

FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO
COMITATO REGIONALE PIEMONTE



Piazza Dante in centro a Cameri (NO)

CAMERI
(provincia di Novara)
Domenica 7 Maggio 2023

CLINIC MINIBASKET
«Allenare il controllo motorio»

Relatori: i formatori Massimo Baccarin e Simone Vialardi



Massimo Baccarin

Simone Vialardi

Appunti di Massimo Baccarin e Simone Vialardi

Rielaborazione testo e composizione grafici di Guido De Alexandris

PREFAZIONE

Questa relazione del Clinic di Minibasket di Cameri (NO) è permeata da un'idea guida che coinvolge il lettore sia razionalmente che tecnicamente. Il viaggio alla ricerca del sapere richiede sempre impegno e non è dato per scontato. E' un viaggio che esige costanza perché occorre dedicare tempo e risorse. Il percorso di crescita si deve disegnare ogni giorno attraverso lo studio e la riflessione che si riverberano poi nel lavoro quotidiano in palestra al servizio dei bambini.

I due giovani formatori, **Massimo Baccarin** e **Simone Vialardi**, relatori di queste due lezioni semplici e lineari, tracciano delle linee maestre che costantemente richiamano ai concetti del moderno modello di insegnamento del Minibasket, studiato dallo staff tecnico nazionale diretto alla perfezione da **Maurizio Cremonini**.

In questo cammino, ciò che è importante è il corredo di qualità, di capacità e di possibilità che ogni Istruttore di Minibasket deve fornire come risposta alle esigenze dei bambini, quindi il suo impegno sul piano tecnico ed educativo, l'adesione ai valori e il viverli con profondo senso di responsabilità.

Questo breve testo, quindi, può essere letto dalla prospettiva della progettualità delle proposte pratiche da realizzare in palestra e al tempo stesso da scoprire, da decodificare e da attuare. E' importante quindi valorizzare questi elementi del modello minibasket, capire il loro significato e fonderli tra loro per la composizione dell'armonia del lavoro in palestra.

L'Istruttore di Minibasket spende l'esistenza per questa ricerca, con le sue emozioni e vissuti, con la sua intelligenza, con la proiezione ideale di realizzazione e la spinta alla progettualità.

Buona lettura e buon uso!

Guido De Alexandris

**FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO
COMITATO REGIONALE PIEMONTE**

27 Aprile 2023



CLINIC: «Allenare il controllo motorio».

Il settore Minibasket organizza un clinic di aggiornamento avente come argomento "L'allenamento del controllo motorio attraverso lo strumento della difesa".

Relatori: Massimo Baccarin e Simone Vialardi.

Quadri di riferimento: Abilità (Aquilotti) e Competenze (Esordienti).

- GIORNO: Domenica 7 maggio 2023
- ORARIO DI INIZIO: ore 9,00
- LUOGO: Centro Sportivo Sportcube, Piazza Atleti Azzurri d'Italia 8 – **Cameri** (Novara)



Quadro: Abilità

Obiettivo: Controllo Motorio

Strumento: Difesa.

Fase di Attivazione.

- Tutti con palla. Palleggiare liberi per il campo, l'Istruttore toglie metà dei palloni facendosi passare un pallone per volta dai bambini.
- Suddivisione dei bambini in due squadre. Chi rimane senza palla corre a rubare la palla ad uno del colore opposto. Chi si fa rubare la palla prova a sua volta a rubarla e riprenderla dallo stesso avversario.

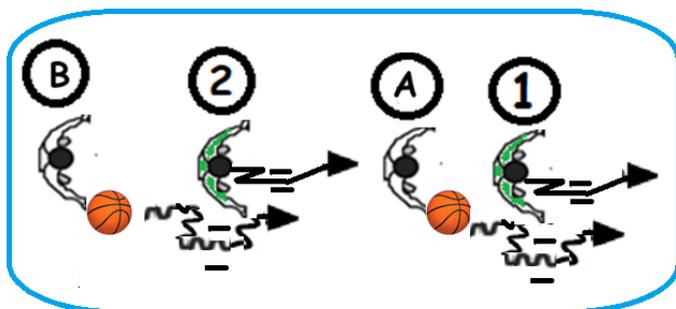


Diagramma 1

- 1^ Variante: al segnale vocale “via!!” dell'Istruttore formare dei quartetti disponendosi a “trenino” come da diagramma 1 di cui (1) e (2) senza palla mentre (A) e (B) con palla. (1) deve mettere in difficoltà il controllo motorio dei compagni muovendosi a scatti in avanti, all'indietro, arrestandosi e ripartendo. Chi ha la palla deve muoversi in palleggio. (1) comanda i movimenti, chi ha la palla deve mantenere il palleggio sempre vivo, sul posto quando (1) si ferma per poi ripartire sempre dal palleggio. Mai scontrarsi!

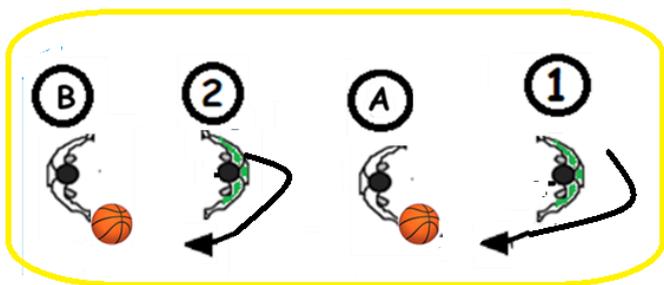


Diagramma 2

- 2^ Variante: (1) può girarsi e rubare la palla a (A) mentre (2) cerca di rubarla a (B). Chi ruba la palla la restituisce all'attaccante. Chi commette fallo corre a “battere cinque” con l'Istruttore (socio relazionale). Quando (1) decide, riparte (diagramma 2).

- 3^ Variante: quando (B) chiama “cambio!!”, (B) consegna il proprio pallone a (2) e (A) a sua volta lo consegna a (1). Cambiare poi il capitano e cambiare la composizione dei quartetti.

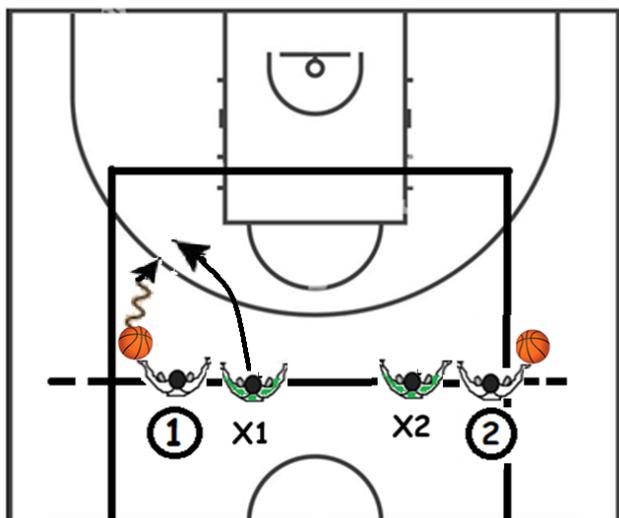


Diagramma 3

Gioco-ponte.

Disposizione iniziale sulla linea del pensatoio come da diagramma 3.

Il giocatore (1) muove il trenino, X1 è l'attivatore dell'uno contro uno. Appena X1 decide di muoversi per correre a difendere, l'attaccante (1) parte in palleggio e i due danno vita all'uno contro uno. Gara a punti: 1 punto per fallo subito o canestro realizzato; 1 punto per palla recuperata o rimbalzo conquistato.

Fase centrale.

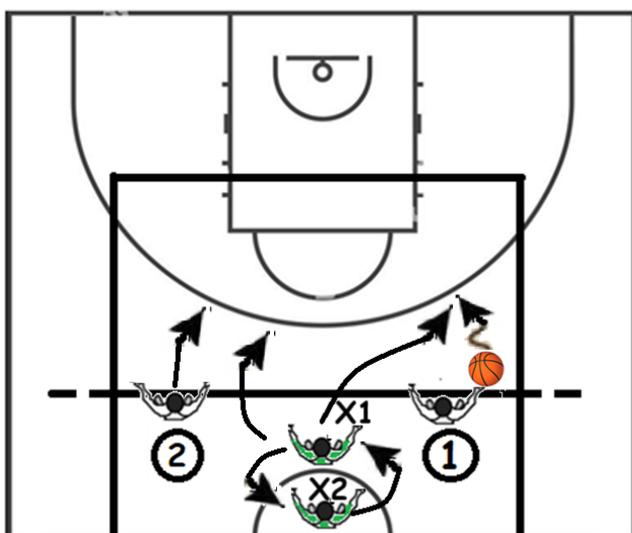


Diagramma 4

• 2>2

Gioco di potere. Disposizione come da diagramma 4. Gara a punti: 1 punto per fallo subito o canestro realizzato; 1 punto per palla recuperata o rimbalzo conquistato.

I due difensori X1 e X2 si scambiano posizione in continuità, l'attaccante (1) si esibisce in uno show in palleggio, il suo compagno (2) si muove senza palla rimanendo allineato.

Chi dei due difensori decide di prendere iniziativa attiva il gioco. L'attaccante (1) parte in palleggio appena il difensore supera la linea del pensatoio, contemporaneamente si muove anche (2).

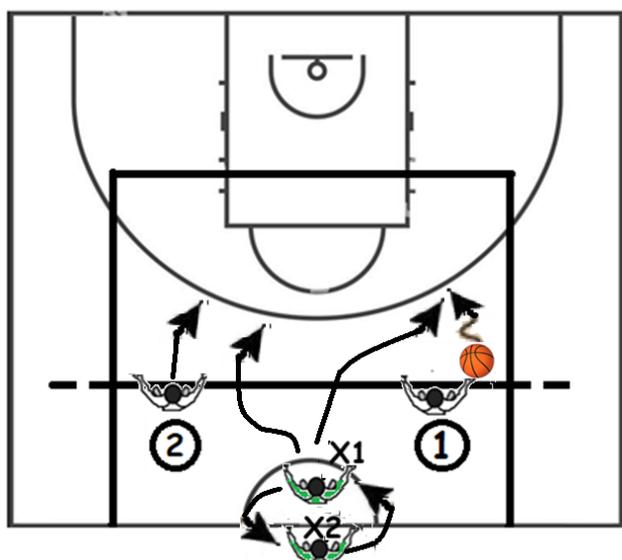


Diagramma 5

Variante.

Disposizione come da diagramma 5. I difensori X1 e 2 nel semicerchio del centro campo si muovono senza scontrarsi. L'attaccante (1) parte quando il difensore X1 esce dal cerchio del centrocampo.

Fase finale.

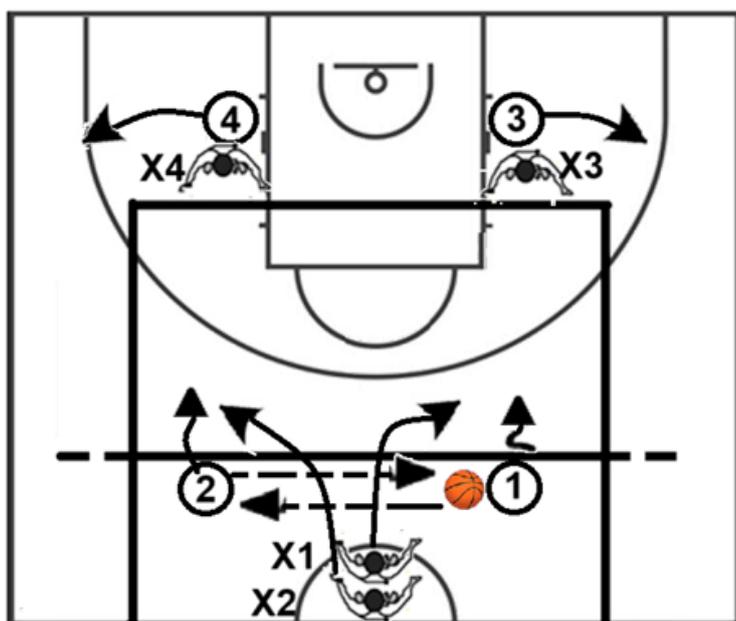


Diagramma 6

- 4>4

Disposizione come da diagramma 6. (1) e (2) si passano in continuità la palla giocando a "rubapassi". I due difensori X1 e X2 si muovono nel cerchio di centrocampo evitando di scontrarsi. Attivatore del gioco è X1 che quando supera la linea del pensatoio fa partire in palleggio chi, tra (1) e (2), si trova in quel momento in possesso di palla.



Quadro: Competenze

Obiettivo: Controllo Motorio

Strumento: Difesa.

Fase di Attivazione

- Tutti con palla. Palleggiare liberi per il campo, l'Istruttore toglie una terza parte dei palloni facendosi passare un pallone per volta dal bambino a cui la chiama mostrandogli i palmi delle mani aperte e quindi pronte a ricevere.
- Chi rimane senza palla corre a rubare la palla ai compagni.
- Variante 1. (Ambito Socio relazionale). Al fischio lasciare il pallone e correre a recuperarne un altro.

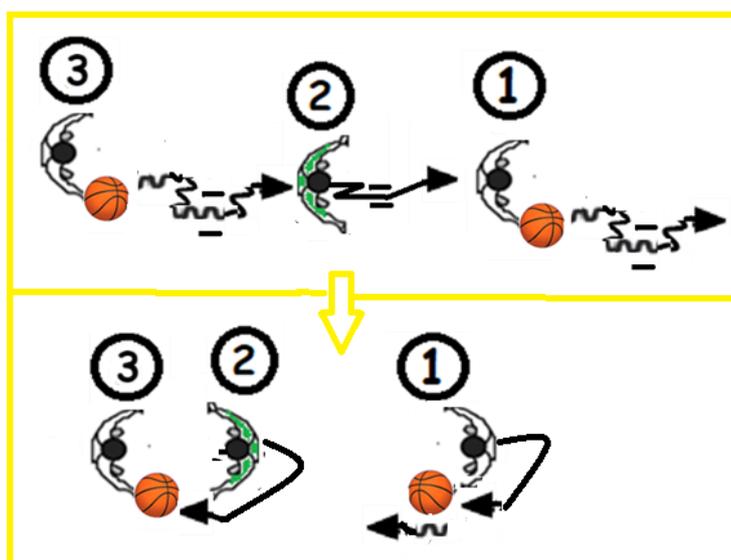


Diagramma 1

- Variante 2. Suddivisione in terzetti che si muovono a trenino, di cui (1) e (3) con palla in palleggio, (2) senza palla, come da diagramma 1. Quando (1) si gira, (2) cerca di rubare la palla a (3). Scandire a voce alta 8 secondi (ambito socio relazionale).

- Variante 3. L'Istruttore dà il "via!!" a voce alta (successivamente verrà pronunciato da un bambino designato come capitano). (2) cerca di rubare la palla a (3) mentre (1) cambia terzetto. 1>1 finché (1) non arriva --> per 5 secondi.
- Variante 4. Come il precedente ma (1), appena cambia terzetto, può chiamare un difensore.

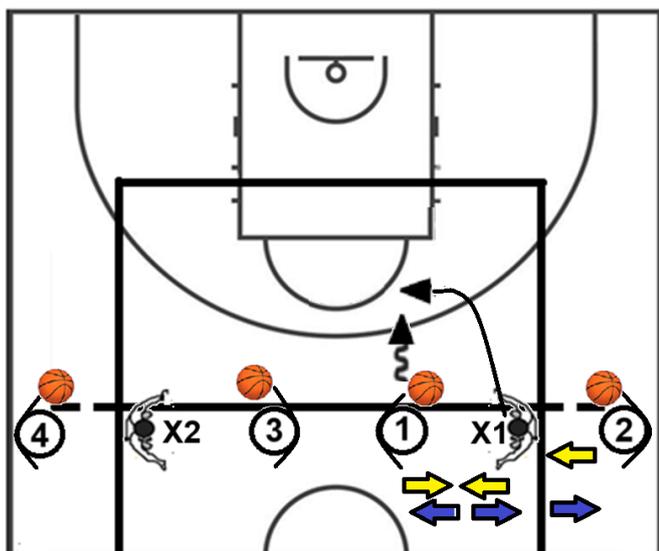


Diagramma 2

Gioco-ponte.

Disposizione come da diagramma 2. Il difensore X1 gioca a specchio con i compagni e quando decide parte a difendere in 1>1. Poi cambio.

Regole per il punteggio: 1 punto per rimbalzo catturato o palla recuperata; 1 punto per canestro realizzato o per fallo subito.

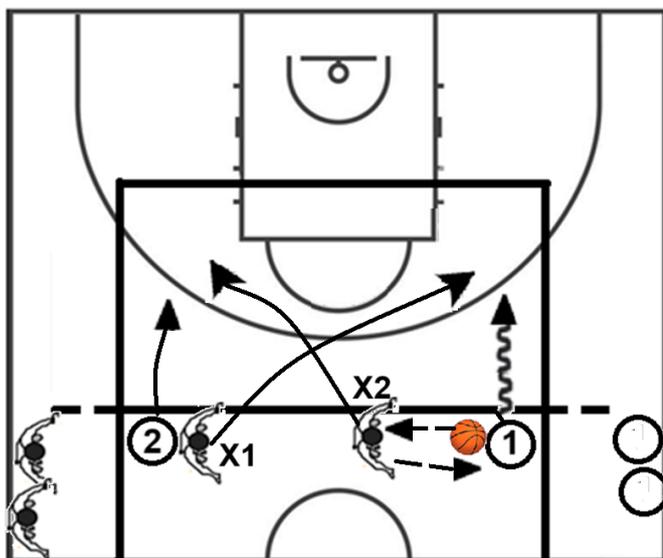
Fase centrale

Diagramma 3

- 2>2.

Disposizione come da diagramma 3. Attivatore del gioco è il difensore X1 che si lancia a marcare (1) mentre X2 recupera su (2).

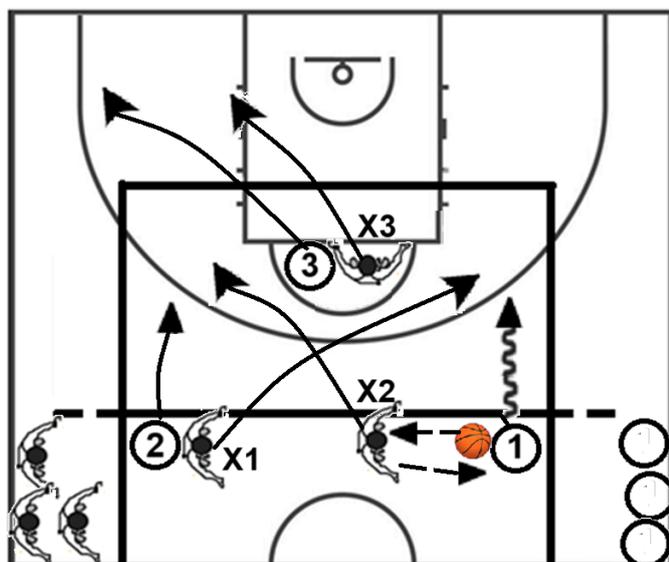


Diagramma 4

Variante.

- 3>3.

Disposizione come da diagramma 4. Una coppia di spalle = comunicazione difesa.

Variante.

Cambio lato alla palla.

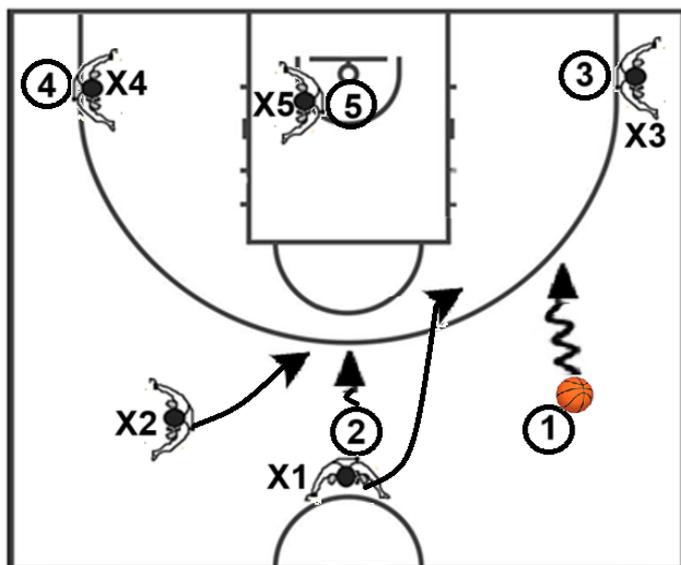
Fase finale

Diagramma 5

Partita 5>5.

Disposizione iniziale come da diagramma 5. Attivatore del gioco è il difensore X1 che corre a difendere su (1) con palla mentre X2 recupera su (2).



Cameri: la guida completa e aggiornata (fonte: "PaesiOnline")

Guida Cameri: storia, territorio, cosa visitare

Questa località è situata in Piemonte e fa parte della provincia di Novara. Le origini risalgono intorno all'800. Da segnalare: è situata a nordest del capoluogo ed è adagiata lungo il Ticino.



Guida generale : Cittadina del novarese nel parco della valle del ticino che merita certamente di essere visitato. Buona base di partenza anche per visitare i laghi Maggiore ed Orta, il monte rosa. Situato a "meta" strada tra Milano e Torino e' insomma un piccolo centro dalle diverse opportunita'. Una cosa da non perdere e' senza dubbio il gorgonzola della latteria di Cameri che merita di essere assaggiato.

Dal punto di vista fisico-orografico, il Comune di Cameri si caratterizza quale tipica località della pianura padana: il paesaggio è pianeggiante, solcato da numerosi canali di irrigazione che hanno consentito lo sviluppo nei secoli di un'agricoltura intensiva altamente produttiva.

Questo carattere è ancor oggi vivamente testimoniato dalla presenza di una specializzata coltura dei cereali. La produzione risicola riveste in questo panorama un ruolo particolare: qui viene infatti coltivato il riso più settentrionale del mondo e, nonostante i continui interventi richiesti al fine di garantire la necessaria fertilità dei terreni, tale attività economica risulta essere particolarmente redditizia.

Una porzione non indifferente del territorio comunale è lasciata al bosco spontaneo. Il Comune è infatti compreso nell'area interessata dal Parco del Ticino. Si tratta di un parco fluviale, un'area naturalistica protetta situata lungo le sponde del Fiume Ticino. Nelle stagioni favorevoli quest'area è meta di un considerevole flusso di gitanti provenienti dalle aree urbane circostanti.

Il patrimonio storico-artistico di Cameri è soprattutto costituito da alcune interessanti strutture a tradizionale destinazione rurale (cascinali), da qualche residenza di pregio (in particolare la Villa Picchetta, destinata a diventare sede dell'Ente Parco del Ticino) e da edifici religiosi.

Alle tradizioni rurali si allaccia la festa patronale, arricchita da un Palio medievale con corsa degli asini. La popolazione coltiva interessi musicali ed ha costituito un corpo corale che gode di una certa fama. Gli interessi turistici sono promossi dalla Pro-Loco. La porzione occidentale della regione dei laghi alpini (Laghi Maggiore e d'Orta) dista solo 30 chilometri.