà tesserare ma in sede di votazione avrà diritto ad un solo voto. Se invece una società sceglierà di avere il Centro Minibasket svolgendo attività, Under 12 con il Centro e over 12 come società, avrà diritto a 2 voti. Questo è un piccolo incentivo che verrà somministrato affinché non si disperda il patrimonio del Minibasket e al tempo stesso che non si confonda l'attività del Minibasket con quella dell'attività giovanile per evitare che diventi tutto attività giovanile e senior.

La terza importante decisione è che tutto questo rinnovamento partirà dal Luglio 2018, quindi intercorrono due anni sportivi prima che diventi operativo. Questi due anni transitori serviranno nel frattempo a preparare il terreno alla regolamentazione successiva al tesseramento Minibasket in termini di costi e di modalità in Fip On Line. Due anni di tempo consentiranno un margine notevole per poter predisporre il tutto senza alcuna fretta e che permetterà di decidere di avere o due identità distinte, ovvero la società e il Centro

Minibasket, oppure la sola società che effettua tesseramenti fin dai 5 anni fino all'attività senior.

A dicembre si sceglierà di trasformare le iscrizioni e i tesseramenti annuali. Le modalità probabilmente saranno le stesse degli svincolati, ovvero come attualmente vengono eseguiti per la fascia Under 13 – Under 20 i rinnovi d'autorità, scegliendo i giocatori da confermare e quelli da svincolare. Nell'attività senior gli atleti svincolati alla fine dell'anno sono liberi quindi non sono possibili i rinnovi d'autorità. La stessa modalità riguarderà il Minibasket, ovvero il tesseramento vale un anno fino al 30 Giugno dell'anno successivo, dal 1° Luglio i giocatori e i ragazzi sono liberi, non è applicabile il rinnovo d'autorità del tesseramento.

Chiudo con il mio saluto ed i miei ringraziamenti per l'impegno e l'attenzione profusi in questo Master da parte dei partecipanti.

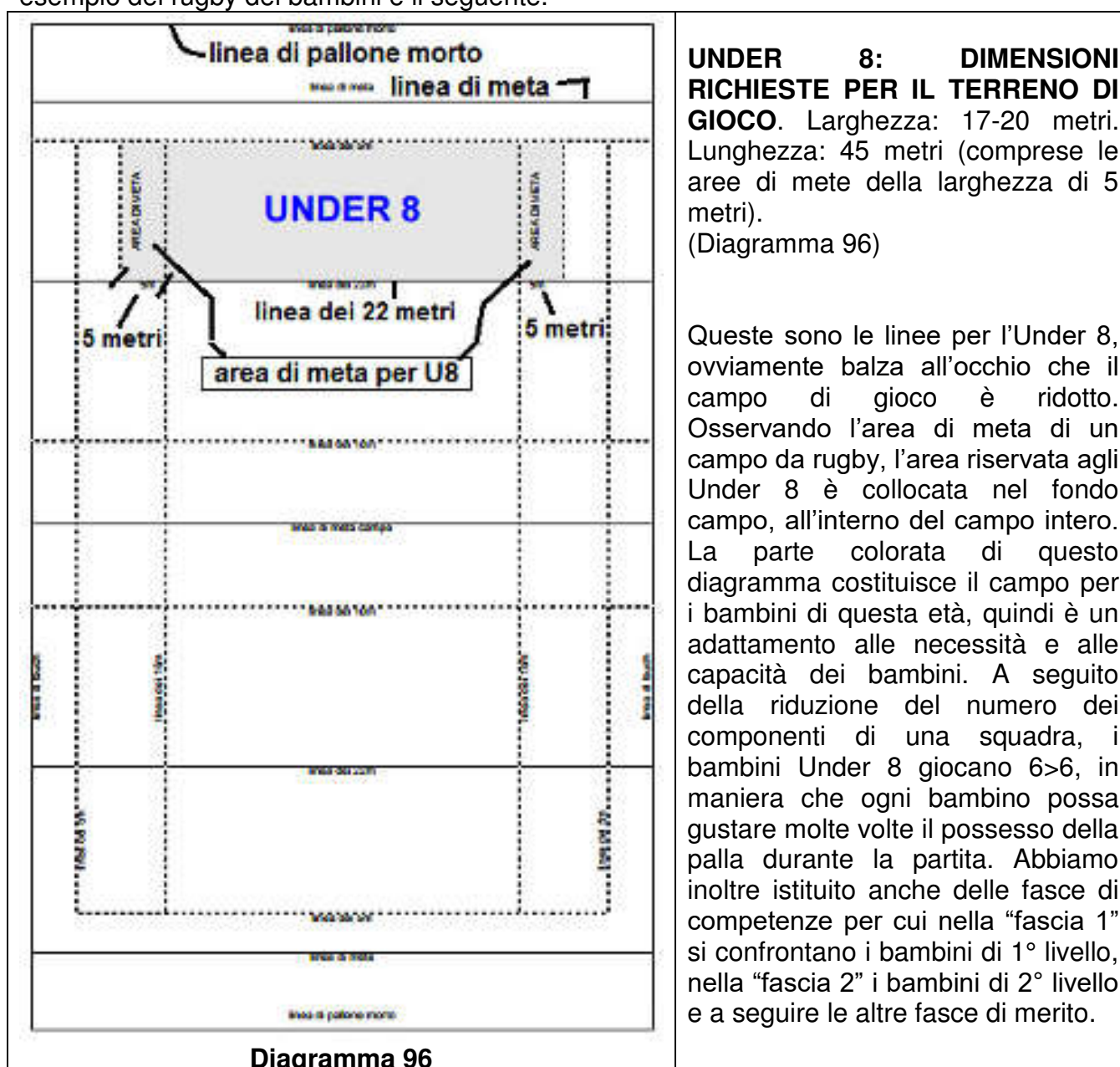
**Domenica 17 Luglio 2016 ore 9,00 – 10,00: Francesco Grosso**

**“Il modello di riferimento culturale per la proposta nella Scuola della FIR”**

L'argomento odierno è mirato ad approfondire la metodologia della Federazione Italiana Rugby per poterla poi confrontare con quella della Federazione Italiana Pallacanestro. Riallacciandoci alla parte pratica di ieri pomeriggio, saranno disposte in ordine tutte le proposte presentate per sottoporle all'analisi e alla riflessione.

- *Proiezione di un video che illustra come i bambini giocano a rugby per capire cos'è il rugby dei bambini.*

L'assistere a partite di rugby di alto livello è ben diverso rispetto al rugby dei bambini. Il nostro problema s'identifica nello sforzo teso a far capire alle famiglie che il rugby dei bambini non è il rugby che si vede in televisione; quest'ultimo è un rugby giocato da atleti professionisti che sono super-atleti per cui emerge un livello d'impatto molto evoluto. Un esempio del rugby dei bambini è il seguente.



Rispetto ad alcuni concetti espressi ieri, fondamentalmente il gioco di questi bambini, che sono dei bambini evoluti Under 8, è un gioco sull'attrezzo, quindi il loro parametro è la palla. I bambini tendono a concentrarsi sulla palla e ad occupare lo spazio, riescono ad avanzare evitando l'opponente come è stato illustrato ieri nelle varie istruzioni di gioco. Quando i bambini non riescono più ad avanzare riciclano la palla e quindi cercano di passarla al compagno.

- Domanda: <<Suddividete i bambini in più campi per fasce?>>.

Dipende dalle circostanze. In determinate situazioni evolute, in cui ad esempio cinque società presentano tre squadre di categoria Under 8, occupiamo tre campi per tre tornei separati e giocano per fasce di competenza. In altre situazioni, in cui magari sia possibile mescolare, la ripartizione non è rigida poiché non vogliamo che i bambini di 1<sup>a</sup> fascia si sopravvalutino e quelli di 3<sup>a</sup> fascia si avviltino. Periodicamente vengono pertanto mescolati ignorando i dissensi dei genitori. L'obiettivo è che ogni bambino possa giocare sempre al suo livello di competenza in maniera che non accada (come è realmente successo in occasione di una partita) che una squadra perde 20-0. La situazione ideale si realizza quando le due squadre arrivano sempre a giocarsela fino alla fine della partita, se ogni bambino entra in possesso di palla molte volte, se si sente confidente, ovvero sufficientemente coinvolto. Se un bambino di 1<sup>a</sup> fascia molto competente viene a trovarsi assieme ad un principiante assoluto che non è capace nemmeno di tenere la palla è inevitabile che il principiante non viene coinvolto e anzi rischia di essere demotivato, disagio che deve assolutamente essere evitato. Il nostro obiettivo è che quel principiante continui a giocare per tutta la vita a rugby, quindi si deve motivarlo, cercare che si diverta e quindi che non abbandoni questo sport.

Per i bimbi si contano solo le mete, ogni meta un punto, non sono previsti altri punti. Gli arbitri ufficiali compaiono dalla categoria Under 14, al di sotto arbitrano gli educatori delle squadre che a turno arbitrano le partite e sono educatori formati attraverso corsi della Federazione.

I bambini possono giocare un tot di minuti fissato a seconda delle categorie, per cui chi disputa 10 partite deve dividere tot minuti per 10, se ne disputa 5, 60 minuti vengono divisi per 5 e si può scegliere se giocare tempo unico o frazionato, la scelta è molto libera. Ci si organizza in modo che, se un bambino viene a un raggruppamento la domenica mattina, giochi almeno un'ora e non di più per una questione di sicurezza. Si valuta, a secondo della fascia di età, che i bambini possano giocare al massimo tot minuti e quindi si adeguano i tempi.

- Domanda: <<Sono gli educatori che si accordano sui tempi?>>.

A questo compito è preposto un direttore di raggruppamento che raduna gli educatori, comunica il numero delle squadre, propone un certo numero di partite secondo determinate modalità. Se tutti sono d'accordo, s'inizia a giocare. Questo è il rugby dei bambini. Ovviamente questi sono Under 8.

- Domanda: <<L'attività per queste età ha una sua denominazione?>>.

Si chiama "Rugby di base". Si chiamerebbe Minirugby, però il tentativo di scarto culturale che abbiamo cercato di attuare è di non chiamarlo Minirugby ma chiamarlo "Rugby di base" perché rientra nell'ottica della Federazione l'intenzione di far capire che non è appropriato il concetto "allenare i bambini", ma allenare è riferito alle persone grandi. **Educare i bambini è una specializzazione** e se si hanno tanti bambini che giocano, un giorno saranno tanti grandi che giocheranno; viceversa se non si hanno bambini che giocano non si avranno adulti che giocheranno oppure si avranno adulti che arrivano al rugby a 18 o 20 anni e quindi



sono persone con le quali, dal punto di vista motorio e tecnico, i margini di progresso sono ridotti e quindi il livello risulterà basso. Attualmente abbiamo l'Amatoriale e dopo la Serie C2, che è il livello-base, ossia è il livello più basso. Abbiamo intere squadre di Serie C2 formate da giocatori di 20, 25 e 30 anni che sono arrivati al rugby a questa età, conseguentemente la qualità del gioco è molto bassa. Se invece in una squadra, che nasce attraverso l'aggregazione di adulti, si riesce individuare alcune persone che dimostrano attitudine e talento per lavorare con i bambini e le bambine e si comincia a costruire un settore di rugby di base, dopo 10 anni si avrà una squadra di adulti con 10 anni di vissuto rugbystico. Negli Under 18, ad esempio, il livello si innalzerà immediatamente e questo rappresenta il nostro obiettivo. Riepilogando: la fascia Under 6 – Under 12 è denominata "Rugby di base", dopodiché inizia il rugby-Juniores che sono Under 14 – 16 e 18 dopodiché segue il rugby seniores. L'Under 14, nel rugby in Italia, molte volte è da considerare ancora rugby di base in quanto ancora molti ragazzi e ragazze, soprattutto ragazzi in questa fase, iniziano a giocare a rugby in 2<sup>a</sup> o 3<sup>a</sup> Media, quindi in fascia Under 14. Ovviamente per questi è determinante il vissuto rugbystico, non l'età anagrafica ma l'età rugbystica per cui con essi si deve ripartire dai principi. Per questi motivi vengono aggregati a gruppi che svolgono una preparazione del rugby di base.

Condividendo alcuni concetti che ho sentito ieri molto spesso citare da Maurizio, da Lucio e da Roberta, l'enunciazione del principio generale, ossia la missione del Formatore nel senso di Educatore-Istruttore che lavora con i principianti e che comunque lavora con persone in formazione, è la seguente:

***“Formare persone e atleti ai massimi livelli sportivi e siano capaci di reagire positivamente e sotto pressione in ogni situazione della vita in campo e fuori”***

### **LA MISSIONE**

**“MISSIONE SPORTIVA / EDUCATIVA**

Questo pensiero è stato ampiamente approfondito anche ieri, laddove per massimi livelli s'intendono quelli raggiungibili da ogni singolo atleta, ossia metterlo in condizione di esprimersi al massimo delle sue potenzialità. Nello specifico, il massimo delle potenzialità va dal campione, che è nato per essere campione e che arriverà ai livelli più elevati, a chi invece arriverà a giocare in Serie C perché così si accontenta e perché questo, sul piano sportivo-rugbystico, è il suo massimo livello. Si deve garantire a queste persone questa missione sportiva-educativa per non illudere nessuno, poi in realtà dietro a questa terminologia si spalanca un mondo nel senso che tutti diventano maestri di vita e così si crea l'equivoco. Tutto questo passa attraverso il rugby, passa attraverso l'attività sportiva, ossia occuparsi di rugby e nello specifico insegnare attività motoria attraverso il gioco del rugby. Così dovrebbe essere, dopodiché se un bambino viene due volte rugby e due volte pratica atletica io lo incoraggio a praticare più sport che può, che si impegni pure nell'atletica, nel basket, nel rugby, il mio strumento però è il rugby. Questo significa che attraverso il rugby io raggiungo questo obiettivo, ovvero i bambini giocano, io li inserisco in una situazione di gioco, li indirizzo verso questo obiettivo. Al tempo stesso, però, non sono il maestro di vita dei bambini, sono una persona che ha degli strumenti e che li fa giocare a rugby e offre loro alcuni insegnamenti. I bambini poi escono dal campo e frequentano altri contesti, nel senso che ciò che noi non vogliamo è avere persone che in campo parlano ai bambini, insegnano la vita parlando. Il significato di questa "mission" recita così: *“Quando tu vieni al campo da*

*rugby ti faccio giocare a rugby, questo è il mio modo di insegnarti, di farti vivere esperienze positive che ti portano verso quel traguardo".* In questo senso mi esprimo a nome di me stesso, non mi sento in grado di insegnare la vita a nessuno! Io posso insegnare a giocare a rugby per quello in cui sono preparato e voglio che il bambino possa vivere un'esperienza positiva attraverso il rugby, questa è la mia missione e nient'altro. Questo, dal mio punto di vista, ha ricadute sulla scuola, ovvero sull'attività scolastica. Siccome il rugby viene vissuto come uno sport di valori che include tutti, chiunque arrivi vogliamo che giochi. Molto spesso, però, alcune famiglie ci consegnano bambini "problematici" e ci chiedono di curare questi bambini. Personalmente ritengo che la nostra risposta è farli giocare a rugby ma non essere obbligati ad occuparci di aspetti che non sono di nostra competenza. La famiglia deve dichiarare se è un bambino "segnalato" che ha un sostegno in modo che si possa lavorare con la persona che lo affianca e che lo sostiene. Noi creiamo un progetto insieme ma io insegno rugby e non altro, altrimenti io mi assumo delle responsabilità che non rientrano nelle mie competenze. In ogni caso chiunque arrivi deve giocare, a scanso di equivoci.

### **Le competenze del Formatore.**

Si articolano in queste quattro aree:

- **Area Personale;**
- **Area Relazionale;**
- **Area Organizzativa;**
- **Area Tecnica.**

Nello specifico:

#### **Area Personale:**

il Formatore, Educatore e Istruttore deve essere:

- Disponibile;
- Coinvolgente;
- Rispettoso;
- Motivato a migliorare.

#### **Area Relazionale:**

il Formatore, Educatore e Istruttore deve avere:

- capacità di comunicazione;
- di sviluppo della personalità dell'allievo;
- della gestione del singolo e della gestione del gruppo.

#### **Area Organizzativa:**

il Formatore, Educatore e Istruttore deve curare;

- la programmazione della seduta di allenamento;
- la programmazione della stagione di allenamento;
- il lavoro per obiettivi;
- la gestione del lavoro in stampa.

## Area Tecnica:

il Formatore, Educatore e Istruttore deve conoscere:

- il Regolamento;
- la metodologia corretta;
- i principi del gioco;
- la relazione tra attacco e difesa.

Riguardo al Regolamento, per esempio, a volte sorgono dei problemi in quanto abbiamo Educatori o Allenatori che prevaricano il Regolamento, che sbraitano a bordo campo contro l'arbitro, non accade sovente da noi ma può succedere, oppure genitori che urlano contro l'arbitro nonostante non conoscano il Regolamento.

Questo è per noi il bagaglio dell'Educatore-Formatore-Istruttore che lavora nel "Rugby di base".

Per restare sul piano pratico, ai nostri corsi concludiamo sempre le sessioni teoriche in cui siamo tutti d'accordo mentre sui campi accade tutto il contrario. Un Educatore adotta un metodo, un altro Educatore, con gli stessi bambini, pur essendo d'accordo sugli stessi principi modulari, adotta il metodo opposto per cui è importante confrontarsi sulla praticità. Ad esempio, un metodo che cerchiamo di oggettivare è il filmarsi a vicenda, ovvero un allenatore-educatore gestisce una parte dell'allenamento e un altro lo filma, poi viceversa, per poi visionare insieme la registrazione. Io mi faccio filmare e a volte e mi accorgo che commetto degli errori inaspettati. Ad esempio, mi accorgo che parlo molto di più di quello di cui mi rendo conto. Personalmente non vorrei perdere troppo tempo nella spiegazione ma limitarmi alle indicazioni essenziali, ai gesti, che loro giochino e indirizzarli con poche indicazioni, invece mi accorgo che parlo di più di quanto mi possa immaginare.

### Quale approccio

- **Stimolare l'iniziativa personale attraverso la responsabilizzazione;**
- **Rinforzare i comportamenti positivi interni ed esterni al gruppo;**
- **Educare al rispetto delle regole e non solo di gioco;**
- **Seguire tutti, non solo i più dotati.**

Da un punto di vista pedagogico questo è il quadro degli obiettivi che io vorrei, come educatore e insegnante, riuscire a realizzare. Fra tutti questi traguardi vorrei sottolineare **il rinforzo dei comportamenti positivi**, senza sottrarre importanza agli altri. Non so nel Minibasket ma il problema che emerge nelle nostre riunioni tra tecnici si manifesta in numerose osservazioni negative. E' opinione corale che non funziona niente, io invece sono dell'idea di analizzare gli aspetti funzionanti che oggettivamente non sono pochi e di compiacersene, dopodiché si dovrebbe studiare come individuare i possibili miglioramenti. Lo stesso modello, a mio avviso, sarebbe da applicare con i bambini, ovvero ritengo importante gratificarli anche se riuscissero soltanto in piccola parte nel compito ad essi assegnato. Attraverso il rinforzo positivo si devono poi stimolare i bambini ad alzare progressivamente l'asticella, anche se occorre riconoscere che diversi hanno bisogno di troppi rinforzi positivi. Non si può però non ammettere che nel nostro ambiente permane

ancora questa pessima abitudine a porre in risalto i lati negativi. Sono dell'idea che se un bambino, in una situazione di gioco, non esegue ciò che io gli chiedo molto probabilmente la responsabilità è mia perché pretendo ciò che non è in grado di svolgere. A questo proposito si entra nella sfera delle fasi sensibili, ovvero per ogni età quali possono essere le capacità di un bambino da un punto di vista motorio e cognitivo e quali gesti e movimenti non è in grado di eseguire. Far correre i bambini di 8 anni lungo il perimetro di un campo non ha alcun senso da un punto di vista funzionale, quindi si devono modificare le proposte e adattarle alle capacità dei bambini.

Da un punto di vista metodologico non si deve insegnare ma **si deve far apprendere** e a questo punto entriamo nella sfera del cognitivo che abbiamo affrontato ieri e quindi adeguarsi al livello del bambino. Non insegnare ma far apprendere significa appunto che, attraverso il gioco, si devono produrre degli aggiustamenti che indirizzano i bambini verso una direzione da me studiata e voluta. In questo modo non si insegna, ma corrisponde a far provare un'esperienza attraverso la quale, essendo persone intelligenti, essi imparano. Mi rimane così da far osservare che hanno imparato e che sono riusciti ad eseguire quanto richiesto. Questa modalità, moltiplicata in diverse ramificazioni, produce, attraverso l'esperienza motoria, le competenze. Adeguarsi al livello del bambino significa pertanto fargli scoprire il gioco attraverso le sue abilità.

#### Da evitare:

- **urlare sempre ed essere autoritari;**
- **offendere la persona, cioè il focus punta sul comportamento e non sulla persona;**
- **esaltare o demonizzare le vittorie e le sconfitte, il focus punta sulla prestazione e non sul risultato soprattutto a livelli di Rugby di base.**

I bambini e le bambine nel Rugby di base, a mio avviso, devono vincere tanto ma perdere tanto, è una continua altalena. **Non è positivo perdere sempre per un aspetto di autostima, di crescita etc. ma non è nemmeno utile vincere sempre perché prima o poi incontreranno sempre gli avversari più forti e l'impatto potrebbe risultare sconvolgente da un punto di vista psicologico.**

## IL RUGBY

Il quadro del Rugby è: **gioco di squadra, di movimento, di situazione, di combattimento, è caratterizzato da avversari in opposizione, dalla continua relazione attacco-difesa, dalla cooperazione tra i compagni.** Ottemperare al compito significa costruire delle situazioni di allenamento che contengono questi elementi. In riferimento all'opposizione dell'avversario, premetto che i nostri bambini italiani generalmente dedicano poco tempo allo sport per cui molto spesso un'ora e mezza di allenamento si rende necessaria per colmare questa lacuna. Nel rugby una squadra Under 8 si allena due volte alla settimana a un'ora e mezza ad allenamento; in Under 12 cominciano ad allenarsi tre volte alla settimana, difficilmente in Under 10. Vengono poi organizzati periodici raggruppamenti che possono essere cadenzati o ogni settimana o ogni due settimane, quindi 3 ore alla settimana più un raggruppamento che è un'altra ora, 4 ore alla settimana è tutta l'attività motoria nella quale alcuni bambini e bambine sono impegnati. Queste 4 ore devono ovviamente essere ottimizzate, ovvero i bambini devono essere possibilmente coinvolti nel movimento per tutto questo tempo. Nell'ambito di queste 4 ore si deve cercare di inserire le caratteristiche del

gioco in particolare la presenza dell'“opponente”, cioè dell'avversario. Le situazioni che caratterizzano gli esercizi devono presentare la componente dell'opposizione. La “croce”, per quanto non sembra, è un gioco in opposizione in quanto più persone incrociano la propria linea di corsa e quindi ciascuno è costretto ad assumere un determinato atteggiamento. Far eseguire passaggi a vuoto in forma statica non ha alcuna funzionalità poiché i bambini non sono immersi in una situazione reale di gioco.

La relazione attacco-difesa: nel rugby, come nel basket, si adotta il gergo “transizione attacco-difesa”, i principi sono fondamentalmente gli stessi. Nel rugby si cerca di omettere il termine “difesa” ma si preferisce il linguaggio “**attacco al possesso avversario**”, ossia attaccare la palla in quanto lo scopo primario del rugby é andare in meta.

- *Proiezione della slide riportante le regole e i principi fondamentali del rugby:*

**Il rugby é andare in meta**, l'ambizione di chi ha la palla é andare in meta; se la palla è in possesso dell'avversario l'obiettivo unico è volere la sua palla per andare in meta. Il metodo più sbrigativo per sottrarre la palla all'avversario è metterlo a terra perché in questa condizione deve liberarsi del pallone. Mettere a terra l'avversario, strappargli il pallone e andare in meta significa finalizzare la transizione attacco-difesa. Questo concetto non si riconosce nella difesa ma nell'attacco al possesso di palla dell'avversario che trasforma il giocatore da un difensore che aspetta passivamente l'avversario con palla in un autentico attaccante che avanza verso lo stesso avversario, lo mette a terra, gli strappa la palla e si lancia verso la meta. Questo genere di atteggiamento produce indubbiamente un cambio di approccio.

**Cooperazione tra compagni**: è un altro dei grandi valori del rugby, infatti il rugby è cooperazione e questo è un altro importante concetto che cerchiamo di inculcare nei nostri Educatori.

Prima di passare per la cooperazione ripassare per l'egocentrismo, si deve cioè passare per la voglia di protagonismo di un bambino e di una bambina. Se si vuole andare in meta avendo il possesso di palla occorre approfondire tutti gli sforzi possibili per andare in meta. Il proprio compagno o la propria compagna funge da rinforzo, si avvicina per aiutare a raggiungere l'obiettivo di andare in meta. Questo “sostegno” significa che anche il compagno vuole dimostrarsi protagonista, un giocatore sta avanzando, lo bloccano, il compagno corre per aiutarlo, perché? Perché anch'egli vuole la palla per andare personalmente in meta.

Trascorsa questa fase in cui tutti si sentono protagonisti sull'attrezzo con la voglia di giocare, di perseguire un obiettivo, si comincia a costruire la cooperazione che significa anche far imparare a gestirsi nello spazio. Per quel che mi riguarda personalmente, a rugby ho giocato per tanti anni e ho avuto più avversari che compagni, logicamente, perché i compagni sono 25-30 mentre di avversari se ne incontrano altrettanti ad ogni partita. Ancora adesso mi ritrovo ogni 10 anni con persone contro cui ho giocato condividendo un'esperienza molto forte insieme per cui ci si riconosce, si è amici, ci si riunisce attorno ad un banco o a un tavolo. Questo senso di cooperazione e di appartenenza è reale, però se non si attraversa la voglia di protagonismo i bambini passeranno la palla in maniera inefficace, ma il rugby è andare in meta. Perché passare la palla prima di provare ad andare in meta? Risposta: “*Perché l'allenatore mi ha detto che dobbiamo giocare tutti insieme e siamo tutti amici*”. No! Questo non è rugby, il rugby è prendere la palla e segnare la meta e soltanto lungo questa traccia si produce poi la necessità di avere dei compagni che aiutano a raggiungere l'obiettivo.

## QUALITA' RICHIESTE DAL RUGBY

- **Velocità di esecuzione;**
- **Adattamento;**
- **Accelerazioni e decelerazioni;**
- **Forza;**
- **Resistenza;**
- **Puntualità e precisione.**

In sintesi: **alta intensità.**

Con dei bambini che giocano 4 ore alla settimana tutte le proposte operative devono sottostare ad un regime di alta intensità altrimenti essi non si allenano al vero gioco del rugby. Il principio dell'intensità ha caratterizzato le proposte presentate ieri in palestra, ovvero lavorare anche per un tempo ridotto ma in forma molto intensa. Se dopo 60' i bambini non hanno più energie da spendere non ha importanza, l'allenamento non deve durare di più, si propone una parte tecnica senza trattenerli in campo un'ora e mezza o un'ora e tre quarti a vuoto.

- Domanda: <<Se capita un bambino dal punto di vista fisico più prestante degli altri e si rende la necessità di confrontarlo con chi è al suo stesso livello, lo spostate nella categoria superiore?>>.

Dipende da situazione a situazione: un bambino che è forte in un determinato momento, è molto competente da un punto di vista motorio oppure con palla in mano, siccome è il più pesante, quando corre gli altri non riescono a fermarlo, si deve metterlo in condizione di trovarsi in difficoltà. Ad esempio, se io lancio la palla con due squadre contrapposte di bambini e schierate sul campo, per ciascuna una linea di meta, il lancio del gioco avviene in maniera che la palla non arrivi al bambino precoce direttamente, oppure imprimo una parabola in maniera che il bambino precoce debba aspettare per ricevere la palla e intanto si allinea la difesa. Quando il bambino precoce riceve la palla ha già due bambini incollati addosso e se non è sufficiente io stesso trattengo questo bambino per la maglietta. Questi accorgimenti sono tutti compresi nel gioco ma con particolare attenzione affinché il bambino precoce si venga sempre a trovare in una situazione di svantaggio. Se quando lo trattengo per la maglietta, oppure lancio la palla ma per sbaglio sono davanti chiedo scusa e intanto gli altri vanno e lo prendono. Se il bambino precoce si accorge di questo espediente e protesta gli rispondo che è troppo forte e quindi si deve cercare di far giocare anche gli altri, così non si sente penalizzato ma "complice".

Mi rendo conto che, eccetto situazioni veramente estreme, molto spesso è sufficiente mettere i bambini nelle situazioni giuste per cui se il bambino precoce è troppo forte si lavora sulla difesa in modo che l'obiettivo è il bambino precoce. In questo momento è il più forte di tutti, tutti gli altri lo devono mettere per terra! In che modo? Lavorando per far crescere il livello della difesa.

Nel rugby possiamo adottare determinati accorgimenti per cui, ogni volta che lancio il gioco e utilizzo il bambino precoce nel lancio del gioco, lo stesso bambino deve trovarsi in una situazione di difficoltà. Ad esempio, invece che consegnargli la palla la faccio rotolare a terra, egli deve rincorrere la palla, chinarsi, intanto io conduco gli altri con l'ordine di appendersi a quel bambino.

Non spostiamo il bambino precoce con i più grandi ma elaboriamo progetti in continuità per cui l'ultimo mese coloro che passeranno di categoria si allenano con la categoria superiore,



con l'allenatore nuovo. Preferiamo attendere perché se il bambino precoce Under 8 viene inserito nell'Under 10 si crea un "bambino-prodigio", quindi si rischia di avere un bambino che si sopravvaluta e gli altri invece si avviliscono. Non è questo il vero obiettivo, il bambino precoce che va per terra non costituisce un problema, è sempre un bambino anche perché molto spesso la tipologia del bambino precoce molto grosso solitamente è vincente, ovvero palla in mano avanza, ma in difesa ha difficoltà per cui viene battuto da tutte le parti. Lavorare pertanto su queste situazioni di equilibrio anche perché molto spesso il bambino precoce, se al momento è fisicamente importante, dopo due anni non sarà il più grande di tutti. La mia abilità sta nell'ottenere che tutti lavorino e acquisiscano competenze perché quando il bambino precoce si troverà a non essere ancora il più grande di tutti ma nella media con gli altri deve avere le competenze per essere efficace nella situazione pro-tempore. Il bambino che era precoce non prenderà più la palla e andrà dritto, però gli è stato insegnato che il rugby è avvitamento per andare verso la meta, gli sono state fornite delle competenze per cui egli continua a giocare con il piacere di divertirsi. Nel rugby ne abbiamo tanti che in passato hanno smesso l'attività perché erano devastanti fino a una certa età ma poi gli altri sono cresciuti per cui non riuscivano ad eccellere come negli anni precedenti.

Questo è lavoro dell'Educatore perché se si punta soltanto a vincere ad Under 8 basta ordinare ai propri bambini di passare la palla al bambino precoce che eccelle e con questo sistema si vincono tutte o quasi tutte le partite in Under 8, ma a cosa serve? Certamente così non si lavora correttamente in ottica futura.

### **Obiettivo del rugby per battere l'avversario in attacco e in difesa.**

Sussiste una continua interrelazione tra l'attacco e la difesa, in attacco avanzare velocemente per fare meta, continuare ad avanzare più velocemente attraverso il sostegno; in difesa avanzare per non subire la meta, impossessarsi del pallone, continuare ad avanzare velocemente per fare meta a propria volta e si torna appunto a questa continua interrelazione attacco-difesa.

### **Regole e Principi Fondamentali**

Quella che definiamo l'essenza del rugby si riassume in quattro regole, quattro principi fondamentali. Sostanzialmente le regole fondamentali sono:

- **la meta**, cioè segnare. La prima regola fondamentale per il rugby è segnare la meta. A questo proposito merita citazione il caso di Jonah Lomu, rugbysta famosissimo che giocava nella prima metà degli anni '90 ed era un rugby molto diverso da quello attuale, allora non era ancora a livello professionistico, stava iniziando ad esserlo. Esplose questo giocatore neozelandese che giocava con gli All Blacks, alto intorno ai due metri, pesava 119 kg e nei 100 metri impiegava 11" netti, una vera e propria macchina da guerra già all'età di 19 anni in un rugby ai massimi livelli mondiali. Questo formidabile giocatore, ogni volta che prendeva la palla, camminava sopra 4 avversari e andava in meta, era al massimo livello del rugby mondiale. Siccome il rugby è fare la meta, se un giocatore va in meta camminando sulle mani non si può contestarlo, ha sempre ragione perché il rugby è segnare la meta. Siccome il rugby è segnare la meta e questo giocatore segnava la meta tutte le volte che si trovava nella situazione di 1>1 o di 2>1, gli All Blacks, ossia la massima espressione del rugby mondiale, cambiarono il loro sistema di gioco in modo che la palla arrivasse a Jonah Lomu per metterlo nelle condizioni di giocare 1>1 e realizzare sempre meta. Per proporre un paragone è come se nel basket si finalizasse il gioco per Danilo Gallinari, che ogni volta che ha la palla segna e siccome il basket è realizzare canestro la palla va passata sempre a Danilo Gallinari. Il rugby è così, sto estremizzando i concetti ma chi va in meta ha sempre

ragione. Gli anglosassoni sono micidiali su questo principio, la prima informazione che chiedono è quante mete un giocatore ha segnato perché chi segna più mete in una partita è il miglior giocatore di quella partita, perché “il ritornello” del rugby è sempre andare in meta.

Questa estremizzazione dei concetti è soltanto per far capire che il principio fondamentale è prendere la palla, andare verso la linea di meta e appoggiarla lì, questo è il rugby.

- **Il placcaggio tenuto.** Che cosa è il placcaggio? Un'azione che consente di poter fermare fisicamente l'attaccante con palla e metterlo a terra. Quando è a terra deve mollare la palla, il che significa che il possesso della palla viene rimesso in discussione e è il modo più semplice per avere la palla e poter andare in meta.

Anche il seguente messaggio è un cambio di approccio che stiamo cercando di far passare: *“Non si placca perché è bello placcare o è coreografico placcare. Placcare è la mossa migliore che si possa eseguire”* per due ordini di ragione:

- 1 – perché si può fermare l'avversario che sta andando verso la meta;
- 2 – perché quando l'avversario è a terra si può prendere il suo pallone e tornare ad attaccare.

- Domanda: <<Contro un avversario particolarmente pericoloso, adottate la difesa a zona?>>.

Dipende da situazione a situazione in partita, però in un rugby evoluto che è ben diverso da quello dei bambini. Analizzando ad esempio le situazioni statiche come la mischia, nel caso di 8>8 che si oppongono, da mischia si hanno 8 giocatori che sono sempre gli stessi, coinvolti nella mischia contro 8 coinvolti nella mischia. Lo sviluppo dei ruoli, poi, è sempre lo stesso, è definito e va dall'1 al 15, contempla una posizione nel campo che è standard. Ogni giocatore può scegliere di marcare a uomo il suo opponente diretto oppure si può scegliere di adottare una difesa a scivolare, quindi si scivola in maniera da pareggiare al largo. Si adotta una serie di concetti, si può difendere “rovesciato” invece che “salire nella linea”, il primo comanda la difesa e gli altri si adeguano, è il terzo che comanda per cui si sale rovesciati in modo da creare un imbuto per far intrappolare l'opponente nella rete della difesa. Tutti questi principi sono codificati per cui sono applicabili in un continuo adattamento, però è contemplata sia la difesa a uomo che la difesa a zona.

- Domanda: <<E' consentita sempre la difesa a zona oppure soltanto a partire da una certa età?>>.

Io non insegno la difesa a zona fino all'Under 14. Si potrebbe anche con i bambini difendere a zona ma non ha alcun senso logico. Ai bambini interessa la palla, mettono per terra l'avversario per conquistare la palla, poi gradualmente si comincia a ragionare sul fatto che se un avversario riceve la palla chi difende gli si posiziona frontalmente. Si arriva a questo punto fino all'Under 12, poi si comincia ad evolvere l'insegnamento della difesa.

- **Il fuorigioco.** E' una regola complessa però con i bambini, fino all'Under 8, il fuorigioco sostanzialmente è: *“Se chi ha la palla deve andare in meta e il suo compagno si trova avanti non può chiedere la palla perché in questo caso si configurerebbe come passaggio in avanti”*. Il compagno deve sapere che deve farsi trovare dietro o in linea con il compagno che ha la palla, la linea passante per i suoi piedi, per la palla. Questo è

il primo concetto di fuori gioco, il compagno più avanti è in fuori gioco, non gliela si può passare, dietro è in gioco, il che si collega con la regola del “**passaggio non in avanti**”. Su Regolamento non sta scritto “passaggio indietro” ma “**passaggio non in avanti**”. Nel rugby, se si riesce ad andare in meta non si passa la palla, ma se serve passare il passaggio ideale è il passaggio in linea perché meno millimetri si perdono dalla palla alla linea di meta. Se chi ha la palla arriva ad un certo punto e la passa in avanti è tutta fatica sprecata, quindi è necessario che il sostegno venga a prendersi la palla all'altezza, secondo il nostro gergo tecnico, quindi “**passaggio non in avanti**”.

I principi associati alle regole sono:

- **avanzare**, chi ha la palla in mano ha un focus e vuole avanzare;
- **pressare**, che significa quando non si ha la palla in mano si ha quel focus, quindi si va avanti verso chi ha la palla e si vuole la palla dell'avversario;
- **sostenere**, significa, se l'attaccante sta andando in meta, volere la palla e quindi andare in sostegno;
- **continuare**, attraverso il sostegno si vede che il compagno non può più avanzare, passare la palla e chi la riceve continua il gioco.
- Domanda: <<Se il compagno è davanti e non gli si passa la palla, l'arbitro non fischia il fuorigioco, giusto?>>.

L'arbitro fischia se avviene il passaggio in avanti.

- Domanda: <<Il placcaggio può essere eseguito da un giocatore o anche da più giocatori?>>

Possono anche placcare in quattro, il problema è che se l'attaccante ha 4 difensori che gli avanzano contro basta che passi subito e la difesa si trova spiazzata. Per questo motivo si tende, anche ad altissimo livello, a lavorare sul raddoppio del placcaggio in certe situazioni. Ultimamente si è infatti evoluta una tale abilità per cui un difensore va basso e blocca l'avanzamento, l'altro va alto e blocca il passaggio in maniera che non si determini il riciclo della palla, comunque non è necessario insegnarlo ai bambini, i bambini vanno sull'1>1.

- Domanda: <<Quando viene decretato un fallo?>>.

Per quanto riguarda il fallo sul placcaggio, quest'ultimo non deve esser portato sopra la linea delle spalle e su questo particolare viene dedicata un'attenzione speciale, quindi il placcaggio al collo, ad esempio, non è ammesso. Afferrare l'avversario dalle spalle in giù è ammesso. Il placcaggio deve essere chiuso, ovvero senza colpire. Il difensore deve dimostrare sempre che chiude il placcaggio e nel momento in cui placca un avversario deve esser garante della sicurezza di quell'avversario. Ad esempio, l'attaccante avanza, il difensore lo chiude correttamente, se lo alza e lo rovescia con la testa a terra subisce in questo caso il cartellino rosso. Nel momento in cui il difensore abbraccia l'attaccante nel contempo deve garantire la sicurezza all'attaccante stesso. Sembra paradossale perché il rugby è uno sport di forza ma viene riservata un'attenzione scrupolosa a queste situazioni. Se si porta a terra l'avversario è regolare; se però lo si solleva e si perpetra all'avversario un'azione pericolosa soprattutto relativa alla testa, al collo, alla colonna vertebrale, viene decretata l'espulsione dal campo e successivamente viene anche comminata una squalifica.

- *Domanda: <<Inquadrando come focus sempre i bambini in riferimento alla partita sul campo ridotto, ho notato che la differenza tra Rugby di base e Minibasket risiede negli attrezzi. Nel Minibasket il canestro è più basso, la palla è più leggera (come nel Rugby di base, del resto) però nel campo dei bambini mancano gli attrezzi tra cui i pali. Come gestite la richiesta del calcio piazzato? I bambini vedono le partite dei grandi ove è contemplato il calcio piazzato tra i pali, da paragonare al nostro tiro da tre che non esiste nel Minibasket ma comunque l'attrazione del tiro da tre è sentita perché stimola forti emozioni.>>.*

In verità non abbiamo questo tipo di richiesta, nessun bambino chiede di provare a giocare con i pali. Se lo chiedessero li inviteremmo ad aspettare di arrivare agli Under 14. Una proposta che noi cerchiamo di promuovere è quando i bambini arrivano all'allenamento in anticipo, possono trovare gli attrezzi in campo e tra questi 20 palloni con i quali, in campo, calciare, eseguire passaggi, creare gioco spontaneo che è una componente che purtroppo latita nei bambini di questi nostri tempi. Molti bambini s'ingegnano a calciare verso i pali, molti sbagliano perché per la loro età ovviamente i pali sono troppo alti. Una mia idea consiste nel costruire delle porte più piccole con dei tubi, tenute sempre a portata di mano, così cominciano ad abituarsi però ho notato che non sono interessati perché loro vogliono i pali come i grandi. Non ho però mai avuto questa richiesta da parte dei bambini di voler giocare con i pali. Se così fosse risponderci di aspettare di arrivare agli Under 14.

- *Domanda: <<Mi ha stuzzicato il ragionamento riferito al bambino che si distingue su tutti gli altri e spesso precoce. Apro una parentesi: nel basket di vertice è frequente una caratteristica particolare, ovvero i figli dei giocatori di alto livello, che magari hanno giocato anche in Nazionale. Anche nel rugby? Come viene gestita questa situazione? Nel nostro gioco sono rari gli Istruttori che rinunciano a far giocare il ragazzino molto dotato e abile nel campionato di categoria superiore>>.*

Riguardo i figli di giocatori, due ordini di considerazioni:

- A) Il rugby sta crescendo perché finalmente hanno smesso di far giocare i figli degli ex rugbyisti. Essendo diventato uno sport in cui tutti giocano e non solo i cosiddetti "figli d'arte", molto spesso accade che certi padri rugbyisti portano i figli ai quali il rugby non piace e desidererebbero praticare un altro sport mentre questi stessi padri vogliono imporre loro di giocare a rugby. In questi casi il compito dell'Educatore è di convincere questo padre che in questa fase, considerando che suo figlio non vuole giocare a rugby, è opportuno concedergli la possibilità di scegliere uno sport per il quale si sente al momento più trasportato. Questo è un problema che nel rugby non risulta facile da gestire.
- B) La nota positiva è un "dato culturale". Recentemente abbiamo elaborato alcune schede di valutazione su un certo numero di bambini e abbiamo rilevato che i bambini che hanno un back-ground rugbyistico importante, ovvero figli di ex giocatori importanti, vivono questa situazione con estrema serenità nel senso che il padre concede di scegliere tra giocare a rugby o praticare un altro sport. Questi stessi figli, se scelgono il rugby, hanno una valutazione altissima, competenze e motivazioni rilevanti per cui emerge un dato culturale che è importante.

- Domanda: <<Come si muovono i bambini quando entrano in campo prima dell'inizio dell'allenamento?>>.

Si muovono liberamente con la palla fra le mani a condizione di rispettare determinate regole. Solitamente si passano la palla, se la calciano la rincorrono, litigano, qualcuno si azzuffa, si buttano per terra, ovvero un gioco del tutto spensierato. Mi è capitato una volta (e vorrei che accadesse sempre) di arrivare in un campo con un quarto d'ora in anticipo e di trovare dei bambini Under 10 auto-organizzati che giocavano a rugby senza l'Educatore, si arbitravano, era uno spettacolo veramente piacevole. A mio avviso la componente che manca ai nostri bambini è proprio quella di organizzarsi in autonomia e soprattutto in maniera spontanea anche risolvendo autonomamente determinate dinamiche di rapporti all'interno del gruppo. La fase iniziale è pertanto destrutturata e quando decido s'inizia l'allenamento.

- Domanda: <<Questa fase destrutturata è compresa nei sessanta minuti?>>.

No. Se un bambino arriva in anticipo al campo non posso negargli di partecipare e neanche proibirgli di toccare i palloni. Il bambino che arriva in anticipo al campo è un bambino motivato, devo consegnargli il pallone e farlo giocare a rugby, devo premiare questa volontà di esser arrivato per primo.

Di solito il rugby di base si allena tutto nella stessa fascia, gestito da tot educatori per ogni fascia di età e occorre tener presente che, diversamente dal basket, noi abbiamo più spazio sul campo. Se occupano lo spazio 10x10 non costituisce un problema, posso continuare con altri esercizi. In palestra è molto diverso.

- Domanda: <<Come vengono strutturati la formazione e l'aggiornamento degli educatori? Esistono due tessere diverse tra Istruttori di rugby di base e allenatori?>>.

E' stato definito che si può circoscrivere, ad esempio, la propria formazione a "Specialista del rugby di base" ed è un brevetto permanente, che deve esser tenuto vivo con aggiornamenti costanti ma può cristallizzarsi a questo livello. Questo brevetto può esser conseguito con il "Corso 1" che è l'ex corso CAS, composto da 16 ore di lezioni, in un fine settimana o due sabati. Espletato il "Corso 1" si può partecipare al "Corso 2", che invece si articola in 3 giorni di corso residenziale. Alla conclusione di questi corsi si può ottenere un brevetto permanente ed è molto meno impegnativo dei corsi Istruttori Minibasket perché il rugby è arrivato in un secondo tempo al concetto che per allenare è imprescindibile la formazione.

- Domanda: <<Non è contemplato pertanto l'obbligo dell'aggiornamento periodico?>>.

L'aggiornamento periodico è obbligatorio per chi ha conseguito il brevetto del "Corso 2" nell'ordine di almeno uno all'anno, dopodiché si può partecipare al "Corso 3" per acquisire il 1° livello. Per arrivare al 1° livello si comincia ad innescare un meccanismo di acquisizione di crediti. Dal "Corso 2" si deve cominciare ad acquisire crediti oppure avvalersi di un tutor che deve essere un tecnico qualificato o recarsi ad osservare allenamenti in situazioni qualificate o partecipando a determinati eventi. Per ciascuna di queste fasce si maturano dei crediti e se si raggiungono 20 crediti è possibile procedere con la formazione fino ad acquisire il livello 1° che abilita ad allenare tutto il settore Juniores, la Serie C maschile fino alla Serie A femminile. Emerge ancora questa discrepanza tra maschile e femminile e mano a mano che cresce il femminile verrà risolta. Il 4° livello è il brevetto federale a invito ed è il livello più alto. Noi ancora adesso ci battiamo per l'idea che per allenare i bambini si deve partecipare ad un corso e si devono acquisire almeno alcune competenze di base. E' ovvio che 16 ore per un corso sono largamente insufficienti, un corso dovrebbe durare molto di più però nel nostro

sport cominciare a far passare questa idea è già una rivoluzione culturale. Fino a poco tempo fa il nostro corso CAS era strutturato in appena 4 ore ma siamo anche costretti a non esser troppo rigidi. Poiché il rugby sta aumentando a ritmi esponenziali il suo numero di praticanti, raddoppiati dal 2005 al 2015 passando da 50.000 a 100.000, prevalentemente rugby di base, se gli adulti che gestiscono i bambini in campo scarseggiano, di conseguenza si perdono i bambini. Lo sforzo è pertanto mirato a un lavoro di equilibrio per far crescere, insieme con il numero dei tesserati, anche il numero degli Educatori qualificati.

- Domanda: <<Il nuovo Regolamento del rugby: una buona medicina per la nostra eccellenza "On rugby">>.

"On rugby" è un blog di notizie per cui quando si esce da un Regolamento lo si trova sul sito della Feder-rugby ed è ripreso dai vari siti di news, praticamente è un sito dedicato al rugby.

- Domanda: <<"Rugby tots": in cosa consiste?>>.

"Rugby tots" è un'iniziativa di origine britannica ed è specializzata nel rugby per la scuola d'infanzia. Consiste in tutta una serie di esercitazioni, di progressioni didattiche con relativi materiali didattici che è stata messa a punto da un imprenditore che ha creato il marchio "Rugby tots". E' una franchigia, è un franchising attraverso il quale si può acquistare la possibilità di essere "Rugby tots", ovvero si paga "tot" mila euro, a fronte di questa spesa viene servito un corso di formazione e viene consegnato del materiale per poi poter vendere i propri servizi sul territorio. Questa scoperta sta riscuotendo un notevole successo nel senso che molte scuole d'infanzia pagano per avere a disposizione Educatori che insegnano "Rugby tots".

Per chi si occupa di promozione e sviluppo, più personale specializzato riesce a reclutare sul territorio, persone che vivono di rugby, più è tutto di guadagnato perché sono persone che si formano, lavorano con continuità e quindi costituiscono una forza aggiunta. Per "Rugby tots" stiamo valutando perché in realtà in Italia non è consentito usare il nome dello sport senza l'autorizzazione della Federazione, cioè non si può utilizzare il termine rugby senza l'autorizzazione da parte della Federazione Italiana Rugby. La valutazione è in corso, saranno da analizzare i suoi sviluppi. I contenuti e la metodologia sono le stesse, così come i giochi, limitatamente a ciò che ho visto perché poi per capire le proposte di "Rugby tots" si deve frequentare un corso di "Rugby tots" o recarsi ad osservare i loro interventi. Personalmente non ho ancora approfondito in tal senso ma da quanto mi è stato riportato sostanzialmente ricalca la nostra metodologia, gli attrezzi sono sostanzialmente gli stessi con l'aggiunta di palloni piccoli o in gommapiuma. Essenzialmente è un'iniziativa commerciale meritoria in quanto sta realmente producendo sia buoni effetti che buoni risultati.

- Domanda: <<Dopo aver assistito alla lezione di ieri, quali idee attingeresti dal nostro Minibasket?>>.

Tutte le proposte presentate mi hanno affascinato. Ieri ho chiesto a Lucio il significato dei "giochi di potere" che personalmente non conoscevo. Sono rimasto colpito della scelta di porre un bambino nella situazione di come far partire il gioco attraverso una certa dinamica. È una scoperta molto interessante e intelligente, devo ora studiare come tradurla nel format del rugby. Per una fase di attivazione preferisco avvalermi delle linee del campo senza l'uso degli attrezzi. Esempio: camminare sulle linee, al mio segnale i bambini si fermano, oppure si fermano su un piede, esempio il piede destro e colgo l'occasione per chiedere qual è il piede destro. In questo frangente sale alla ribalta l'aspetto cognitivo. Poi riprendere, terminare solo sulle linee bianche oppure su quelle di un altro colore ed anche in questo caso subentra il cognitivo (linee bianche e colorate, distinguere gli altri colori ed il loro



significato). Sono idee che anch'io presento ma senza la contestualizzazione che ha proposto Roberta, che è molto interessante, soprattutto quella dell'affabulazione. Sicuramente alla base di questo tipo di attività occorre il supporto di una certa vocazione, cioè il fatto di giocare con i bambini in questo modo. Le mie proposte sono caratterizzate senza il contesto specifico che creava Roberta, che è veramente molto interessante così come tutti i giochi in cui quando l'attivatore supera una determinata linea il gioco parte. Tutti questi accorgimenti, che rientrano nell'area della responsabilizzazione, dell'adattamento e dell'osservazione, sono molto efficaci, quindi ho scoperto tantissimi punti di contatto. La mia indole è spiccatamente votata al gioco, come un bambino che può disporre di un pallone dopo pochi attimi ho bisogno di toccare quel pallone, di tirare, di giocare, questa è la mia ispirazione di Educatore. Ritengo infatti che ogni Educatore debba rapportarsi con la propria indole e se devo lavorare per 5 ore consecutive a scuola con i bambini, al termine di quelle 5 ore non devo uscire sfinito, devo uscire contento e soddisfatto. Negli anni ho messo a punto una serie di situazioni che mi assicurano che non sto forzando me stesso ma rimango me stesso offrendo ai bambini proposte che ritengo molto valide per farli divertire. Il mio intento è di far loro vivere un'esperienza interessante ma senza costringermi ad insegnare ciò di cui non sono capace o per cui non mi sento a mio agio.

Parimenti non riesco a presentare per due ore le stesse proposte, anche se, ad esempio, ho tre classi seconde consecutivamente. Propongo una sequenza di esercizi la prima ora, la seconda non riesco a presentare gli stessi altrimenti mi annoio e i bambini devono percepire che io mi diverto con loro e non che la noia abbia il sopravvento. Se io non mi diverto, neanche i bambini si divertono. È evidente che deve essere sempre chiarissimo il rapporto impostato su "*Voi siete i bambini, io sono l'Educatore*" ma non è necessario farglielo pesare, bastano due sguardi perché se i bambini ascoltano ed eseguono fedelmente si divertono all'inverosimile. Per i primi cinque minuti vengono presentate tre proposte che mettono in ordine la progressione per cui se i bambini seguono, si divertono. I bambini devono seguire l'Educatore, che non è un loro amico né un loro compagno, ma rimane sempre un Educatore. Mentre l'Educatore li guarda ride tantissimo, cioè quando vede i bambini che giocano e che sono impegnati gli viene da ridere e ritiene che loro percepiscano questo senso di emozione. Se infatti l'Educatore deve lavorare per 5 ore a scuola per 5 giorni alla settimana, dopo il secondo giorno se non si diverte diventa molto pesante affrontare questo tipo di fatica. Ogni giorno l'Educatore deve invece recarsi a scuola accompagnato dal pensiero di reincontrare con piacere quei bambini perché questo deve essere il tipo di "energia" che funge da propellente.

Domenica 17 Luglio 2016 ore 10,30 – 11,30.

Lucio Bortolussi

“Il modello di riferimento culturale per la proposta nella Scuola della FIP”



FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO

Master per Istruttori nazionali Minibasket

Il modello di riferimento culturale per la proposta nella Scuola della FIP

Norcia, 14/17 luglio 2016

Abbiamo a cuore il cervello e le emozioni

**Lucio Bortolussi**  
Vicepresidente Settore Scuola  
Componente Staff Tecnico Nazionale Minibasket

Riflettendo sull'idea di Basket e Minibasket integrati ho cercato di sintetizzare il lavoro, le idee, tutto il patrimonio di questo modello con uno slogan: “**Abbiamo a cuore il cervello e le emozioni**”. Se ci concentriamo sul Minibasket e, soprattutto, su Easybasket, questa è l'impronta che ci caratterizza.

## L'IMPEGNO DELLA FIP PER LA SCUOLA

Partiamo dalla fine: i Progetti per la Scuola

01 EASYBASKET

02 EASYBASKET SCHOOL CUP

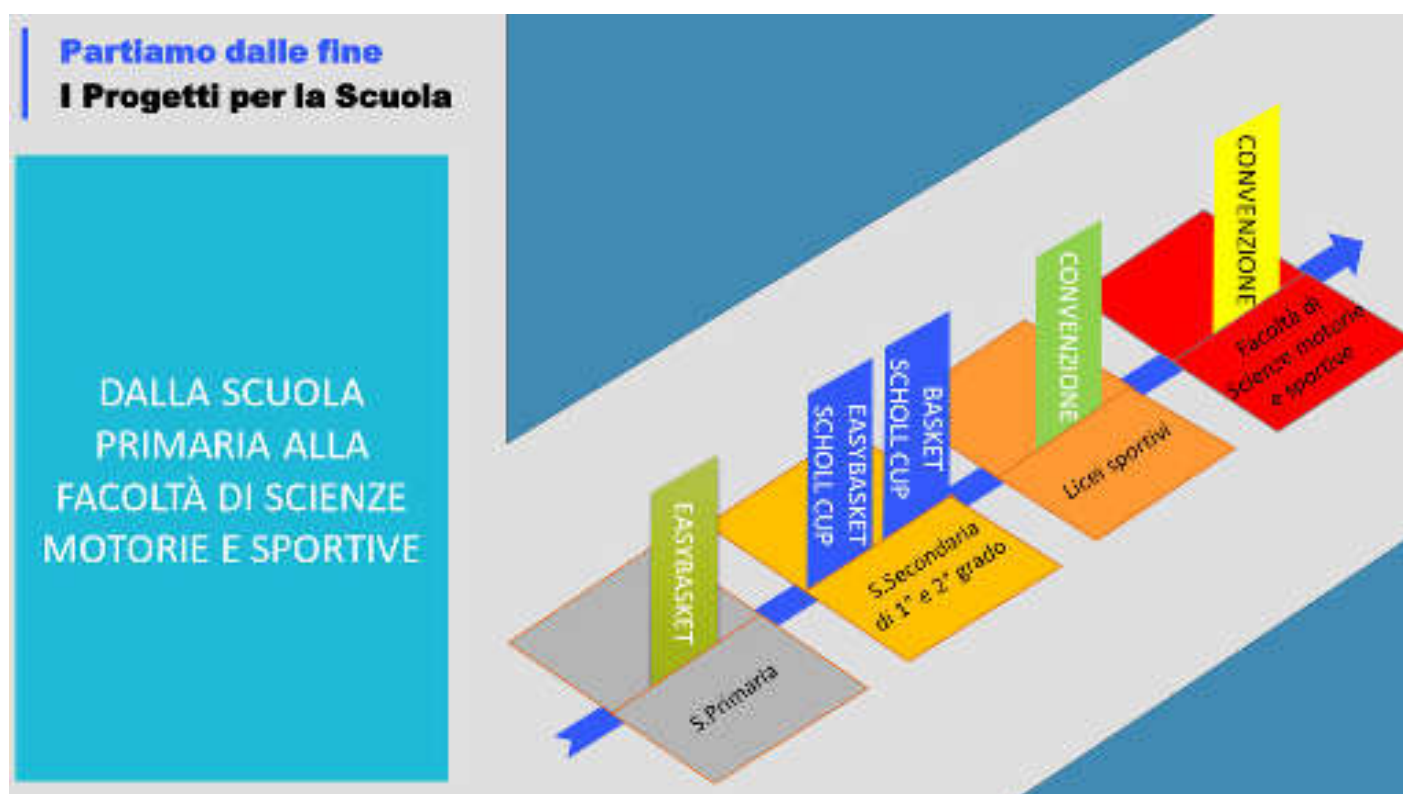
03 3c3 BASKET SCHOOL CUP

04 CONVENZIONI  
Per i Licei Sportivi

05 CONVENZIONI  
Per le Facoltà di Scienze Motorie e Sportive

Mi sono impegnato a sintetizzare, almeno inizialmente, l'idea di progettualità della FIP per la Scuola tenendo presente che non è rivolta soltanto alla scuola primaria, ma abbiamo una progettualità che parte dalla scuola primaria ed arriva fino all'Università alla facoltà di

Scienze Motorie. Per questi motivi noi abbiamo **Easybasket** nella scuola primaria, Easybasket school cup e osserveremo poi i livelli ai quali si riferiscono queste iniziative, convenzioni con i licei sportivi, convenzioni per le facoltà delle Scienze Motorie, ma sussiste un filo conduttore che lega tutto questo? Perché altrimenti sarebbero tanti scoop. Alla Scuola primaria viene presentato un certo tipo di proposte, alle Medie altre proposte.. no! Esiste un collante che lega tutto insieme e che conferisce forza e coerenza alla nostra progettualità. Noi abbiamo previsto due modelli, abbiamo intelligenza per guardare, per attingere gli spunti migliori, mirare gli aspetti sui quali dobbiamo essere coraggiosi ed anche orgogliosi del bagaglio che stiamo costruendo.



Nella scuola primaria, quindi, abbiamo l'Easy basket, per la scuola secondaria abbiamo Easy basket school cup, anche basket school cup 3>3, Licei Sportivi, convenzioni, convenzioni per le Università. Questo è un po' il percorso che la FIP rivolge alla scuola italiana.



**Easy basket** è, pertanto, la proposta per la scuola primaria, è il giocosport Minibasket adattato ai bambini della scuola ma in realtà con regole facili da applicare e soprattutto facili da insegnare. Anche la maestra è in grado di tenere una lezione perché le regole sono molto più facili.

**3>3 basket school cup** per i campionati studenteschi e in particolare per la scuola secondaria di primo e di secondo grado mentre **Easy basket school cup** è la proposta della pallacanestro per la classe. Balzano sicuramente all'occhio le difficoltà che incontra l'insegnante di scuola media nel far giocare gli alunni a basket perché se questo insegnante non proviene da questo sport non conosce le regole e si trova inevitabilmente in difficoltà nel far giocare 25 ragazzi e a far loro disputare una partita. Anche in questo caso le regole sono molto più semplici e mirate a privilegiare il giocare all'interno della classe e dell'Istituto.

**Convenzioni con i Licei Sportivi.** Offriamo in questo caso un corso di pallacanestro, un corso di miniarbitro, un corso di ufficiale di campo, agli ultimi due anni il Corso di Istruttore Minibasket. Questa "offerta" concede la possibilità ai ragazzi del Liceo di uscire con il patentino. Io sto tenendo diverse lezioni in un Liceo Sportivo, riscontro molto interesse per questa iniziativa e soprattutto ho avuto l'opportunità di conoscere l'insegnante di scuola superiore che proviene dal calcio, un preparatore fisico di un certo livello ma che è affascinato dal modo con il quale proponiamo l'attività anche di pallacanestro ai ragazzi, seguendo il modello di Andrea Capobianco.

**Per la facoltà di Scienze Motorie** si rilascia la qualifica di Istruttore di Minibasket ed è contemplato questo modulo gestito anche dagli staff regionali. Il CNA rilascia la qualifica di "Allenatore"; il CIA tiene i suoi corsi di volta in volta e poi la possibilità di essere a disposizione con le proprie strutture anche per i tirocini eventuali degli studenti della facoltà di Scienze Motorie. Trattasi, pertanto, di un percorso a tutto tondo che arriva all'Università come Federazione rispetto al mondo della scuola, alle attenzioni che riserviamo al mondo della scuola.

Questo impianto è sostenuto da una profonda riflessione teorica, non è sorretto soltanto dal fare ma è animato da un profondo ragionamento sul perché proponiamo certe idee e come

le facciamo interpretare. Questa riflessione teorica, pertanto, sostiene e giustifica con coerenza questo nostro progetto per la scuola.

Noi dobbiamo fornire questi progetti al Ministero che poi li invia alle scuole, sta a noi far sentire la nostra presenza sul territorio perché se il progetto arriva a scuola e trova l'insegnante che è allenatore di pallavolo, finisce nel cestino. Abbiamo delle schede che esemplificano chiaramente il significato del 3>3 nella scuola media, come si gioca, che cosa è il 3>3, l'Easy basket school all'interno della classe.

Questi sono adattamenti che abbiamo formulato quest'anno perché il 5>5 a pallacanestro è un miraggio; siamo riusciti a formulare le convenzioni per i Licei Sportivi a Settembre, quindi è una novità. Laddove però i Licei sono interessati dalla pallacanestro inoltrano la richiesta e noi siamo presenti. Nella mia regione sono quattro le province, sono insediati tre Licei e tutti e tre hanno scelto il basket. Il CNA si fa carico del modulo per il Liceo Sportivo nel quale, siccome il corso viene tenuto negli ultimi due anni, si deve aspettare che i ragazzi siano in quarta e quinta, mentre il Liceo Sportivo inizia con la prima.

Il Ministero eroga le risorse finanziarie alla scuola, la scuola avrebbe la possibilità di avere gratuitamente questi interventi ma se noi ci occupiamo in 121 province, un corso a provincia e il bilancio si affosserebbe. Alcune regioni hanno fatto delle scelte, come la Campania, ad esempio, il 1° anno lo finanzia il Comitato Regionale, è stato elaborato un progetto ed io ho aiutato Manfredò Fucile a realizzare questo progetto adattandolo anche alle loro esigenze. E' stato realizzato questo tipo di finanziamento, poi la scuola si accorge dove siamo, si accorge della differenza e quindi si autofinanzia. Questo progetto è partito quest'anno, invieremo a tutti i Licei la convenzione, poi si vedrà chi aderisce e laddove aderiscono si coinvolgeranno gli staff regionali per il Minibasket e il CNA per quanto riguarda il corso di pallacanestro. E' interessante perché se a un ragazzo del Liceo si rilascia il patentino finale e viene per il tirocinio nel mio Centro è un vantaggio notevole.



## LA MISSION DEL SETTORE MINIBASKET DELLA FIP

**Il modello culturale**  
**La Mission del Settore**



**LE PAROLE CHIAVE**

GIOCOSPORT  
QUADRO PROGETTUALE  
RIFERIMENTO EDUCATIVO  
OPPORTUNITÀ A TUTTI  
APPROCCIO GRADUALE ED INTELLIGENTE



**LA CONDIVISIONE**

La **condivisione** dei **principi** di riferimento tra coloro che, a diverso titolo e con specifiche competenze vi ci si dedicano, **definisce l'orizzonte** formativo e **culturale** della missione stessa.

La nostra **Mission** è sempre da tener presente perché a mio modo di vedere è un manifesto nei confronti del Settore Minibasket e Giovanile nel segno della continuità.

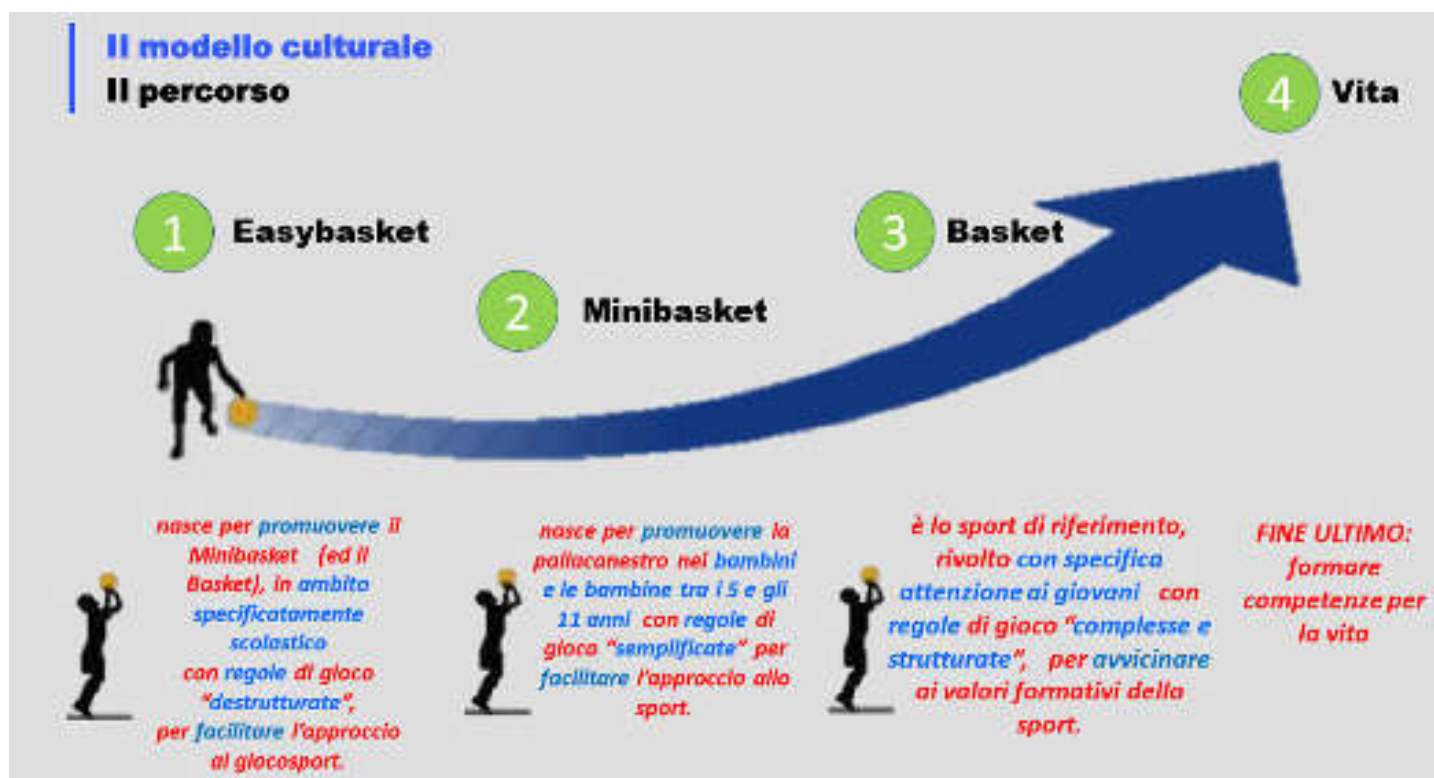
***“Attraverso il Giocosport Minibasket, svolto sia nei Centri aderenti alla FIP e sia in ambito scolastico, la FIP avvicina i bambini allo sport, in un quadro progettuale di grande riferimento educativo, garantendo tale opportunità a tutti i bambini e le bambine dai 5 agli 11 anni, con un approccio graduale ed intelligente all'agonismo ed alla formazione sportiva giovanile. La condivisione dei principi di riferimento tra coloro che, a diverso titolo, ci si dedicano, definisce l'orizzonte formativo e culturale della missione stessa”.***

Queste non sono semplici parole soprattutto per chi ha seguito un percorso di formazione.

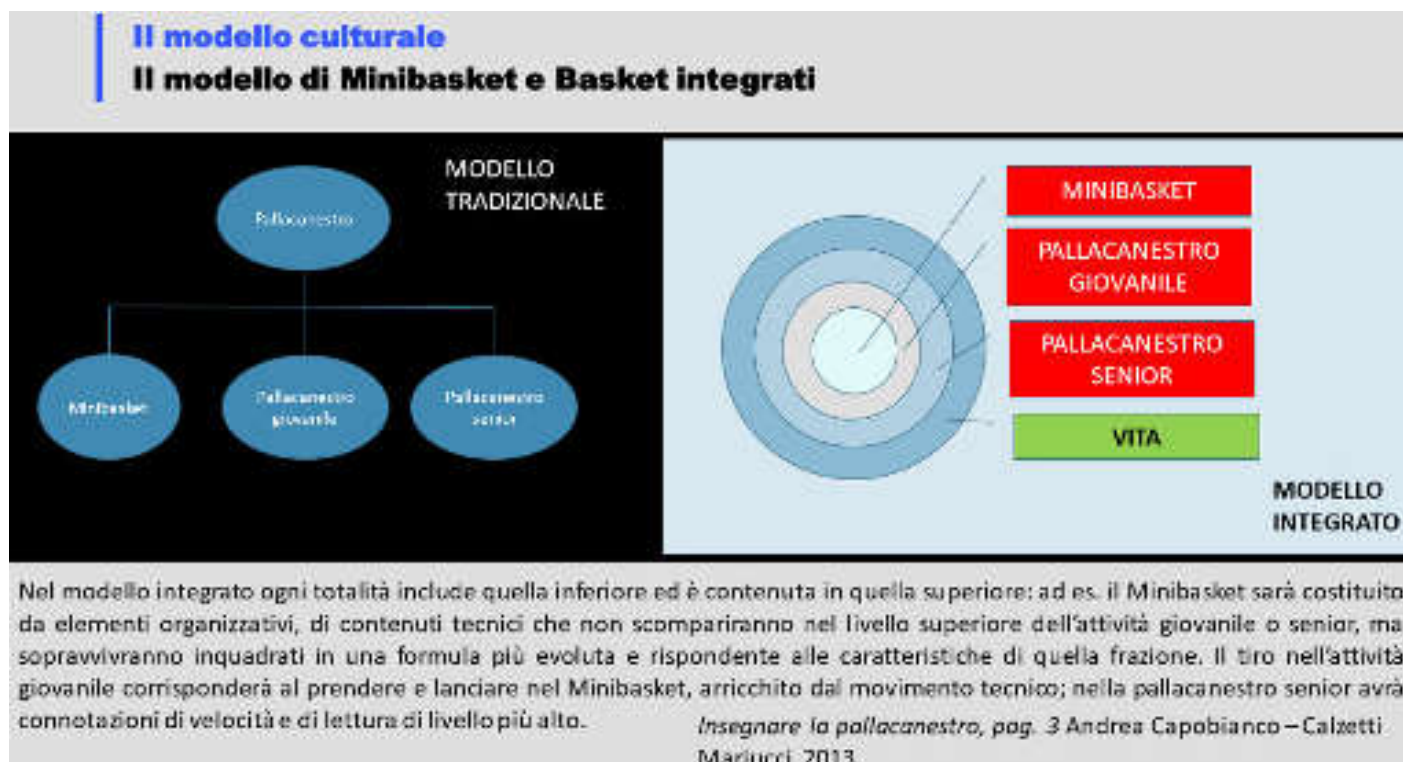
Non sono soltanto “parole” perché, nella pratica quotidiana, cerchiamo di mettere in atto questi principi. **Le parole-chiavi**, pertanto, sono: **gioco sport con tutta la valenza di situazione privilegiata** per garantire l'apprendimento dei bambini. Il quadro principale di riferimento per competenze: se mi reco a scuola per trattare il tema delle competenze apro un mondo perché le maestre non sanno come raggiungere le competenze in matematica e in italiano, salvo casi eccezionali, perché il supporto di aggiornamento non è mai arrivato. C'è un foot di ordine educativo: **l'opportunità a tutti** e questo aspetto è importante. Attraverso questo strumento misuriamo nel bambino la sua capacità, la sua onestà intellettuale, la sua intelligenza.

**Approccio graduale intelligente.** Mi rendo conto che questo percorso virtuoso di conoscenze, abilità e competenze (le competenze nel Minibasket diventano conoscenze nella pallacanestro) si riferiscono a un giocatore particolare, intelligente, competente, capace di leggere le situazioni e di reagire. Queste competenze però si rapportano anche e soprattutto con la formazione di una persona capace di essere autonoma e responsabile. Sono capacità e competenze trasversali che dal Minibasket possono accompagnare la formazione di un ragazzo non con la costrizione ma attraverso l'attività che in sé racchiude questi valori.





Il Minibasket a scuola è l'Easy basket. Anche in questo caso il Minibasket nasce dalla pallacanestro per facilitare l'approccio al gioco sport, la pallacanestro è uno sport di riferimento che riguarda il nostro percorso, tutto in ragione di creare un giocatore competente e di creare un cittadino responsabile, detto questo come di **competenze per la vita**.



Il modello che ho visto l'altro giorno delineare dal nostro bravo Luca Paolasini, che io sinceramente ho apprezzato moltissimo come persona e anche come tecnico, rientra in questa slide e l'ho inserita appositamente perché noi avevamo questo modello di Minibasket e Basket e evidenzio la pagina 3 del libro **"Insegnare la Pallacanestro"** di Andrea

Capobianco che recita: **“Nel modello integrato ogni totalità include quella inferiore ed è contenuta in quella superiore”**. Ad esempio, il Minibasket sarà costituito da elementi organizzativi, contenuti tecnici che non scompariranno nel livello superiore dell’attività giovanile o senior ma sopravvivranno inquadrati in una forma più evoluta e rispondente alle caratteristiche di quella frazione. Il tiro, nell’attività giovanile, corrisponderà al prendere e al lanciare nel Minibasket, arricchito dal movimento tecnico. Nella pallacanestro avrà connotazioni di velocità e di lettura di livello più alto. Idea di un percorso e idea di una continuità che ci coinvolge tutti perché quando lavoriamo con i bambini di 5 anni si lavora traguardando il fine. Il ragazzino di 11 anni, che competenze dovrà avere? Ogni azione ha in sé una valenza per il bambino che ha in quella situazione ma pensante al bambino futuro, alle competenze che dovrà avere in uscita.

## Il modello culturale

### Il modello di Minibasket e Basket integrati

L'obiettivo finale di un'azione integrata e condivisa è lo sviluppo di un giocatore autonomo e collaborativo, capace di assumersi la responsabilità di scelte tecniche e tattiche.

Le parole AUTONOMIA, COLLABORAZIONE e RESPONSABILITÀ esprimono il senso di un'attività riferita alla persona e al giocatore



*L'obiettivo finale di un'azione integrata e condivisa è lo sviluppo di un giocatore autonomo, capace di assumersi delle responsabilità, di scelte tecniche e tattiche. Autonomia, collaborazione e responsabilità esprimono un'attività (come già hanno sottolineato Maurizio e Roberta) che esprimono il senso di un'attività riferita alla persona e al giocatore. Da sottolineare “alla persona” che io non costringo in binari che cambiano per produrre aggiustamenti in relazione al mio gioco sport. Si deve pensare sempre ad una persona e allenare persone intelligenti probabilmente è molto più piacevole che allenare Balotelli. Apro una breve parentesi: ho letto, ad esempio, che in Inghilterra, quando i bambini giocano a calcio e i genitori vanno in escandescenza, regalano agli stessi genitori un lecca-lecca. Mentre i bambini giocano, i lecca-lecca producono un effetto calmante nei genitori. Non solo, questo fenomeno è stato spiegato da uno psicologo che ha scritto un libro su questi argomenti e i bambini, nel vedere i genitori tranquilli, sono sereni, giocano meglio e si divertono di più.*

## Il modello culturale

### Le Linee Guida e il Modello Integrato

**Linee Guida del Settore** definite in un processo di integrazione fra Minibasket e Basket, sono lo strumento a disposizione degli istruttori per definire l'azione di progettazione delle azioni riferite alle diverse fasce di età nelle quali il Minibasket si realizza.

**Le competenze in uscita dal Minibasket** diventano a loro volta le conoscenze di base della Pallacanestro ed elemento essenziale per la programmazione successiva.



L'azione educativa è rivolta a ciascuna delle quattro aree fondamentali che compongono la personalità: in ogni attività proposta devono costantemente essere presenti i riferimenti ai 4 ambiti, con diverse gradazioni in ragione dell'età degli allievi.

- Ambito motorio-funzionale.
- Ambito socio-relazionale.
- Ambito neuro-cognitivo.
- Ambito tecnico.

Le **Linee-Guida** si prestano ad essere di grande aiuto per noi, ci aiutano ad orientare il nostro percorso. Intercorre una bella differenza tra gli obiettivi delle Linee-Guida e quelli previsti per una programmazione per obiettivi. Con gli obiettivi delle Linee-Guida, indicati per le diverse fasce di età, si accendono degli indicatori, dei led per far sì che noi orientiamo l'attività seguendo quelle indicazioni senza uscire dai binari. Se a 5-6 anni sono fissati determinati obiettivi, quelli sono degli indicatori di percorso e costituiscono il nostro satellitare. Questi obiettivi, se conseguiti nelle diverse fasce di età, aiutano a ritenere che alla fine si possono conseguire delle competenze. Non si può proporre un'attività casuale e poi sperare che la linea sia competente, quegli indicatori di percorso sono promotori di competenze.

Detto questo, *la competenza in uscita dal Minibasket diventa la conoscenza nella pallacanestro, l'azione educativa è rivolta a ciascuna delle quattro aree della personalità.* Noi concepiamo infatti di educare persone attraverso il Minibasket, Easybasket e quant'altro in relatività, *con gradazioni diverse* e devono essere comunque presenti queste dimensioni sociali: **cognitiva corporea ed emotiva.** Questo tipo di azione educativa ci aiuta a insegnare un Minibasket per competenze.



## Per una progettualità coerente

### Premessa

I progetti sono una risposta ad un bisogno e sono la cartina al tornasole del modello culturale di chi li propone.

Lucio Bortolussi



Questa affermazione è sicuramente impegnativa: perché siamo arrivati a questo modello? Perché siamo arrivati a Easy? Perché siamo arrivati a Mini? Per una ragione precisa: i progetti che si elaborano sono la risposta al bisogno che segue l'analisi della realtà e sono **la cartina al tornasole del modello culturale di chi li propone**. Una vera e propria pietra miliare!

## Focus sulla progettualità per la Scuola primaria

### Easybasket e Minibasket: la riflessione da cui siamo partiti

*Difficoltà a insegnare minibasket a scuola, soprattutto se il modello è 'il Minibasket delle abilità'*

*Difficoltà a insegnare Minibasket con i bambini più piccoli del Centro, che spesso nei primissimi anni fanno i giochi ma quasi mai la partita*

*Presenza nei bambini di carenze motorie sempre più marcate*

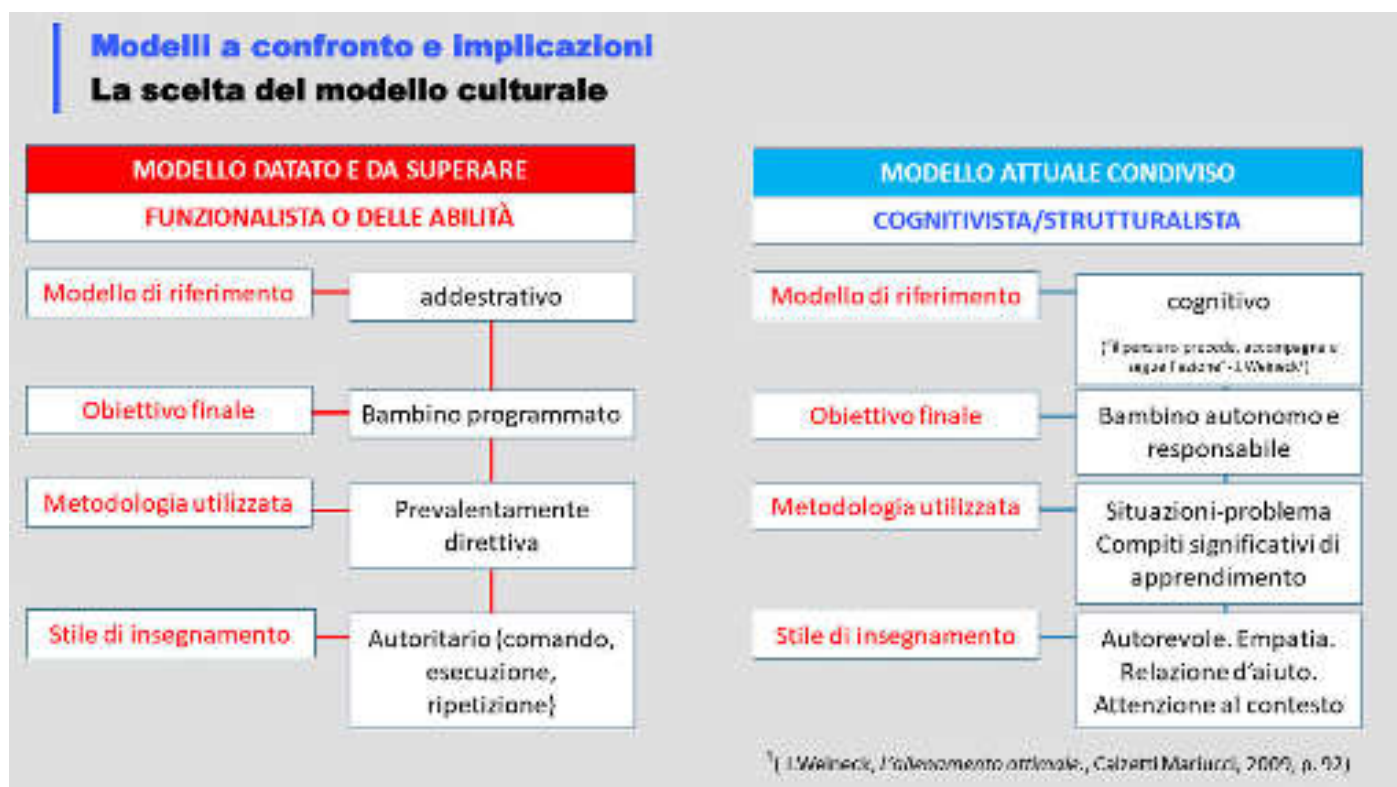
*Difficoltà a insegnare e a giocare la pallacanestro alla s.secondaria di 1° e di 2° grado*

- Il Minibasket è stato il primo giocosport ad entrare a scuola ma non è mai diventato un gioco della scuola: troppe regole, la partita difficile da gestire.
- Difficoltà degli istruttori a insegnare nei Centri ai più piccoli e quindi capita di sentire: «a 5-6 anni faccio i giochi, non le partite: sono troppo piccoli e non padroneggiano i fondamentali»
- Le qualità motorie dei nostri bambini sono sempre più carenti: è vera emergenza! Dobbiamo tenerne conto e assumerci le nostre responsabilità.
- Troppe regole, tecnica complessa, enorme divario nella classe tra chi gioca a pallacanestro e chi no

Perché noi siamo partiti da questa riflessione? **Difficoltà a insegnare Minibasket a scuola**, la proposta era insufficientemente adeguata perché le maestre non erano in grado di gestire il gioco. Se a scuola si entra per proporre un modello mirato alle abilità, ovvero un Minibasket per abilità, non si conquistano i bambini, non solo, ma **difficoltà ad insegnare Minibasket** ai piccolini del Centro Minibasket, che è difficile. Occorreva pertanto **semplificare**, occorreva proporre un Minibasket più semplice, con regole più facili da attuare, un approccio diverso che si attaglia al Centro Minibasket ma nel contempo anche alla scuola con i bambini di 5, 6 e 7 anni. **Presenza nei bambini di carenze motorie marcate**: non si può non tenerne conto, non si hanno bambini evoluti quando vengono a giocare al Centro Minibasket, sono tutti da terza fascia, non si può non tenerne conto. **Difficoltà ad insegnare pallacanestro alle medie e alle superiori** per le troppe regole, perché troppo complicato, troppa tecnica, occorre semplificare regole e gioco.



Queste **riflessioni** evidentemente racchiudono delle **problematiche**. Ad esempio l'Istruttore, qual'è l'**idea di Istruttore? Istruttore addestrativo, addetto al funzionale o un Istruttore regista di situazioni?** Certamente orientativo. Inoltre, **qual è l'idea del bambino? Un bambino programmato o un bambino competente?** Sicuramente deve essere un bambino capace di essere autonomo e responsabile! Non solo, le riflessioni dalle quali siamo partiti si riferiscono anche **all'idea che abbiamo delle abilità, cioè i nostri fondamentali**. Qual è il **modello di riferimento?** Non solo, ma **l'idea anche di regola: la regola è un limite o un'opportunità?** In questo senso si articola la proposta per i piccolini che giocano a Easy basket.



Questi ragionamenti ci accompagnano a dover dedicare continue riflessioni alle nostre azioni in palestra e alla nostra adeguatezza. Esiste un modello di proposta di gioco sport per i bambini **funzionalista (denominato anche il modello delle abilità)** dove i fondamentali sono il fine, in alternativa esiste un modello nel quale noi crediamo fortemente, che è **strutturalista**. Per intenderci, se il “funzionalista” è addestrativo come modello di riferimento, **lo “strutturalista” è di natura cognitiva** nel senso che il pensiero riceve, segue e accompagna l’azione. I bambini devono pensare mentre giocano, devono emozionarsi mentre giocano!

Se per il modello funzionalista l’obiettivo finale è il bambino programmato della serie che “non deve pensare” ma è l’istruttore a fornire tutti i suggerimenti e gli aggiustamenti degli spazi di gioco, **per il modello cognitivista/strutturalista invece l’obiettivo finale è autonomia e responsabilità**. Come allora educare i bambini all’autonomia e alla responsabilità attraverso esercizi? Con i giochi di potere e i giochi di situazione mentre è impensabile ottenere un bambino competente agendo con le stesse strategie metodologiche adottate finora. Non solo, ma a proposito di metodologia, **per il modello funzionalista essa è prevalentemente direttiva**, mentre invece **per il modello cognitivista/strutturalista è situazione problema e si riconosce nei compiti significativi di apprendimento**, significativi perché hanno un senso per i bambini e non solo per l’istruttore. Se questi compiti hanno un senso per i bambini diventano motivanti e stuzzicanti per il cognitivo, dove compare l’imprevisto che cattura i bambini, la situazione che cambia perché interviene qualche fattore e quindi il cognitivo entra in campo per risolvere la nuova situazione. Se per il modello funzionalista lo stile di insegnamento è autoritario, ovvero l’istruttore comanda, il bambino esegue e l’istruttore ordina di ripetere se il bambino non riesce, noi abbiamo questo tipo di approccio, ovvero siamo autorevoli, siamo bambini cresciuti, cerchiamo **l’empatia con i bambini**, cerchiamo che nasca un’empatia per ciò che proponiamo, l’empatia fra i contenuti e i bambini. Cerchiamo inoltre che germogli empatia tra bambino e bambino perché attraverso il gioco la collaborazione si esplicita se sussiste questa esigenza intrinseca, è il gioco stesso che spinge a collaborare. Si possono assumere come esempio le situazioni di partenza per le partite per rendere questo tipo di idea.



Noi abbiamo una forte **attenzione al contesto**. Roberta ieri ha presentato un contesto, che era quello dell'affabulazione e quel contesto per un bambino ha un valore importante perché cattura la sua immaginazione, cattura la sua fantasia, lo fa entrare in un mondo affascinante, è un mondo che lo conquista senza dimenticare il carico, soprattutto **il carico cognitivo**.

Modelli a confronto e implicazioni La scelta del modello culturale			
<p>Gli esiti dell'apprendimento nei due modelli (il primo limitato a far acquisire abilità; il secondo orientato alla formazione di competenze) sono molto diversi.</p>	PARAMETRI	IL BAMBINO 'ABILE'	IL BAMBINO COMPETENTE
	RISORSE	Si applica nella esecuzione dell'esercizio.	Nella situazione-problema mobilita il suo repertorio di conoscenze e abilità per cogliere i dati salienti.
	STRUTTURE DI INTERPRETAZIONE	Ripete l'esercizio più volte secondo le indicazioni dell'istruttore.	Attiva le funzioni cognitive (attenzione, memoria, percezione, pensiero, ragionamento ecc.), riconoscendo e discriminando gli stimoli.
	STRUTTURE DI AZIONE	Fatica ad applicare l'esercizio noto, se le condizioni sono cambiate (es. in partita).	Progetta e sceglie la soluzione più idonea dopo aver "letto" la situazione.
STRUTTURE DI AUTOREGOLAZIONE	Rinuncia a risolvere il problema (anonnesco). Scarsa autostima.	Se la lettura non porta ad una soluzione efficace, cerca soluzioni alternative.	

Questi due modelli hanno anche influenze diverse sull'apprendimento dei bambini perché nel modello cosiddetto "addestrativo" **il bambino "abile" si applica nell'esecuzione dell'esercizio** ma **nel modello cognitivo il bambino competente, messo di fronte alle situazioni-problema, per risolvere le situazioni mobilita il suo repertorio di conoscenze e di abilità**, quindi il cognitivo entra in funzione analizzando i dati e ci aiuta a fornire delle risposte. Nel modello addestrativo queste risposte sono quasi inesistenti. Mentre **il bambino "abile" ripete l'esercizio più volte secondo le indicazioni dell'istruttore**, diversamente **il bambino competente attiva le funzioni cognitive (attenzione, memoria, percezione, pensiero, ragionamento) riconoscendo e discriminando gli stimoli**. Ancora: **il bambino "abile" fatica ad applicare l'esercizio noto** (proprio in questa fase nascono i problemi) e fatica ad applicarlo in una situazione di partita perché per lui quel dettame tecnico non ha senso. In questo caso il bambino "abile" esegue soltanto per assecondare l'istruttore ma quando poi trasporta questa gestualità nella partita, in una situazione che cambia di continuo, non sa come applicarla perché non riconosce la relazione per cui scadono l'attenzione e la motivazione. **Il bambino competente progetta e sceglie la soluzione più idonea**, stuzzica il suo cognitivo, lo cattura e lo prende, è l'imprevisto. Il cambio dell'attivatore, un altro bambino che entra in gioco, è ciò che veramente cattura il bambino in situazione di apprendimento perché ha senso la sua azione, perché intravede una relazione tra questa sua azione e la situazione in cui successivamente incontrerà in partita.

L'ultimo aspetto del bambino "abile", ovvero se non riesce a risolvere il problema, rinuncia, cioè non gli piace, non ci riesce e si arrende, si configura in una **scarsa autostima**. Nella lezione precedente, una domanda sollevava il problema del bambino talentuoso, in realtà io ne vedo sempre di meno. Se si hanno tanti bambini da educare e con poche capacità si

deve concedere la sperimentazione del successo nei bambini, non si deve produrre autostima ma si deve mettere i bambini in condizione di produrre.

**Se la lettura non porta soluzioni efficaci, in questo caso, non è che il bambino scappa, cerca soluzioni alternative** in ragione della capacità che possiede in quel momento.

**Il modello per competenze**  
**Un passaggio obbligato per il cambiamento**



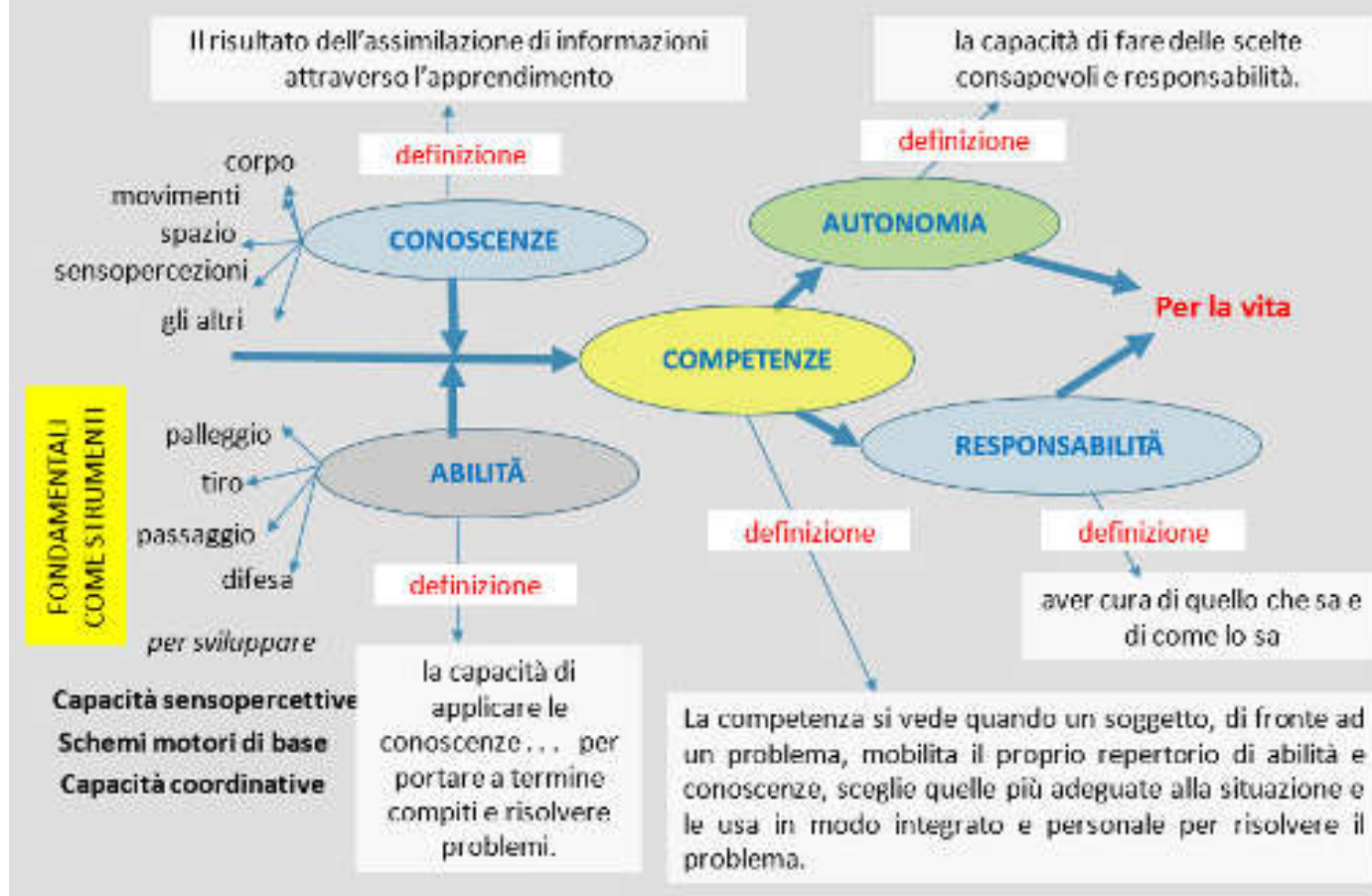
**IL MODELLO PER COMPETENZE**  
 conoscenze-abilità-competenze

I fondamentali (le abilità) non sono il fine ma lo strumento per lo sviluppo delle capacità motorie

**Il passaggio obbligato nel nostro cambiamento di modello** è proprio questo, cioè passare attraverso le abilità che sono il fine. Occorre però verificare se sono state allenate nel precedente modello oppure, come le capacità coordinative se venivano allenate o meno, ci assumiamo la responsabilità di dichiarare che i bambini sono limitati dal punto di vista motorio. Per quanto riguarda le capacità coordinative la scienza ci consiglia che in questa fascia di età noi le dobbiamo sviluppare, quindi uno spostamento di ottica, per cui affermiamo che nel modello per competenze **i fondamentali, cioè le abilità, non sono il fine ma lo strumento per sviluppare le capacità motorie**. Lo affermiamo, ma siamo coerenti nel tradurre questi principi sul campo?

## Il modello culturale

### I riferimenti culturali comuni: Easy-Mini .... e Scuola



Questo è il nostro modello: noi dobbiamo offrire delle conoscenze ai bambini che sono **il risultato dell'assimilazione di informazioni attraverso l'apprendimento**, conoscere il corpo, i movimenti che si possono eseguire con il corpo, lo spazio, le senso-percezioni. Dobbiamo concedere la possibilità di scoprire e apprendere le abilità, per noi i 4 fondamentali sono intesi come strumenti. Queste abilità sono da interpretare come **la capacità di applicare queste conoscenze per portare a termine i compiti e risolvere i problemi**. Vorremmo inoltre che le conoscenze e le abilità diventassero competenze, cioè un bambino che, di fronte a una situazione di problema, mette in campo le conoscenze e le abilità che ha scoperto nell'utilizzarle per risolvere la situazione, ma tiene in campo non soltanto le abilità ma tutte le proprie aree della personalità (cognitivo, sociale, il tecnico e il relazionale).



## Il modello culturale

### Punti forti di Easybasket e Minibasket assieme al concetto di competenza

EasyBasket e Minibasket promuovono:



#### AUTONOMIA

La capacità di fare delle scelte consapevoli e responsabili.



#### RESPONSABILITÀ

Da re-spondeo, aver cura di quello che sa e di come lo sa



#### CONSAPEVOLEZZA

È una condizione in cui la cognizione di qualcosa si fa interiore, profonda, perfettamente armonizzata col resto della persona, in un uno coerente. È quel tipo di sapere che dà forma all'etica, alla condotta di vita, alla disciplina, rendendole autentiche.

**Questi obiettivi a lungo termine li ritroviamo come Traguardi di competenza nelle Linee Guida e nelle Indicazioni Nazionali per il Curricolo**

I punti forti di Easy basket e di Minibasket che noi proponiamo sono proprio questi. Il concetto di competenza si sostanzia di questi **tre concetti**:

- **l'autonomia**: il bambino in campo deve scegliere e trovare la soluzione;
- **la responsabilità**: il bambino deve essere educato a risolvere, a prendersi cura dei suoi saperi e a metterli in campo in maniera coerente. Responsabilità intesa nei comportamenti, nelle proprie azioni e nelle proprie scelte;
- **la consapevolezza**: capire il perché di un certo tipo di movimento, in che situazione di partita doverlo mettere in campo. L'Istruttore non deve telecomandare il bambino ma quest'ultimo deve esser abituato a leggere le situazioni perché ne ha provate tante durante il suo percorso e quindi é in grado di leggere non solo le situazioni ma anche di metterle sul giocato perché a fronte di una situazione che cambia deve trovare risposte diverse.

## Il modello culturale

### Il traguardo finale



#### IL BAMBINO COMPETENTE, AUTONOMO E RESPONSABILE

È il traguardo finale del nostro lavoro comune (CMB e SCUOLA)

Passare dal bambino programmato al **BAMBINO AUTONOMO** (capace di prendere decisioni Salva con nome li) e responsabile (assumendosi la responsabilità delle proprie azioni) necessita un **cambio di prospettiva epocale sul piano metodologico e didattico.**

*Perseguire risultati finali diversi utilizzando gli stessi metodi è una pia illusione*

**Il passaggio da un bambino programmato, frutto di un addestramento, al bambino autonomo, frutto di una formazione per competenze** è un cambio di prospettiva epocale sul piano metodologico e anche su quello didattico.

**Perseguire risultati finali diversi utilizzando gli stessi metodi è una pia illusione.** Il giocatore intelligente, utilizzando metodi superati (gli esercizi, la ripetizione, etc.) in riferimento alla fascia di età che ci interessa, 5 – 11 anni, è una pia illusione, cioè ottenere risultati diversi utilizzando gli stessi metodi è impossibile.

## Il modello culturale

### Nuovo concetto di apprendimento



## L'apprendimento significativo di Ausubel

Abbiamo fatto una scelta di campo

Un contenuto di apprendimento è tanto più significativo, quanto più profonda e articolata è la **relazione** che lo lega **alla struttura cognitiva** del soggetto che apprende

Questi concetti si realizzano in tutte le nostre proposte sul campo e che sono descritte nel libro *"Insegnare il Minibasket"*. Risulta evidente che esiste anche un modello diverso di apprendimento che abbiamo in mente. Se nel modello di abilità, stimolo e risposte erano il



massimo che si poteva sperare di raggiungere, ora pensiamo diversamente. Nell'affrontare il tempo dell'**apprendimento significativo**, occorre sempre tener presente i seguenti principi: "Non voglio un bambino che acquisisce passivamente, non voglio un bambino che apprenda in maniera meccanica ma voglio che acquisisca per scoperta e che il suo apprendimento sia significativo perché ha senso per lui". Questa frase riesce chiaramente a spiegare il senso della differenza, cioè in ogni proposta che si mette in campo si deve immaginare in quale azione, dal punto di vista cognitivo, deve proporsi un bambino. Si presuppone un carico motorio ma anche un carico cognitivo: come deve comportarsi il bambino? Questo interrogativo è importante, se s'intende creare un giocatore pensante! Sarebbe la massima aspirazione degli allenatori della Nazionale, ad esempio, ma anche la massima aspirazione di un Istruttore di Minibasket che funge da pittore che dipinge la sua tela che un bambino, dopo 5 anni di percorso, sappia "leggere" una situazione ed eseguire un passaggio intelligente anziché dimostrarsi egoista. Per me è come vedere una tela compiuta, io gli incastro la cornice ma è il bambino che deve pitturare la tela.

### Il modello culturale

**Nuovo concetto di apprendimento: istruttori e insegnanti hanno a che fare con un apprendimento di questo tipo ....**



Apprendere significa modificare la struttura delle conoscenze possedute, i legami tra le stesse cose da integrare progressivamente informazioni nuove, riorganizzando la mappa dei concetti già elaborati (posseduta) in modo da renderli sempre più potenti, cioè capaci di operare in situazioni problematiche mai incontrate.

Apprendere vuol dire anche sviluppare strategie per acquisire rapidamente, e in modo efficace, concetti e abilità nuove.

**Apprendere in modo significativo**, cioè in modo tale da costruire concetti pienamente utilizzabili, è un processo che implica la direzione consapevole e finalizzata dei processi intellettuali (funzioni cognitive), delle diverse forme del pensiero, in funzione di scopi differenti.

Apprendere significa comprendere, mantenere nel tempo, trasferire le conoscenze e saperle utilizzare in altri contesti: **competenza**.

**Nuovo concetto di apprendimento.** Attraverso le proposte che presentiamo nelle nostre attività Prime Conoscenze (5-6 anni), Conoscenze (7-8 anni), Abilità (9-10 anni), Competenze (11 anni, che poi sono il culmine di un percorso) riteniamo che apprendere non sia stimolo e risposta, l'apprendimento non è uno sparo di fucile, non è un "pronti, via!", ma si rende necessario un altro tipo di apprendimento.

E' responsabilità nostra come Istruttori che apprendere significa: "**Modificare la struttura delle conoscenze possedute dai bambini, il legare tra le stesse**". Se ci siamo attenuti a questo principio e se spostiamo ad esempio il difensore per farlo partire un po' più avanti, cosa succede? Cosa cambia nel nostro modo di leggere la situazione e di risolverla? "**Cambiare il legame tra le conoscenze in modo da integrare progressivamente informazioni nuove, organizzando la mappa dei concetti che il bambino ha già in modo da renderli sempre più potenti, cioè capaci di operare in situazioni problematiche mai incontrate prima**". I nostri giochi, Rugby, Basket e Minibasket sono giochi di situazione. Si possono allenare i bambini a secco in tutte le situazioni e controllarli? No! È una pia illusione, si deve insegnare a pensare, a leggere.

Detto questo, per noi apprendere significa: comprendere, mantenere nel tempo, trasferire le conoscenze per utilizzarle in altri contesti, che cambiano continuamente: questo è il concetto di competenze.

In riferimento alla proposta di un esercizio “a secco” che non ha senso per i bambini, ho trovato questo postulato che sostiene: “*Un’informazione decontestualizzata, che riguarda un pezzo di partita ma che non hai idea quando applicarla dopo, ha tanto il sapore di una risposta data in assenza di una domanda*”. Bellissima definizione! A cosa serve fornire la risposta senza neanche porre il problema? Diverso è invece il nostro modello culturale attraverso il quale noi cerchiamo di avvicinare la scuola ma tenendo presente anche questo prospetto: che il nostro modello per competenze, il nostro modello di Minibasket e Basket integrati ha l’idea di apprendimento che si avvicina non solo al cognitivo ma anche allo strutturalismo. Le situazioni infatti messe in campo hanno la funzione di strutturare il pensiero del bambino-giocatore perché allertano le funzioni cognitive ed esecutive.

## Il modello per competenze

### L’ambiente di apprendimento: quali caratteristiche?

Johnassen delinea una serie di raccomandazioni fondamentali che un ambiente di apprendimento dovrebbe promuovere:

- porre enfasi sulla costruzione della conoscenza e non solo sulla sua riproduzione Niente soluzioni preconfezionate
- evitare eccessive semplificazioni nel rappresentare la complessità delle situazioni reali Non banalizzare, ma contestualizzare in ragione delle capacità degli allievi
- presentare compiti autentici (contestualizzare piuttosto che astrarre) Insegnare ponendo i bambini di fronte a reali situazioni di gioco
- offrire ambienti di apprendimento derivati dal mondo reale, basati su casi, piuttosto che sequenze istruttive predeterminate; Imparare facendo per situazioni-problema reali e non esercizi ‘a secco’
- offrire rappresentazioni multiple della realtà; Per ciascuna situazione, più soluzioni

[D.H.Johnassen, 1994]

Johnassen afferma un concetto importante a proposito di questo tipo di apprendimento che vorremmo sollecitare nei bambini che traduco in termini pratici: non dobbiamo fornire soluzioni preconfezionate, quindi occorre prestare attenzione a non fornire risposte quando si presenta una proposta ai bambini, essi devono pensare per trovare la soluzione!

**Non banalizzare, cioè non proposte a secco che i bambini non capiscono ma contestualizzare in ragione delle capacità degli allievi.** Contestualizzare significa “immergere i bambini in situazioni reali di gioco”.

**Insegnare problemi ai bambini di fronte a situazioni reali di gioco**, non solo, **imparare facendo per situazioni-problema**, sviluppare un’interazione mettendo insieme conoscenze,

abilità e **non esercizi a secco** e soprattutto che le proposte che vengono presentate sul campo abbiano **più soluzioni** e non un'unica soluzione!

### Il modello culturale

## EASYBASKET A SCUOLA: l'importanza di creare ambienti di apprendimento significativi

### Dalle Indicazioni per il Curricolo

-  Valorizzare **l'esperienza** degli **alunni**
-  Attuare **interventi** adeguati nei confronti della **diversità**
-  Favorire **l'esplorazione** e la **scoperta**
-  Incoraggiare **l'apprendimento collaborativo**
-  Promuovere la **consapevolezza** del proprio **modo di apprendere**
-  Realizzare attività didattiche in forma di **laboratorio**

Nel recarsi a scuola sotto l'egida della Federazione Italiana Pallacanestro, come ci si propone? Come l'Istruttore che è l'unico depositario della scienza e che è capace di tutto, con la maestra che funge da semplice spettatrice oppure entrare a scuola con l'esatta percezione dei bisogni della scuola? La presenza dell'Istruttore Minibasket a scuola si concretizza nel condividere il modello per mettere la scuola in condizione di capire che quel suo intervento è di alto livello. In tal senso le indicazioni per il curricolo della scuola primaria e 1<sup>a</sup> Media di base, tralasciando gli obiettivi dell'Easy basket, osservano i seguenti principi:

- **Valorizzare le esperienze degli alunni:** il primo approccio non è forse valorizzare le esperienze? Poche indicazioni sulla base di situazioni aperte;
- **Attuare interventi adeguati nei confronti della diversità:** a scuola si possono trovare il bambino più sveglio degli altri, il bambino introverso, il bonaccione, i bambini "segnalati". La scuola è un pianeta popolato da un popolo estremamente variegato, una comunità variopinta di bambini, ma lavorando per esercizi si riesce ad ottenere un bambino competente? Proponendo un Minibasket di abilità, un rugby di abilità, una pallavolo di abilità, si può fornire una risposta adeguata nei confronti di tutti i bambini? No! Perché l'esercizio è uguale per tutti, ma i bambini non sono uguali di fronte all'esercizio, per qualcuno può essere un limite insuperabile quel tipo di esercizio.
- **Esplorazione alla scoperta, incoraggiare l'apprendimento collaborativo, promuovere la consapevolezza del proprio modo di apprendere.** In un'azione d'attacco, ad esempio, stimolare a far capire la miglior scelta di passaggio, ovvero passare la palla al compagno che si trova nello spazio più vantaggioso.



- **Realizzare attività didattiche in forma di laboratorio.** La nostra palestra, attraverso questo modello di Minibasket e Easybasket, è un proprio e vero laboratorio dove si creano delle situazioni che costringono i bambini a pensare per risolverle, ma non pensare a tavolino, ma nella pratica sul campo! Con il corpo e con il cervello in funzione!

### **Il modello culturale**

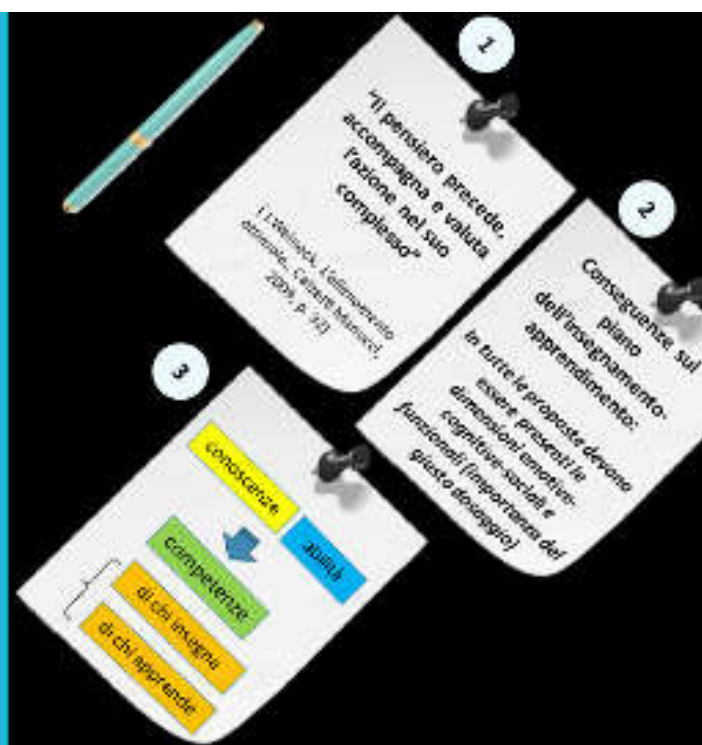
**A Scuola e nei Centri MB con i piccolini, pigiamo il tasto giusto**



A scuola, per tutti gli ordini di ragione descritti, dobbiamo **pigiare il tasto giusto**: infatti Easybasket, nel mio computer, presenta proprio questo pulsante!

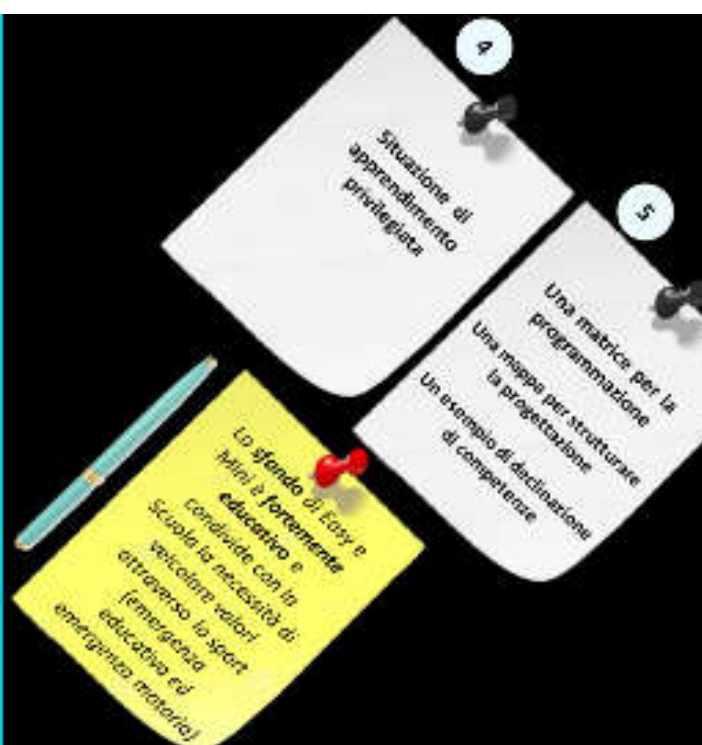
## Il modello culturale I punti forti

- 1 Modello di riferimento: **cognitivism** e **strutturalismo**
- 2 Unicità della persona
- 3 Modello di progettazione: **per competenze**



## Il modello culturale I punti forti

- 4 **Gioco sport**, situazione di apprendimento privilegiata
- 5 **Indicazioni Nazionali per il Curricolo e Linee Guida del Settore**



Ribadiamo i punti forti che per noi sono questi: **cognitivism** e **strutturalismo**, seguono poi **la persona**, **il modello di progettazione per competenze**, **il gioco sport situazione privilegiata**, **le indicazioni per il curricolo e le linee guida**, convergenza di obiettivi. Leggendo le linee guida e le indicazioni nazionali è contemplata proprio una convergenza di obiettivi.

### Il modello culturale

**EASYBASKET A SCUOLA: promuove le funzioni cognitive ed esecutive di ciascun bambino**



Non gli esercizi, ma le situazioni-problema significative accendono il cervello dei bambini

COGNITIVO=PROCESSI DI APPRENDIMENTO

### Il modello culturale

**EASYBASKET A SCUOLA: promuove le funzioni cognitive ed esecutive di ciascun bambino**



**CHI**= riconoscere una situazione (chi ha la palla, chi devo marcare, chi è libero ...)

**CHE COSA** = l'elaborazione dei dati (c.senso percettive)

**COME** = come rispondo (la scelta dello strumento)

**PERCHÉ** = la consapevolezza, l'assunzione di responsabilità

**DOVE** = lo spazio vantaggioso

**QUANDO**= il tempo vantaggioso

COGNITIVO = PROCESSI DI APPRENDIMENTO

**Easybasket a scuola promuove le funzioni cognitive ed esecutive** di ogni bambino. Le maestre sono rimaste entusiaste e sorprese di un corso tenuto da me recentemente e soprattutto erano affascinate dall'approccio e dal modo di sviluppare le competenze. Importante è la motivazione che parte dal gioco che deve esser allenata per 5 anni e se viene proposta in una forma migliore sicuramente viene ancor più accettata. Noi offriamo molto di più! Entriamo a piedi uniti sull'apprendimento e sull'emozione.

**Non esercizi ma situazioni-problema significative** accendono l'interesse dei bambini. Chi? Riconoscere la situazione, cosa? Elaborare gli atti, come? La risposta è che strumento uso, perché? = consapevolezza; dove? Spazio vantaggioso; quando? Il tempo vantaggioso. Il cognitivo significa non prodotti ma processi per i bambini, così si ha un bambino intelligente, un giocatore pensante.



## Il modello culturale

### EASYBASKET A SCUOLA: la sua portata innovativa



È **profondo** nelle istanze pedagogiche e **semplice** nella loro traduzione pratica



Stimola l'emozionale e il cognitivo di ciascun bambino



Mette **al centro** il bambino e il suo apprendimento, ma per davvero!



Offre **uguaglianza** delle possibilità di successo per tutti i bambini



Ha aperto una **prospettiva nuova di insegnamento** del Minibasket ai piccolini nei Centri e **di approccio** al mondo della Scuola



Permette di **giocare con 'successo** anche ai piccolini

L'Easy basket promuove **le istanze pedagogiche** e offre una soluzione pratica, **mette al centro il bambino e il suo apprendimento** e lo dimostra veramente perché il nostro problema è che tutti sostengono che è sufficiente che si divertano, ma in realtà non è sufficiente perché il bambino deve imparare, diventare migliore e essere coerente nelle sue azioni.

**Una prospettiva nuova di insegnamento del Minibasket e di approccio al mondo della scuola**, stimola al **cognitivo**, offre **uguaglianza** di possibilità di successo dei bambini, **permette di giocare la partitina con successo anche ai piccolini**.

## L'IMPEGNO DELLA FIP PER LA SCUOLA

### Il punto di forza



Un impegno fondato sulla  
condivisione dei valori non  
solo dichiarati, ma agiti.

Nel momento in cui entriamo a scuola **il nostro impegno è fondato su dei valori** sostenuti da supporti scientifici e **i valori non sono soltanto dichiarati ma sono agiti** in tutte le situazioni che proponiamo ogni volta che *"apparecchiamo la tavola in campo"*, ovvero il contesto.

**A scuola entriamo pertanto per attivare i processi e non i prodotti** ad ogni livello; a scuola ci rechiamo **con umiltà, con la consapevolezza e con la certezza di avere qualcosa di importante da proporre**, abbiamo una Ferrari che è rappresentata da Easybasket; **a scuola per condividere il progetto educativo e culturale**; **a scuola per sviluppare conoscenze, abilità e competenze**.



A Scuola per attivare processi e non prodotti

A Scuola con umiltà e la consapevole certezza di avere qualcosa di importante da proporre

A Scuola per condividere il progetto educativo e culturale

A Scuola per sviluppare conoscenze-abilità-competenze

 "Qual è la vera **vittoria**, quella che fa **battere** le **mani** o **battere** i cuori?"  
Pier Paolo Pasolini

***A Scuola Easybasket è la vittoria che fa battere i cuori!***

Ho raccolto questa immagine, ma quale attinenza ha Pasolini con Easybasket? Quando Pier Paolo Pasolini partecipò ad una festa con i bambini della scuola in piazza a Casarsa (la casa che compare in questa foto era la sua casa quando abitava appunto a Casarsa della Delizia), pronunciò una frase concettualmente molto bella e molto significativa:

***“Qual’è la vera vittoria? Quella che fa battere le mani o fa battere i cuori?”***

Questa frase mi ha conquistato, mi ha affascinato per cui ho scritto questo manifesto:

***“A scuola, Easybasket per noi è la vittoria che fa battere i cuori ai bambini e alle maestre!”.***

E’ la nostra meta, nel senso che crediamo che questo impianto culturale abbia un approccio importante (e lo verificiamo ogni giorno) e viene accolto perché è sostenuto dallo studio, dalla scienza, dalla realizzazione di ciò che la scuola deve realizzare con fatica, in mezzo a mille difficoltà, competenze. Questa metodologia ha riscosso a scuola un vero successo per come si può applicare, non solo, ma tante maestre riconoscono che questi nostri concetti, questi nostri principi e questo metodo dovrebbero esser adottati anche nelle altre discipline!

## La descrizione efficace del modello



**Grazie per l'attenzione**

*Lucio Bortolussi*

## Il modello culturale

### Le regole di Easybasket

LE REGOLE SEMPLICI DI EASYBASKET	
<b>Altezza canestro</b>	Canestro ad altezza 2,60 m per la Scuola Primaria <i>(ma va bene anche di meno se lo spazio utilizzato non è molto alto!)</i>
<b>Dimensioni campo</b>	Campo di lunghezza inferiore ai 20m per la versione 3 contro 3
<b>Durata partita</b>	Partita di 6 tempi da 4' ciascuno <i>(ma dipende dal tempo totale a disposizione e dal numero dei bambini!)</i> <i>Il cronometro non viene mai fermato.</i>
<b>Composizione squadre</b>	Squadre miste composte da un minimo di ... giocatori/trici ad un massimo di ... <i>(1 classe divisa in 2 squadre o 2 classi che si incontrano)</i>
<b>Partecipazione al gioco</b>	Partecipazione dei bambini al gioco: 1 tempo di gioco garantito a tutti 2 tempi di gioco massimo consentito 3 tempi di gioco non consentiti a nessuno
<b>Il valore dei punti</b>	1 punto ogni volta che il tiro tocca il ferro 3 punti per ogni canestro realizzato 1 punto e possesso della palla al giocatore della squadra che subisce un fallo

LE REGOLE SEMPLICI DI EASYBASKET		
<b>Norme che vengono applicate</b>	<b>PALLEGGIO</b>	
	<i>SI</i> <i>con 2 mani insieme</i>	<i>SI</i> <i>con 2 passi anche da fermi</i>
<b>Norme che NON vengono applicate</b>	<i>Time out</i> <i>Bonus di falli di squadra</i> <i>Infrazione di metà campo</i> <i>Limite di falli personali</i> <i>Tiri liberi</i> <i>3 e/o 5 secondi</i>	
	<b>...perché "Easy" deve essere l'incontro con la palla, con le regole, gli avversari ed i compagni</b>	

**Easybasket è concepito per l'intera classe e si gioca a tutto campo.** Partita da 6 tempi di 4' ciascuno (ma dipende dal tempo totale a disposizione e dal numero dei bambini). Il cronometro non viene mai fermato.

**Composizione squadre.** Principio Ispiratore: le modalità di gioco, le regole e le norme utilizzate nell'Easybasket devono essere sempre caratterizzate dalla flessibilità e dalla adattabilità.

**N.B.:** tenuto conto delle capacità di gioco degli alunni, i docenti o gli Istruttori possono apportare variazioni alle regole tecniche di gioco.



## 11,30 – 12,30: Dibattito finale.

### **Maurizio Cremonini**

Ho riservato appositamente questo spazio di tempo conclusivo per mettere in rilievo i pensieri che sono stati raccolti. Invito a rielaborarli tutti iniziando dal punto di partenza del primo giorno del Master. Abbiamo concepito di descrivere questo quadro e nello specifico il nostro quadro della Pallacanestro, del Basket, del Minibasket e dell'Easybasket e lo abbiamo confrontato anche con altri quadri. Ho pertanto chiesto al rugby di descrivere il proprio quadro. Ottimizziamo questo tempo rimanente per dedicarlo a dei motivi di riflessione che possano tornare utili a tutti.

- *Quesito di un corsista relativo all'autogestione dei bambini all'inizio dell'allenamento.*

### **Maurizio Cremonini**

Un accorgimento molto importante per ogni Istruttore consiste nel creare "spazi di autonomia". Il problema degli spazi è molto complesso e irto di difficoltà. Occorre ragionare sulla gestione degli spazi delle attività anche con più gruppi contemporaneamente. Ad esempio, mi sorprendono particolarmente, riguardo gli spazi, le capacità che dimostrano le altre discipline come nella mia città quando mi capita di passare davanti al campo di rugby del Brescia (Serie A2). Brescia ha una tradizione nel rugby, come anche Calvisano, paese della provincia bresciana. E' da rimanere stupiti nel vedere un campo di rugby gremito di gruppi impegnati contemporaneamente in varie esercitazioni, anche se sono agevolati dal fatto che hanno ampio spazio a disposizione e pertanto ne ricavano un guadagno in termini di risorse. Ho visto anche la pallavolo, in palestra, gestire lo spazio con due o tre o quattro gruppi impegnati insieme contemporaneamente; così come il calcio, che ha il vantaggio di disporre di vasti spazi. Una riflessione è però inevitabile: forse siamo un po' pretenziosi? Troppo spesso esigiamo di avere il campo pronto, un pallone a testa, tutto il dispositivo allineato alla perfezione e siamo troppo preoccupati di trovare confusione in campo. Esempio: quando una squadra si allena potrebbe esser suddivisa in gruppi di attività come un gruppo a fondo campo che svolge determinati esercizi, un gruppo sulle tribune impegnato in un'altra attività, un gruppo nel sottopasso degli spogliatoi impegnato in altre esercitazioni. Avvalendoci di questi "spazi di attività" potremmo intensificare l'impegno dei nostri bambini e questi spazi potrebbero diventare anche, in prospettiva, "spazi di autonomia e di responsabilità". Mentre l'Istruttore sta svolgendo lezione o allenamento, altri bimbi hanno a disposizione un determinato spazio per praticare, ad esempio, dei giochi in autonomia con le dovute attenzioni e protezioni. Il problema reale si riconosce nel trovare più spazi di attività in quanto le nostre palestre, purtroppo, non dispongono di grandi superfici. I nostri tempi sono molto limitati soprattutto per il Minibasket. E' frustrante a volte vedere uscire un gruppo di 30 Aquilotti che hanno svolto allenamento contemporaneamente tutti insieme ammassati in palestra e poi entrano in campo sette giocatori Under 18 che devono svolgere il lavoro sui fondamentali. Perché 30 Aquilotti devono lasciare il campo a pochi Under 18 impiegati in un lavoro particolare perché hanno in programma una partita importante e magari questo allenamento è anche "facoltativo" mentre gli Aquilotti, che meriterebbero di più, non hanno il terzo spazio di allenamento? Aggiungo un altro pensiero in termini di spazio e di autonomia: è sicuramente molto sensato, per le fasce di fine Minibasket e inizio pallacanestro-settore giovanile, riservare un'ora libera alla settimana, in un determinato giorno, a ragazzini dai 12 ai 14 anni, che si organizzano liberamente. Proporo anche a fasce di età diverse, invitarli a venire in palestra per sfruttare quest'ora a disposizione e si gestiscono autonomamente, ovviamente con la presenza di un adulto in quanto non deve mancare la componente-responsabilità. Si adottano queste iniziative? Vogliamo provarci? Proviamo a metterci in gioco anche con questi accorgimenti? E' una strategia che certamente aiuta a far crescere



una cultura sportiva nei nostri bambini. Invece di continuare a recriminare sul fatto che i campetti non sono frequentati come una volta, creiamo le condizioni di vita del campetto!

- *Quesito di un corsista relativo alla necessità di inventare, di creare idee alternative per integrare l'attività.*
- *Quesito di un corsista relativo all'approccio con gli insegnanti a scuola nel presentare i progetti. Considerazione: le società si avvalgono dei progetti ai fini del reclutamento.*

### **Lucio Bortolussi**

A proposito dei progetti-scuola, in verità non abbiamo neanche usato il termine "missionario" nel senso che a scuola si entra con la speranza di dimostrare che la nostra proposta si riveli attraente e divertente e che più bambini, possibilmente, vengano a giocare a Minibasket.

### **Francesco Grosso**

Con i miei responsabili, alla fine dell'anno, mi misuro su questi dati: quante nuove società sono state fondate? Quanti bambini giocano? Io devo "rispondere" proprio su queste cifre e è un caposaldo fondamentale per il nostro lavoro e al tempo stesso un importante elemento di autovalutazione, ossia la capacità di costruirsi dei parametri di efficacia e di indirizzare l'azione verso una determinata direzione. Nel recarci a scuola, la nostra missione è sportiva ed educativa perché se domani un bambino smetterà di giocare io sarò consapevole che è una persona che comunque da me ha ricavato degli insegnamenti positivi che gli risulteranno utili per la vita.

- *Quesito di un corsista: <<L'Easy basket è stato ideato per la scuola, la Federazione mette a disposizione gli strumenti ed i finanziamenti?>>.*

### **Maurizio Cremonini**

Dal punto di vista tecnico risulta evidente che è auspicabile che il processo di semplificazione della proposta nella scuola abbia amplificato la disponibilità e la voglia dei bambini a provare ad avvicinarsi al Minibasket. Sono due, infatti, gli elementi fondanti sottolineati anche da Lucio:

- **semplificare** significa far provare ai bambini delle attività che si possono realizzare soprattutto nel momento in cui gli stessi bambini hanno sempre più problemi di movimento, di sedentarietà ed anche di debolezza di interesse nel recarsi in palestra per svolgere attività fisica. Far scoprire che questa attività è alla portata di tutti è un primo elemento di contaminazione positiva;
- il secondo (altro punto sul quale abbiamo insistito) consiste nel proporre agli insegnanti di **gestire autonomamente in palestra alcuni giochi di Easybasket senza il sostegno dell'esperto.**

Quale aspetto è stato sottolineato nel presentare l'Easybasket? Il Minibasket è presente a scuola ormai da molto tempo ma l'Istruttore aveva sempre proposto il suo vissuto personale di conoscenze e di esperienze e quindi in sua assenza la maestra non aveva gli strumenti per gestire le attività. Semplificando invece il Minibasket sotto le vesti dell'Easy-Basket qualche maestra ha provato a mettersi in gioco cercando di proporre i nostri giochi. A tal proposito posso testimoniare che tantissimi progetti scolastici sono gestiti da insegnanti che

hanno partecipato ai nostri corsi di formazione e che insegnano Easy-basket a scuola. Molte insegnanti costituiscono pertanto un patrimonio per il Minibasket in quanto sono in grado di far giocare i bambini a Easy senza la presenza dell'esperto.

Per quanto riguarda il contributo economico ai Centri e alle società è stato comunicato che la Federazione non ha più a disposizione le risorse finanziarie per sostenere il progetto. Intanto si può provare a proporre l'Easy-basket nelle scuole e riscontrare se le insegnanti lo accolgono. Le società e i Centri ridurranno il piano degli interventi e quindi semplificandolo e magari con quattro lezioni le spese saranno limitate. Altre quattro o cinque lezioni di Easy basket possono essere gestite dalle maestre e questa strategia offre un vantaggio in termini di penetrazione all'interno della scuola. Adottare inoltre il linguaggio della scuola ci fornisce anche un valore culturale diverso perché la scuola ha riformato i propri programmi secondo le indicazioni ministeriali e noi, con l'Easybasket, ci siamo avvicinati alle indicazioni e ai programmi della scuola. Il programma viene accolto favorevolmente dagli insegnanti e quindi conferiamo anche un apprezzabile valore culturale alla nostra iniziativa. Certamente ingolosirebbe avere un valore aggiunto ma dobbiamo tener conto che la Federazione non ha più a disposizione la liquidità come nei tempi passati per i progetti-scuola. La Federazione, infatti, tra le voci che ha tagliato in bilancio in maniera sostanziale è proprio l'attenzione alla scuola mentre invece le altre Federazioni possono permettersi di spendere in maniera più significativa. Diverse Federazioni hanno inserito la scuola nel marketing non nella parte didattica ma nella parte specificatamente promozionale perché deliberano degli investimenti per promuovere l'attività. La nostra Federazione è stata invece costretta a scelte di diversa natura.

### **Lucio Bortolussi**

Noi abbiamo puntato in forma massiccia su una proposta mirata a fornire un progetto culturale di altissimo valore. La scuola se ne accorge subito, la nostra non è un'attività soltanto fine a se stessa. Si offre un lavoro di altissima qualità, raffinatissimo sul piano culturale e la scuola se ne rende conto. Alle società cosa si offre? Si offrono degli Istruttori a loro volta preparati con un investimento sulla formazione e un grande investimento sul libro. In precedenza è stato anche realizzato il libro *"Easy-basket, il gioco sport della Fip per la scuola"* che riconosce l'Istruttore come un portatore di modello sano e anche questa è stata una forma di grande investimento per la formazione. Inoltre, la possibilità di organizzare corsi per insegnanti e la donazione di palloni Easy alla scuola. Ora siamo in prossimità di fine mandato, quindi per il prossimo quadriennio occorrerà aspettare l'enunciazione delle linee politiche che saranno adottate dalla nuova dirigenza federale.

- *Quesito di un corsista relativo all'omogeneità dei gruppi, all'autonomia dei bambini, allo spazio a casa per certe attività e come impegnarli a casa.*

### **Maurizio Cremonini**

Più che a casa, educiamoli a frequentare il campetto, si devono responsabilizzare affinché si rechino al campetto, devono tornare a giocare ai campetti. A fine attività, ovvero a fine Maggio dobbiamo abituare i nostri bambini a frequentare il campetto non per altri giochi o per giocare a calcio. Certamente non è esaltante vedere giocare a calcio nei campetti di basket, quindi "riappropriamoci" dei nostri campetti affinché si giochi a basket. Io sono dell'idea di riservare un investimento in questo senso, ovvero riportare i bambini all'aperto. Immaginare i ragazzini che finiscono gli allenamenti a Maggio o a Giugno e frequentano per i 3 mesi estivi il campetto, come si ritrovano poi a Settembre? Da sbalordirsi come sono trasformati! È un'abitudine che purtroppo è stata dispersa. Dobbiamo stimolare i ragazzini a crearsi autonomamente dei giochi e degli spazi, d'altra parte le nostre generazioni sono cresciute a tirare contro i muri, a tirare su canestri inventati e rudimentali appesi ad un muro:

anche questo è un modo per allenarsi! È anche questo un continuo esercitarsi sui passaggi, sui palleggi, su tutti i fondamentali.

Forse il vero obiettivo da conquistare con i nostri bimbi è riuscire a spezzare quella dinamica con cui iniziano la loro vita di relazione con l'amichetto e la trascinano negli anni. Devono invece aprirsi, non esiste soltanto l'amichetto, esiste un gruppo, una banda, tutta la banda esce a giocare all'aperto. Al pomeriggio trovare un posto dove inventarsi una partita di pallacanestro anche con attrezzi rudimentali. Dobbiamo avere il coraggio di proporre iniziative che forse sembrano insensate ma necessarie e dobbiamo assumerci queste responsabilità per ovviare all'handicap che le autorità non costruiranno più palestre nuove e nemmeno restaureranno quelle datate. Gli enti locali, infatti, ormai da diverso tempo annunciano che non sono più disponibili risorse finanziarie per ristrutturare le palestre per cui abbiamo già poche palestre, pochi spazi che diventeranno anche fatiscenti e come risolveremo questi nostri problemi? Certamente non continuando a recriminare ma prendendo il coraggio a due mani per inventarci delle idee nuove, organizzandoci in una forma più metodica e più razionale perché con questa amara realtà dovremo convivere a lungo nel futuro.

- *Quesito di un corsista relativo alle problematiche sulla gestione e modalità di realizzazione dei progetti scuola.*

### **Lucio Bortolussi**

È un problema di scelte e di competenze. Ad esempio: i progetti di attività motoria sono costati tantissimo, valutazioni sul progetto non mi risulta siano state elaborate ma in ogni caso lo Stato ha deciso verso Ottobre-Novembre di provvedere agli organici funzionali. Le scuole hanno avuto qualche insegnante in più, era l'occasione unica, a mio parere, per poter stabilire che nella scuola primaria uno dei quattro o dei tre doveva trattarsi di un insegnante di Educazione Fisica ma che avesse una formazione specifica per quel tipo di età e così si stabilizzavano gli insegnanti ed era risolto il problema. Ormai se ne discute da diversi anni, dal 1990 di sicuro perché non è sufficiente l'insegnante di Educazione Fisica ma deve essere uno specialista adeguato a quel tipo di scuola con le relative competenze per insegnare ai bambini ed anche capace di creare un ponte con le altre discipline.

- *Quesito di un corsista relativo alle problematiche sulle funzioni della figura del "tutor" nell'ambito della realizzazione dei progetti scuola.*

### **Roberta Regis**

Esempio: io sono il tutor, a fianco di Lucio che svolge attività di Easy-basket, con l'insegnante presente in palestra. Mentre Lucio svolge il suo lavoro faccio notare all'insegnante come l'attività di Lucio potrebbe essere perfetta e utile per l'attività scolastica in quanto tratta le funzioni cognitive, le variabili spazio-tempo e mostra come quelle funzioni cognitive l'insegnante stesso le ritroverà poi nell'attività scolastica e come il progetto di Lucio è trasversale e anche utile. Mi trovo però anche con l'Istruttore che invece di svolgere attività di Easy-basket propone attività di Minibasket che non è corretta perché i giochi che presenta sono di tipo competitivo e mai delle proposte che siano collaborative. In questa situazione è compito del tutor far notare all'insegnante che quel tipo di attività per la sua classe potrebbe essere deleteria. In realtà la presenza di numerose attività all'interno della scuola è opportuna per il tutor perché se l'insegnante, ad esempio, vede il gioco del pescatore, è un gioco molto indicato per i bambini anche se noi sappiamo per quale motivo il gioco del pescatore a scuola forse non può funzionare. L'insegnante effettua una ricerca su Internet e per i bambini di 5-6 anni facilmente trova il gioco del pescatore, vede l'Istruttore che a scuola propone il gioco del pescatore, non ha competenze specifiche e poi s'accorge che tra i

bambini in classe probabilmente si è scatenata un po' di confusione per aver presentato questo gioco, però non sa il perché questo gioco non può essere gestito in un determinato modo. Se non giustificiamo il tipo di attività, quel gioco non potrà esser utile.

### **Lucio Bortolussi**

La scuola, tramite il tutor, deve intendersi sulla scelta dei Progetti, questo è il problema perché se la scuola è competente, il tutor l'aiuta a diventare più competente.

- *Quesito di un corsista relativo alle problematiche dell'assicurazione-infortuni.*

### **Francesco Grosso**

Questo è un problema ovviamente molto frequente nel rugby. Una componente che cerchiamo di rendere più efficiente possibile è la struttura societaria. Quando il bambino arriva deve essere disponibile ad accoglierlo una persona competente che istruisce il genitore in materia. L'Educatore ha il compito di accogliere il bambino quando entra in campo e di riaffidarlo al familiare o alla persona di fiducia che lo accompagna al momento dell'uscita dalla palestra.

Se mi trovo nella situazione in cui propongo dei giochi ai bambini, li faccio un attimo sedere per terra e se la maestra chiede a qualcuno se ha freddo o se sta sudando, io invito quella maestra ad accomodarsi, a non preoccuparsi perché la situazione è tutta sotto controllo. Accade di arrivare a questi estremi, come viceversa altre maestre recepiscono tutto e si dimostrano aperte, però la scuola italiana è questa.

La strategia che noi mettiamo in atto è questa: noi realizziamo quattro interventi in ogni classe all'interno di una scuola e la denominiamo "attività di sensibilizzazione", totalmente gratuita e in orario curriculare. A fronte di diverse problematiche, noi ci regoliamo in questo senso: in diverse situazioni è scoperta la fascia oraria dalle 13 alle 17 perché terminano l'impegno scolastico alle ore 13 e praticano attività sportiva nella fascia oraria conclusiva. Noi in quella fascia oraria proponiamo l'attività sotto forma di "adesione volontaria" nel senso che i bambini e le bambine a cui è piaciuta la proposta esprimono il desiderio di continuare. Noi comunichiamo che ogni lunedì pomeriggio alle 13,30 o alle 14, al termine dell'orario scolastico, siamo presenti nel giardino della scuola piuttosto che nel parco pubblico e proponiamo un'ora e mezza di rugby. Questo tipo di attività si inserisce in orario extra-scolastico per cui il dirigente non ha problemi e l'insegnante non è obbligato ad esser presente. Ovviamente dobbiamo tesserarli per garantire loro la copertura assicurativa. Non li tesseriamo per il club perché questa iniziativa viene vissuta sotto l'egida dello slogan "*Sto aderendo al rugby*" mentre il messaggio che lanciamo noi è totalmente diverso, della serie: "*Giochi a basket? Continua con il basket, salvo, se vuoi, dalle 13,30 alle 15,00, il lunedì siamo disponibili per cui puoi venire*". L'unica esigenza prevede di compilare il modello di tesseramento per l'ente scolastico che è una specie di squadra scolastica, estremamente semplificata, affiliata alla Federazione Italiana Rugby. Presso la FederRugby il tesseramento è gratuito perché abbiamo scelto da tempo di rendere i tesseramenti gratuiti perché la FIR ha disponibilità economiche e può permetterselo. In Lombardia, ad esempio, squadre di questo tipo sono annoverate nell'ordine di 140 con 4.000 bambini tesserati, di questi 4.000 diventeranno rugbyisti, nella migliore delle ipotesi, forse 400 o 500 però intanto praticano attività una volta alla settimana, in questo caso totalmente gratuita. Questa è la strategia che abbiamo studiato per introdurre lo sport a scuola, quindi associando lo sport alla dimensione scolastica ma senza pesare sull'organizzazione scolastica perché il dirigente scolastico è rigoroso per quel che riguarda le formalità assicurative. L'insegnante chiede se deve esser presente ed eventualmente i suoi diritti. Noi rispondiamo che non è tenuto ad essere presente; se vuole può presenziare ma non è obbligato.

**Maurizio Cremonini**

Per quanto riguarda l'assicurazione sono garantiti tutti gli strumenti necessari, ovvero l'assicurazione della Federazione e l'assicurazione integrativa. Sono operanti diverse compagnie assicurative con le quali le società, introitando risorse finanziarie, possono decidere di stipulare le polizze integrative oppure offrire alle famiglie contratti assicurativi integrativi per coprire gli infortuni. E' notorio che le società sono ormai organizzate sul fronte assicurativo e, poiché diversi sodalizi sono stati pesantemente sanzionati causa infortuni accaduti, si è consolidata la consapevolezza che tutelarsi è un dovere. La Federazione formula due proposte di assicurazione: normale e integrativa e sono attive anche altre assicurazioni che presentano offerte molto vantaggiose. Molte società, infine, si gestiscono autonomamente.