

Verona, 17 Giugno 2017 - Clinic Minibasket

Docente: Maurizio Cremonini

“DAL MINIBASKET AL BASKET CON UNO SGUARDO AL MONDO DELLA SCUOLA”



Estensore: Istruttore Naz. MB Guido De Alexandris

PREFAZIONE

E' il 17 Giugno 2017, la Primavera è agli sgoccioli e l'Estate bussa già alla porta. Cominciano ormai ad allontanarsi certi ricordi abbracciati alla Primavera punteggiata di preziose esperienze, lontani ma non dispersi perché rimarranno i depositari della passione che li ha generati. I ricordi di questa ricca Primavera 2017 di Minibasket si specchiano, in successione cronologica, nelle partecipazioni al Clinic Regionale di Conegliano (TV), al Clinic Nazionale di Bologna, al Clinic Nazionale di Sansepolcro (AR), al Clinic Regionale di San Bonifacio (VR), al Clinic Nazionale di Rubano (PD), al Clinic Internazionale di Milano, senza trascurare i Clinic di basket di Udine, Montebelluna e Venezia. Comanda sempre il desiderio irrinunciabile della ricerca, è lei che gestiva le antiche azioni dell'uomo ed è a lei che si rivolge l'uomo che ambisce al futuro colorato. Ogni volta amo toccare il confine del rispetto, osservare come il senso di responsabilità indica i traguardi da raggiungere. Conosco chi ancora imposta la propria vita poggiando proprio su questi pilastri e continuo a cercarli (***“accontentarsi, ma non smettere mai di migliorarsi”***).

Un Clinic in una città così affascinante come **Verona** è un appuntamento intrigante ed irrinunciabile, ancor di più se il tema proposto e il docente che lo tratta rappresentano due componenti di altissimo profilo.

L'argomento affrontato è un approfondimento destinato a quegli Istruttori che offrono tempo e passione all'insegnamento del Minibasket, sia presso le società che all'interno delle scuole, sviscerando temi che evidenzino delle peculiarità caratterizzanti, aspirando per tutti uno sbocco nell'attività di settore giovanile.

Maurizio Cremonini, come ormai suo solito, ha rappresentato le argomentazioni di questo tema con una comunicazione intrisa di estrema chiarezza e di ricchezza concettuale.

Stimolare a riconoscere e a **come allenare le capacità motorie è, infatti, un punto fondante del moderno Minibasket**. Altro pilastro irrinunciabile è lo spronare ad **utilizzare le funzioni cognitive e le funzioni esecutive perché sono le componenti essenziali per la crescita delle persone, come Maurizio ha sottolineato più volte**.

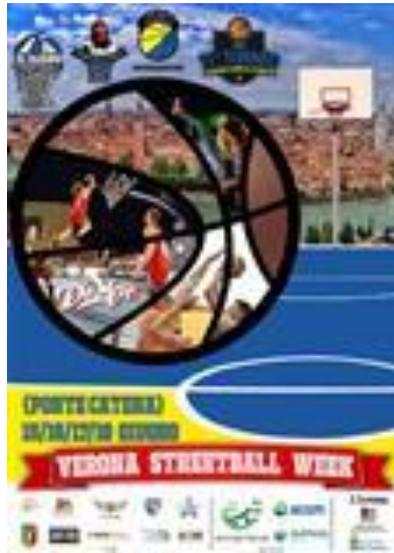
E in queste comunicazioni ciò che ha dominato è quella semplicità espressiva che si raggiunge dopo anni di riflessioni, di meditazioni, di rielaborazioni di dati ed impressioni. Risiede proprio in queste sfaccettature la grandezza del relatore: saper dichiarare su un portavivande prezioso un carico di ogni dialogo interiore, nel saperlo proporre con spontaneità, con un linguaggio accessibile e significativo, diretto ed affascinante. La capacità mirabile di un docente, infatti, è quella di saper tradurre la ricchezza culturale ed intellettuale in semplicità verbale.

Per concludere, questo clinic si è rivelato un autentico caleidoscopio di ricognizioni scientifiche e razionali, al tempo stesso plurimo e polivalente perché le proposte presentate sono adattabili sia all'attività delle società di Minibasket che alla scuola.

Buona lettura!

Guido De Alexandris

CLINIC INTEGRATO MINIBASKET E BASKET ALLA "VERONA STREETBALL WEEK"



In occasione della Verona Streetball Week che si terrà sui nuovissimi Playground di Ponte Catena a Verona (Viale Colombo), c'è un appuntamento da non perdere per tutti gli allenatori e Istruttori Minibasket.

Sabato 17 giugno dalle 9.30 alle 12.30 infatti si terrà un Clinic Integrato Basket e Minibasket che avrà due relatori d'eccezione:

- **Maurizio Cremonini**, Tecnico Federale Settore Giovanile, Minibasket, e Scuola, e
- **Marco Gandini**, vice allenatore della Tezenis Verona.

In caso di maltempo la manifestazione si svolgerà presso la palestra CONI di via Ascari.

13 Giugno 2017

MAURIZIO CREMONINI



Maurizio Cremonini è nato a Brescia il 18 Giugno 1956. Insegnante I.S.E.F. presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Brescia dal 1975 al 1978 • Allenatore Nazionale di Pallacanestro, 1978 • Istruttore Nazionale di Minibasket, 1981 • Formatore Nazionale di Minibasket, 1992 • Componente del Consiglio Nazionale Minibasket della FIP dal 1992. • Designato miglior Istruttore italiano di Minibasket, premio "E. Triccerri" nel 1992 • Collaboratore del Prof. Mondoni nei corsi di formazione per Istruttori nazionali di

Minibasket dal 1988. • Allenatore e Responsabile del Settore Giovanile di varie società dal 1977 al 1998 • Docente per la Federazione Italiana Pallacanestro settore Minibasket: nei Convegni Internazionali di : Lussemburgo nel 1998 - Francoforte (Germania) nel 1998 e 1999 - Manresa (Spagna) 2007 – Helsinki 2010 - Salò 2008/2009 e 2010 e di numerosi Clinic e corsi di formazione e aggiornamento su tutto il territorio nazionale per Istruttori Nazionali di Minibasket e insegnanti di scuola primaria e secondaria • Autore di numerose dispense e libri per conto della FIP Conoscere ed insegnare il Minibasket - Tutti i segreti del Minibasket - L'emozione, la scoperta ... il Minibasket - Il Minibasket : l'emozione, la scoperta il gioco • Master in Relazione e Comunicazione Didattica nella Pallacanestro alla Scuola Italiana di Psicologia Integrata di Casoria (Napoli) nel 2004 • Tecnico Federale per la Federazione Italiana Pallacanestro Settore Minibasket dal 1998 • Responsabile Tecnico Nazionale per la F.I.P. del Settore Giovanile Minibasket e Scuola dal 1998.

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

- **Qualifica CNA: “Allenatore Nazionale” (dal 1981).**
- **Qualifica Settore Minibasket: “Istruttore Nazionale Minibasket” (dal 2001).**
- **Partecipante ai Master 2002, 2003, 2005, 2014, 2015, 2016 e 2017 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 senior e giovanile maschile a Viterbo **dal 1971 al 1975**. Trasferitosi a Mestre nel **1975 (essendo nativo di Venezia)**, ha maturato diverse esperienze con vari incarichi come allenatore di squadre giovanili e senior, Istruttore di Minibasket e Responsabile Tecnico Minibasket. Società in cui ha militato: Pallacanestro Giganti Zelarino, Reyer Venezia (tre cicli); Basket Mogliano (tre cicli), Giants Marghera, Casale sul Sile. Attualmente Istruttore Minibasket al Basket Mogliano Veneto (TV).

Ha insegnato inoltre Minibasket nell'ambito dei progetti-scuola alle Elementari di Marghera e di Casale sul Sile. Ex insegnante di Educazione Motoria in Scuole Elementari.

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.

Verona, sabato 17 Giugno 2017, ore 9,30
Clinic Minibasket e Basket

Maurizio Cremonini:

“DAL MINIBASKET AL BASKET CON UNO SGUARDO AL MONDO DELLA SCUOLA”

Presentazione (FONTE: FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO - SETTORE MINIBASKET - AREA TECNICA).



Area Tecnica, i temi affrontati nel Clinic di Verona 2017

Nell'Area Tecnica Minibasket del sito della Federazione Italiana Pallacanestro è stato pubblicato il documento presentato nel Clinic Minibasket e Basket organizzato dal Settore Minibasket FIP e dal Comitato Nazionale Allenatori il 17 giugno 2017 a Verona. Il tema proposto è una riflessione da offrire a coloro che dedicano tempo e attenzione all'insegnamento del Minibasket, nei Centri e a Scuola, approfondendo tematiche che ci consentano di confermare specificità non così distanti, sognando per tutti una possibilità nell'attività sportiva giovanile.

**FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO
 Settore Minibasket e Comitato Nazionale Allenatori.
 Clinic Minibasket e Basket – Verona 17 giugno 2017**

“L’incontro tra il Minibasket e il Basket . . . con uno sguardo alla Scuola”

Il tema proposto è una riflessione da offrire a coloro che dedicano tempo e attenzione all'insegnamento del Minibasket, nei Centri e a Scuola, approfondendo tematiche che ci consentano di confermare **specificità non così distanti**, sognando per tutti una possibilità nell'attività sportiva giovanile.

La proposta pratica presentata sarà descritta con un gruppo *Scoiattoli* dei Centri Minibasket, riconducibile al quadro di attività delle **CONOSCENZE**, bambini che hanno vissuto le Prime Conoscenze, e si stanno orientato verso le Abilità e le Competenze; le conoscenze di un bambino del Centro Minibasket sono paragonabili alle **COMPETENZE** raggiungibili da un bimbo a Scuola, contesto nel quale si deve tener conto di specifiche complessità:

- a Scuola le attività e le proposte devono essere **PER TUTTI**, nessuno escluso
- a Scuola (ma anche nei Centri) deve essere offerta un'opportunità di **APPRENDIMENTI SIGNIFICATIVI** per tutti gli ambiti che contribuiscono alla crescita della **PERSONA**

- *motorio*
- *socio-relazionale*
- *“tecnico”*
- *cognitivo*

- a Scuola le proposte devono **adeguarsi** al contesto, alle problematiche e alle difficoltà (progettuali – realizzative – didattiche)
- a Scuola i bambini possono avvicinarsi al gioco – al giocosport e allo sport ma lo devono fare in modo più semplice (**easy**).

Raggiungere i primi facili elementi di conoscenza di un giocosport a Scuola, potrà consentire ai bambini uno sviluppo anche in quel quadro di specificità delle **abilità** e delle **competenze**, se gli elementi appresi verranno messi in relazione con il contesto di gioco, con i primi semplici riferimenti del giocare.

Il punto centrale della **riflessione** è cercare gli elementi di affinità e **vicinanza** tra il **Minibasket** e il **Basket**, e tra il Minibasket dei Centri e il Minibasket – Easybasket della Scuola, costruendo insieme dei **ponti di relazione e comunicazione didattica**.

Un filo conduttore dovrebbe avvicinare e unire i processi di apprendimento di un bambino che realizza la propria attività a Scuola o in un Centro Minibasket, la possibilità, giocando, di incontrare e vivere costanti stimolazioni delle **FUNZIONI COGNITIVE** ed **ESECUTIVE**:

FUNZIONI COGNITIVE

senso-percezioni
attenzione
memoria
dimensione spazio/tempo

FUNZIONI ESECUTIVE

pianificazione
decisione
aggiustamento
inibizione
correzione
azione

(funzioni classificate e definite dagli esperti e studiosi delle NeuroScienze)

La **Pallacanestro** dichiara la ricerca di sviluppo di un giocatore **AUTONOMO** – **RESPONSABILE** e **COLLABORATIVO**, un giocatore **COMPETENTE**, ma sono caratteristiche prima che del giocatore della **PERSONA**, e la persona che abbiamo a Minibasket è la stessa

persona che va a Scuola, una Scuola che cerca per lui AUTONOMIA - RESPONSABILITA' e capacità di COLLABORAZIONE.

NON C'E' DISTANZA!!!

Il consapevole utilizzo da parte dell'Insegnante degli **stimoli** riferiti alle **Funzioni Cognitive ed Esecutive** dà la dimensione ed il **valore educativo e formativo** di un giocosport, nei Centri Minibasket o a Scuola:

- per **INSEGNARE** posso scegliere di usare il telecomando, in modo **prescrittivo**, negando gli stimoli, offrendo proposte chiuse, senza "far pensare" . . .avrò il totale controllo della situazione, la lezione perfetta, e bambini AUTOMI – IRRESPONSABILI e POCO COLLABORATIVI
- per **INSEGNARE** posso decidere di vivere l'insegnamento con un approccio didattico e metodologico diverso, utilizzando stimoli costanti delle **FUNZIONI COGNITIVE ed ESECUTIVE**

La proposta pratica presentata proverà a confermare tale **progetto educativo e formativo**, e verrà descritta utilizzando pochi palloni, come, spesso, accade a Scuola;

dal punto di vista motorio/funzionale gli obiettivi principali si muoveranno tra il riconoscere le modifiche del movimento adattandosi efficacemente alle nuove situazioni (**ADATTAMENTO e TRASFORMAZIONE**) mantenendo un **CONTROLLO** efficace DEL CORPO, COMBINANDO tra loro, in modo simultaneo o successivo, strutture semplici di movimento.

PARTE PRATICA

ATTIVAZIONE

- **“3 cose diverse”**. Suddivisione in tre gruppi, i bambini di un gruppo hanno la palla, i bambini di un altro gruppo hanno il cerchio ed infine di bambini di un altro gruppo hanno il cono. Muoversi liberamente per il campo evitando di scontrarsi. I bambini iniziano con il voto più alto (10) e devono difendere questo voto. Quando trovano un posto gradito si soffermano per giocare a piacimento con l’attrezzo. (Stimolo all’**attenzione**).
- **“Dal saluto allo scambio”**. Muoversi liberamente con il proprio attrezzo e quando s’incontra un compagno con un attrezzo diverso salutarsi con il “darsi 5”. Chi ha il cono lo depone a terra, lo scavalca e dopo il “5” lo riprende; chi ha il cerchio lo fa “trillare” (ovvero farlo girare su se stesso in piedi appoggiato a terra) e dopo il “5” lo riprende; chi ha il pallone, palleggia, lo lascia e dopo il “5” lo riprende.

Variante: circolare per il campo, quando s’incontra qualcuno che ha un oggetto diverso dal proprio lo si chiama per nome e chi ha il cerchio lo trilla e prende l’oggetto dell’amico, chi ha il cono lo scavalca e prende l’oggetto dell’amico, chi ha la palla la lascia e prende l’oggetto dell’amico. Ogni volta che s’incontra qualcuno chiamarlo per consegnargli un oggetto diverso (**attenzione e guardare**).





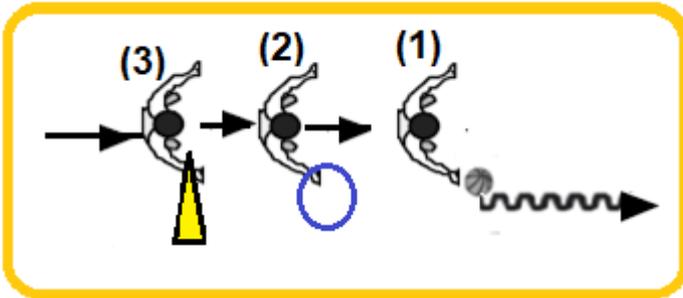


Diagramma 1

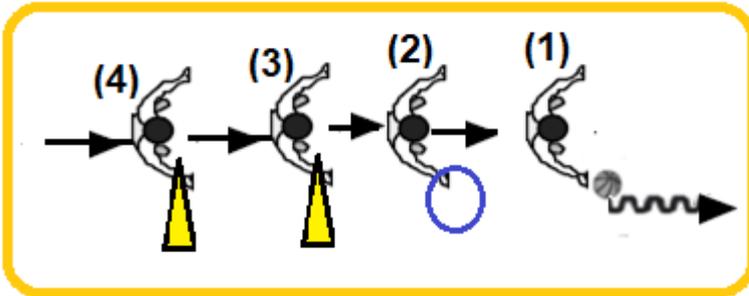


Diagramma 2

- **“Terzetti diversi”.** Comporre dei terzetti, ogni terzetto deve esser composto da un bambino con il pallone, da un bambino con il cerchio e da un bambino con il cono (Diagramma 1). Poiché in questo caso i bambini sono 13, si suddividono in tre terzetti e in un quartetto. Nel gruppo composto da quattro, due bambini hanno il cono ed occupano rispettivamente la terza e la quarta posizione. Chi ha la palla comanda ed occupa la prima posizione; chi ha il cerchio è secondo, chi ha il cono è terzo. Nel gruppo composto da 4 bambini la successione è: palla, cerchio, cono, cono (Diagramma 2). Chi ha la palla conduce il gruppo per il campo, ha la responsabilità di non staccare i suoi compagni ma può anche crear loro delle difficoltà, cioè può fermarsi palleggiando, può anche indietreggiare palleggiando. Coloro che seguono il capofila devono stare attenti a non sbattere uno contro l'altro!

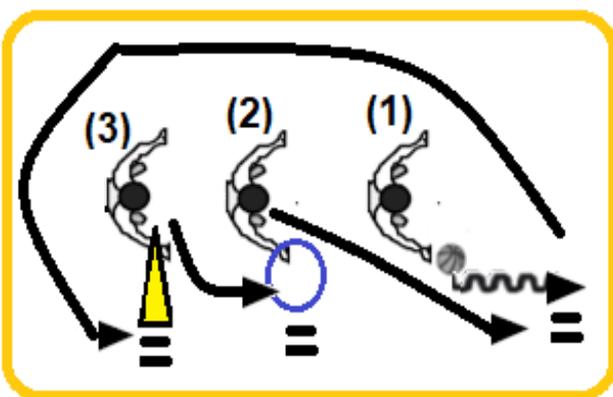


Diagramma 3

Accorgimento per stimolare l'autonomia: il terzo, che ha il cono, quando decide grida “cambio!”, posa il cono e scala in seconda posizione per prendere il cerchio; il secondo, quando sente chiamare “cambio!”, fa trillare (girare su se stesso, in piedi) il cerchio e corre avanti per prendere la palla; il primo, al “cambio!”, lascia la palla e corre in ultima posizione a raccogliere il cono (Diagramma 3). In questa situazione, oggettivamente molto dinamica, permane sempre la regola di non scontrarsi. Comanda quindi chi ha il cono! Nel quartetto comanda sempre l'ultimo della fila (anch'egli con il cono). Ricomposto il terzetto, si riparte.



Riflessioni. Con tutto lo spazio a disposizione (campo intero), ha un senso logico muoversi tutti ravvicinati? A chi ha la palla, che in questa situazione comanda il percorso, conviene incrociarsi con gli altri o dirigersi negli spazi liberi? Sicuramente indirizzarsi dove gli spazi non sono occupati!

Altro importante ragionamento: io potrei dare il segnale di “cambio”, ma concettualmente è sbagliato! Perché i bambini, se vogliamo allenare **l’attenzione che è una funzione cognitiva**, devono sentire il compagno del loro gruppo che chiama “cambio!” Con questa modalità l’attenzione è più alta, i bambini devono stare più attenti a riconoscere e discriminare uno stimolo senso-percettivo uditivo che riguarda il proprio gruppo. Se l’Istruttore grida “cambio!” possono anche in quel momento essere distratti, se invece lo sentono pronunciare da un compagno sono più stimolati a cambiare e quindi allo sviluppo del controllo e del riconoscere. È un dettaglio molto importante essere attenti a ciò che accade!

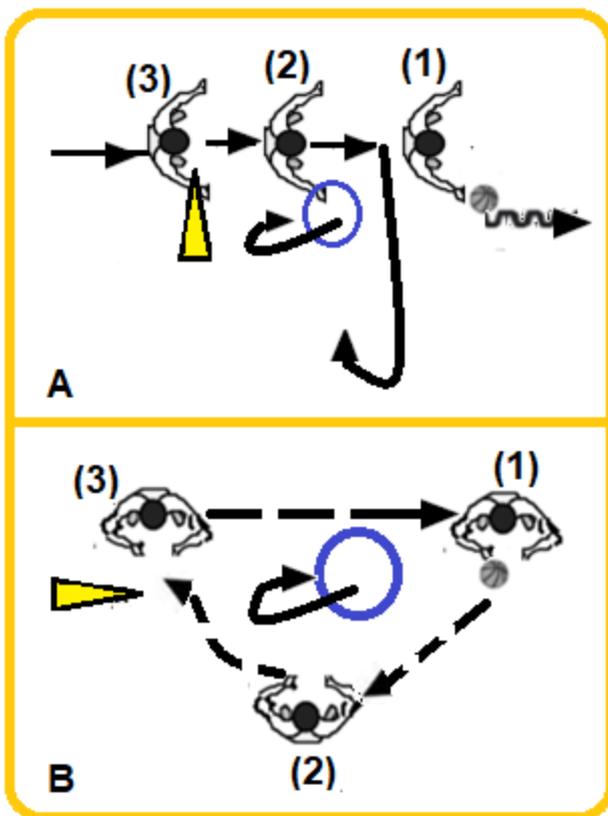


Diagramma 4

- **Variante:** il capofila sceglie il percorso, il terzo chiama il cambio, il secondo, ovvero colui con il cerchio, quando grida "fuori!", si sposta per formare con gli altri due compagni un triangolo, fa trillare il cerchio, chi ha il cono lo posa a terra, i tre si passano la palla e contano quanti passaggi riescono ad eseguire prima che il cerchio si adagi a terra.

Si sta per fermare il cerchio? Si riparte! Alla ripartenza possono cambiare le posizioni, quindi il bambino con il cerchio scandisce il tempo (dimensione spazio-tempo).

Ulteriore variante: chiamare alternativamente "cambio!" e "fuori!" usando il palleggio ed il passaggio per stimolare l'attenzione. Cercare uno spazio lontano dagli altri. Sono tutti aspetti che i bambini devono riconoscere, quindi si stimola l'adattamento e la trasformazione.

(Attenzione – vedere e pianificazione – decisione – aggiustamento).

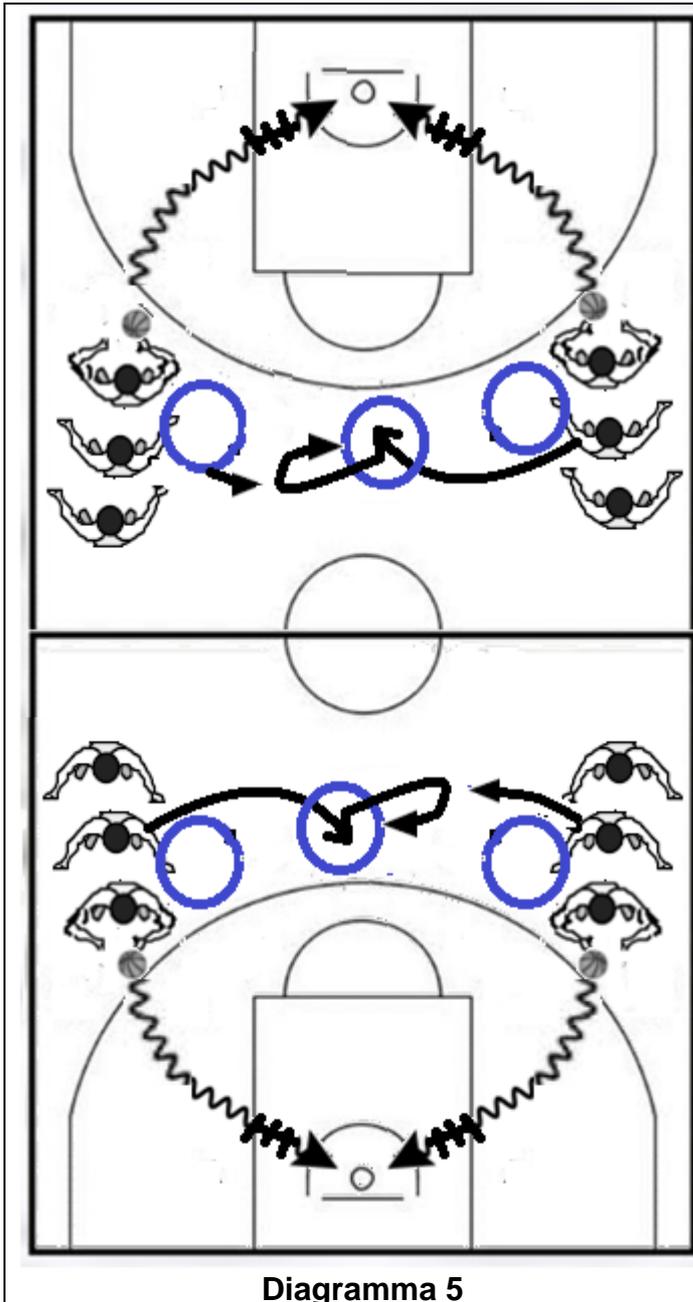


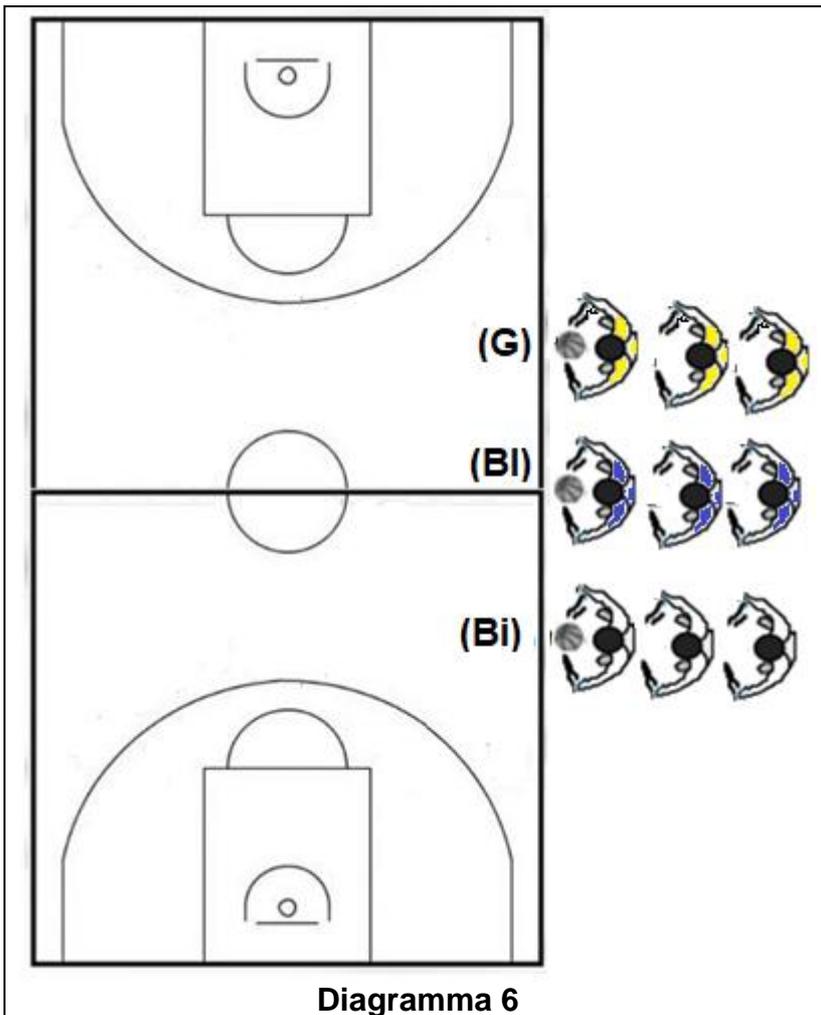
Diagramma 5

- **“Terzetti di energia”**. In ogni gruppo una palla e un cerchio. Disposizione come da Diagramma 5. Viene assegnato un compito da risolvere insieme: chi ha il cerchio “dà l’energia alla squadra”, quando decide fa trillare il cerchio, dal momento in cui trilla il cerchio devono eseguire un tiro ciascuno, si attribuisce un punto per ogni canestro realizzato. Se però il cerchio si ferma, si perde un punto, quindi, prima che il cerchio si fermi, uno dei due in attesa quando vede che il cerchio si sta per fermare deve farlo ripartire per dare energia. Insiste quindi la responsabilità di tenere il cerchio vivo e di eseguire un tiro ciascuno, da sotto canestro. Si parte dalla posizione indicata, si tira dalla posizione in cui si può riuscire più facilmente a segnare un canestro con un tiro a disposizione. Con canestro realizzato si guadagna un punto, recuperare la palla, correre per consegnarla al compagno che non è impegnato a far girare il cerchio. L’importante è eseguire un tiro ciascuno, contare un punto per ogni canestro, sottrarre un punto ogni volta che si ferma il cerchio. Controllare il cerchio, non farlo fermare e quindi tenerlo sempre vivo! Contare i punti!
Cambiare le posizioni, sempre sulla linea dei 3 punti. Se si ferma il cerchio sottrarre un punto, quindi non fermarlo mai!

Autonomamente si gestiscono, devono avere l’attenzione al tiro, l’attenzione al cerchio, tutti coinvolti, nessun bambino deve rimanere fermo, tutti devono essere impegnati. Questi sono semplici giochi di combinazione motoria nei quali il coinvolgimento di tutti deve essere una costante, oltre all’attenzione, perché devono esser abituati a decidere.

(attenzione - vedere - memoria - dimensione spazio/tempo e pianificazione - decisione - aggiustamento - correzione - azione).

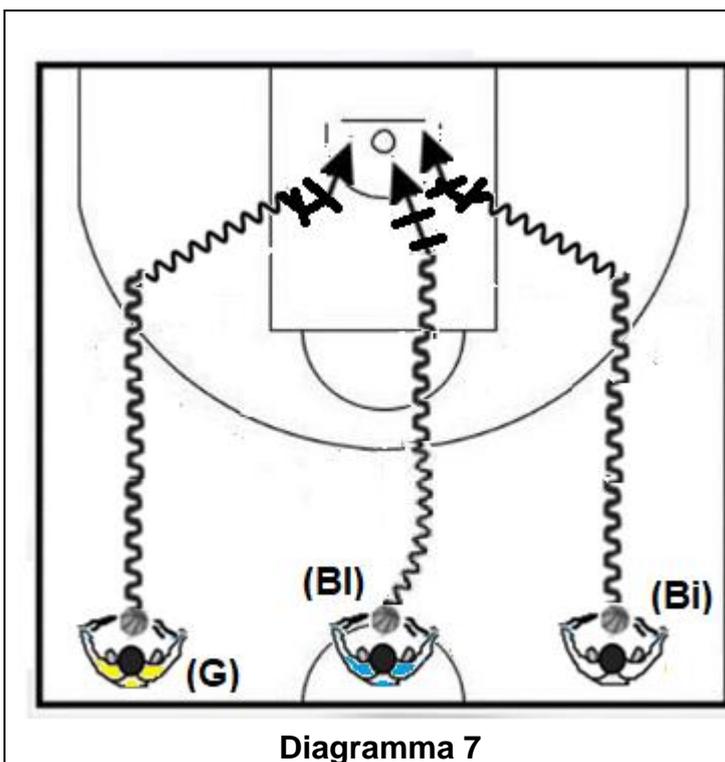


FASE CENTRALE.

- **“Tre squadre attente”.**

(Diagrammi 6 – 7 – 8a, 8b e 8c)

Disposizione delle squadre come da Diagramma 6. Suddivisione in tre squadre: una gialla (G), una blu (BI) e una bianca (Bi).



Gara per assegnare il potere. Un giallo (G), un blu (BI) e un bianco (Bi), tutti e tre con palla, schierati sulla linea di metà campo come da Diagramma 7. Al segnale vocale “via!” partono tutti e tre, il primo che segna conferisce il potere alla sua squadra.

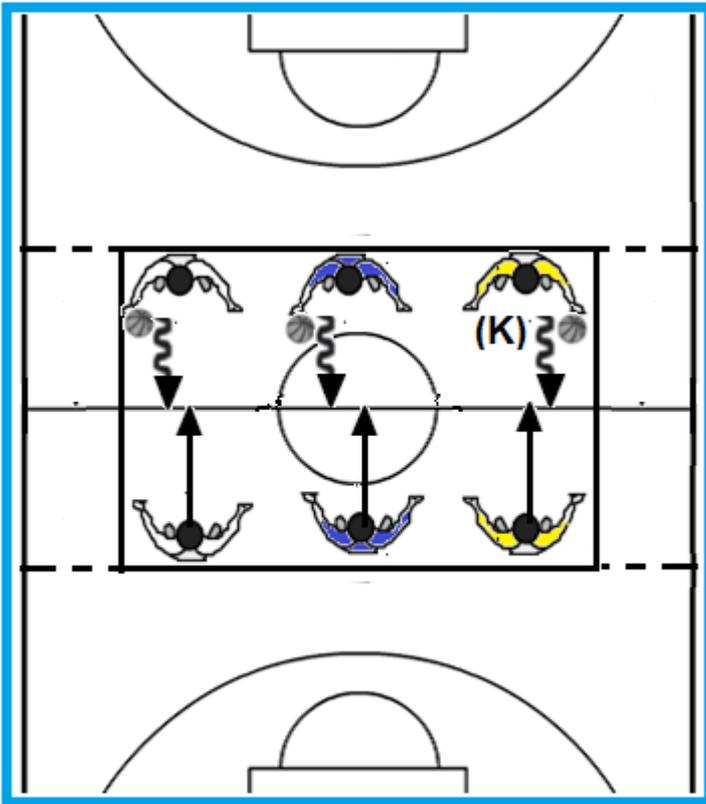


Diagramma 8a

- Disposizione come da Diagramma 8a. Ciascuno ha il suo compagno di fronte, giocare "a specchio". Il compagno con palla comanda il gioco a specchio. Chi ha la palla si avvicina in palleggio allo specchio, il rispettivo compagno senza palla si avvicina (Diagramma 8a).

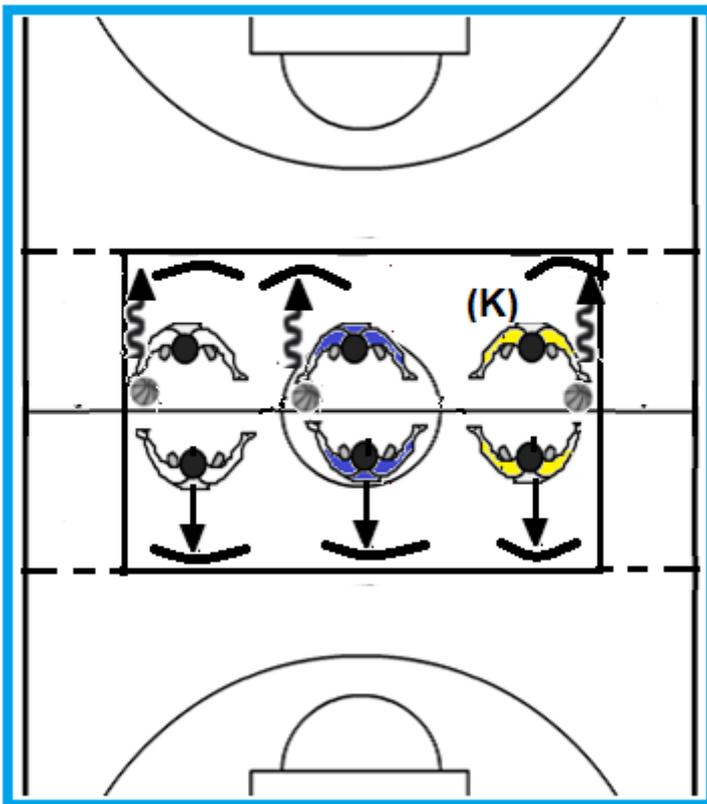


Diagramma 8b

Viceversa, quando chi ha la palla si allontana indietreggiando in palleggio, il compagno senza palla si allontana indietreggiando (Diagramma 8b).

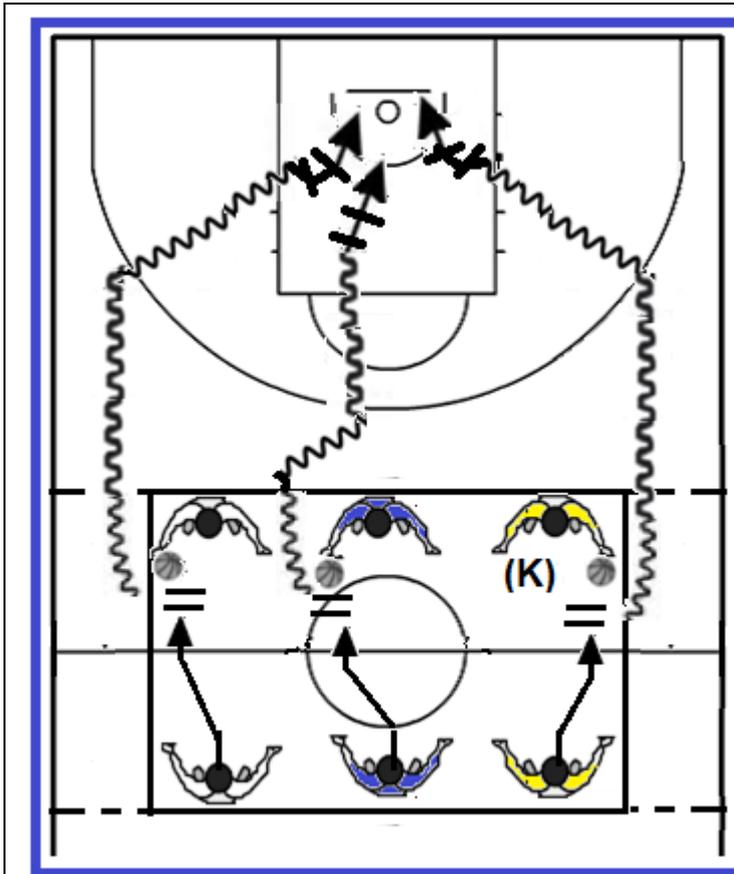


Diagramma 8c

Il giallo con palla [(K)] ha il potere, si avvicina allo specchio e si allontana, poi all'improvviso decide di lasciare la palla. Quando (K) lascia la palla è il segnale che il suo compagno dirimpettaio può precipitarsi a prenderla e lanciarsi per tirare a canestro. Analogamente anche il blu e il bianco con la palla la devono lasciare, i rispettivi compagni dirimpettaio devono recuperarla e sfidare il giallo (Diagramma 8c). Il primo dei tre che segna conquista il potere per la sua squadra. I tre che hanno lasciato la palla vanno a disporsi in coda alla fila della propria squadra, i primi delle rispettive file entrano in campo, di fronte ai rispettivi compagni che hanno tirato.

Coloro in possesso di palla devono esser pronti a comandare l'immagine. Quale problema si presenta per il bianco e per il blu che devono comandare lo specchio? Devono orientare lo sguardo anche verso il giallo perché se questi è furbo guarda i due avversari e quando si accorge che sono distratti, all'improvviso potrebbe lasciare la palla. Se però il blu e il bianco senza palla si accorgono che i rispettivi compagni che comandano lo specchio sono distratti e il giallo lascia la palla, come potrebbero regolarsi per aiutare il proprio compagno? Chiamarlo! Questo è uno stimolo a collaborare, a riconoscere cosa sta succedendo e a giocare insieme. Qual'è l'elemento fondante di queste situazioni? L'**attenzione** a quello che accade ma il motore delle loro prestazioni s'identifica nelle **funzioni esecutive**, ovvero cominciare a pianificare le proprie azioni, cominciare quindi a pensare, a capire e a ragionare su quando è il momento di assumere l'iniziativa.

(attenzione - vedere e pianificazione - decisione - aggiustamento - correzione - azione).

In questo esempio sono pertanto indotti a guardarsi attorno! Il meccanismo che attiva l'attenzione è guardare, vedere, riconoscere, tenere la testa alta, inoltre a 7 e a 8 anni, sono Scoiattoli, cominciano ad imparare a posizionare la mano sulla palla. Lo stimolo prodotto dal gioco dello specchio consiste che nell'avanzare in palleggio la mano è dietro la palla; nell'allontanarsi dallo specchio (ovvero indietreggiare in palleggio) la mano è davanti alla palla. In sostanza si gioca anche a quello che è chiamato "ball handling" attivo, ma è indotto, non è l'obiettivo sul quale stiamo lavorando. Essenzialmente si gioca a riconoscere le cose, a mettere le mani sulla palla in funzione del movimento da eseguire, poi spetterà alla pallacanestro

aggiustare questi dettagli della tecnica individuale, ad insegnarla, però intanto il Minibasket comincia a far conoscere, ad offrire un assaggio di questi primi risvolti tecnici.

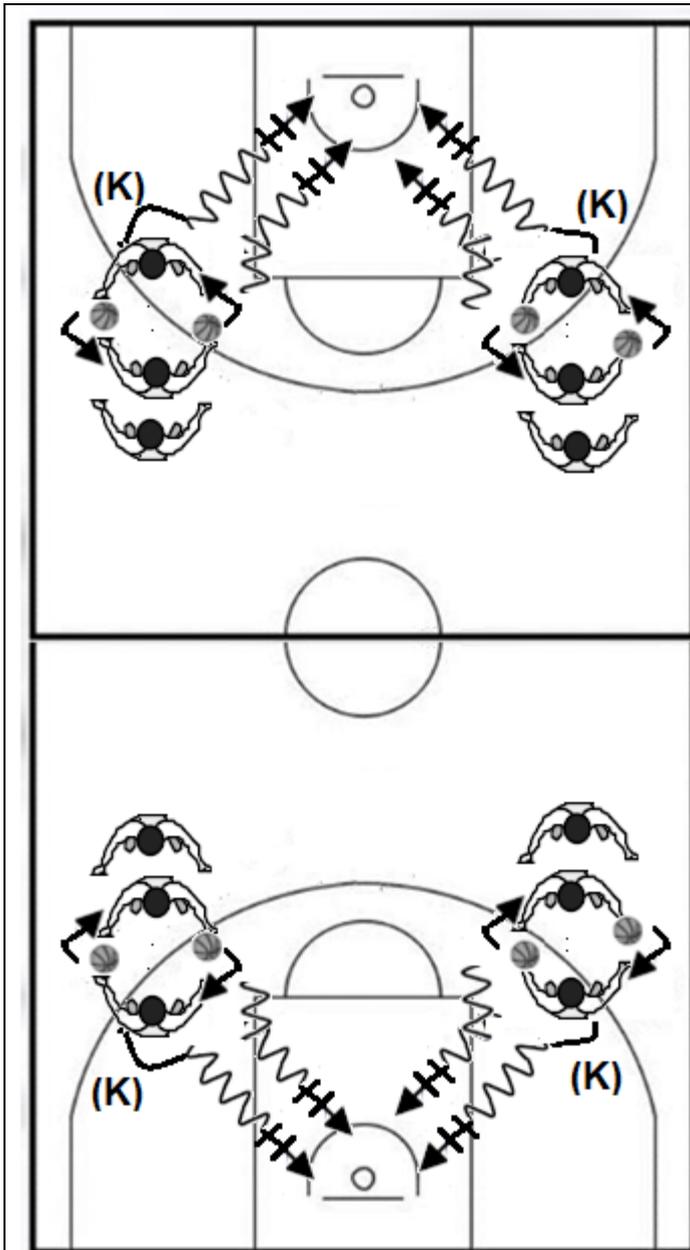


Diagramma 9

- **“4 Capitani”**. Disposizione come da Diagramma 9. Un capitano [(K)] per ciascuno dei 4 gruppi. Il capitano, con il pallone, si posiziona all'interno i tre punti, rivolto con la schiena a canestro. Davanti ad ogni capitano gli altri in fila, di cui il primo della fila con il pallone. Il capitano comanda, si scambia il pallone con il primo della fila per un tempo a sua scelta. Il capitano deve capire quando gli conviene partire perché all'improvviso, invece che scambiare il pallone, si gira e va a canestro. Il primo che realizza canestro diventa capitano, perciò appena il capitano si muove parte anche lo sfidante. Il capitano deve essere velocissimo a partire e, mentre si scambia la palla, deve cercare di capire quando l'avversario è distratto; quindi deve decidere quando è il momento propizio per partire. Chi dei due perderà, consegnerà la palla al secondo della fila e si dispone in coda; chi vince è capitano.

(attenzione - vedere e pianificazione - decisione - aggiustamento - correzione - azione).

Il concetto del gioco si basa sulle **Funzioni cognitive** (vedere) ed **esecutive**, poi si vedrà sullo sfondo la tecnica perché in questo esempio il capitano deve partire con un giro dorsale, che non si cura nel dettaglio però intanto i bambini cominciano a sperimentare movimenti di questo genere.

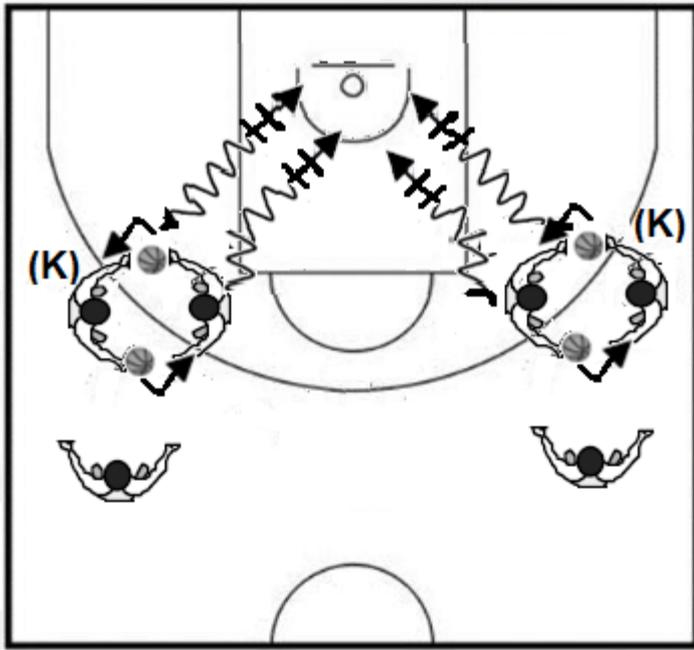


Diagramma 10

- 1^ Variante: il capitano (K) non è più schiena a canestro ma di fianco (Diagramma 10). Le coppie si scambiano sempre i palloni, il capitano decide quanto partire, vince chi dei due segna per primo. Che significato ha questa modifica? Prima il capitano era di schiena e non vedeva; di fianco al canestro, invece, può vedere. Al capitano conviene partire quando lo spazio sotto canestro è libero oppure è occupato dai bambini della coppia dell'altro lato mentre sono impegnati a tirare? Quindi: scambio-scambio-scambio ma con la coda dell'occhio il capitano rivolge lo sguardo dentro l'area perché se va per tirare e il suo pallone sbatte contro il pallone di un altro, spreca un tiro. Il capitano deve quindi guardare quando è il momento propizio per attaccare il proprio avversario.

Questo esempio pone in collegamento **le funzioni cognitive e le funzioni esecutive**! Chi ha il potere deve imparare a pianificare, a decidere e quindi ad individuare il momento favorevole per assumere l'iniziativa e per vedere deve guardare e deve riconoscere le situazioni che si presentano davanti a sé.

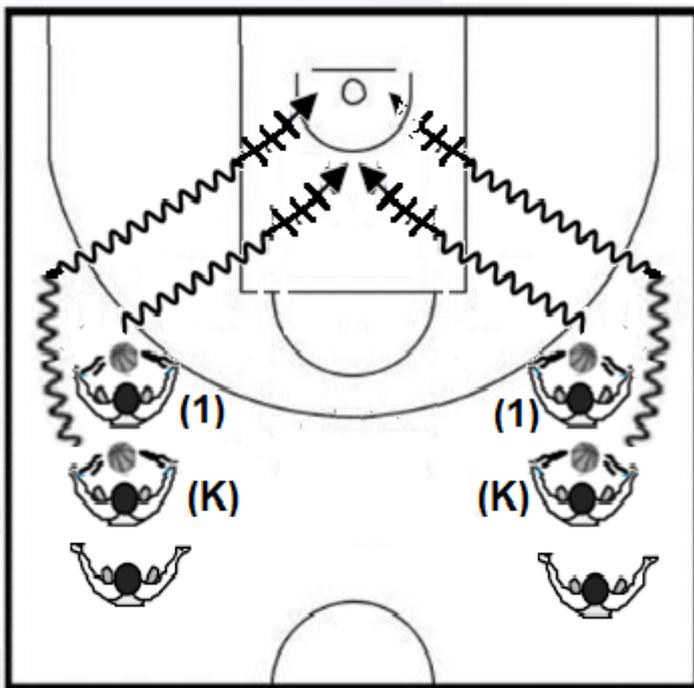


Diagramma 11

- 2^ Variante ("capitano nascosto"): Il capitano (K) è sempre più pericoloso. Disposizione come da Diagramma 11. Il n. (1) è con la fronte rivolta al canestro. Il capitano si nasconde dietro ad (1), che non sa quando e su quale lato (K) partirà. (1) non può partire finché il capitano non parte. Quando il capitano parte, deve essere lento o veloce? La tecnica, sullo sfondo, perché il capitano deve eseguire una partenza incrociata a fronte di uno spazio occupato. Cambiare poi le posizioni.

In tutte queste esemplificazioni erano presenti diverse capacità, anche se l'orientamento è stato rivolto alla capacità da allenare in questa lezione e quindi le proposte sono state mirate in tal senso. La provocazione è: le proposte appena mostrate sono applicabili anche a scuola? Assolutamente! Le proposte che vengono presentate ai bambini che giocano a Minibasket nel quadro delle Conoscenze (8 - 9 anni), a scuola, a quali classi possono esser trasferite? Le proposte per i bimbi di 7 - 8 anni nei Centri sono applicabili alla quarta e alla quinta elementare ma questi giochi si possono proporre tranquillamente perché trovano la loro adeguatezza anche per gli obiettivi della scuola perché sicuramente possono risultare utili ed adeguati al contesto scolastico. Le funzioni cognitive e le funzioni esecutive sono fondamentali, a prescindere dall'attività che un bambino svolge. Esse servono alle persone per crescere, per sviluppare attenzione, per possedere la capacità di riconoscere e di capire le situazioni che si presentano, per pensare e progettare le proprie strategie, per cercare di capire dove insiste l'errore e come correggere la propria azione se non è corretta. Esse, infine, servono e trasferiscono tutte le proprie azioni, per questi motivi ha un senso insegnare un gioco valorizzando questi elementi.

FASE FINALE.

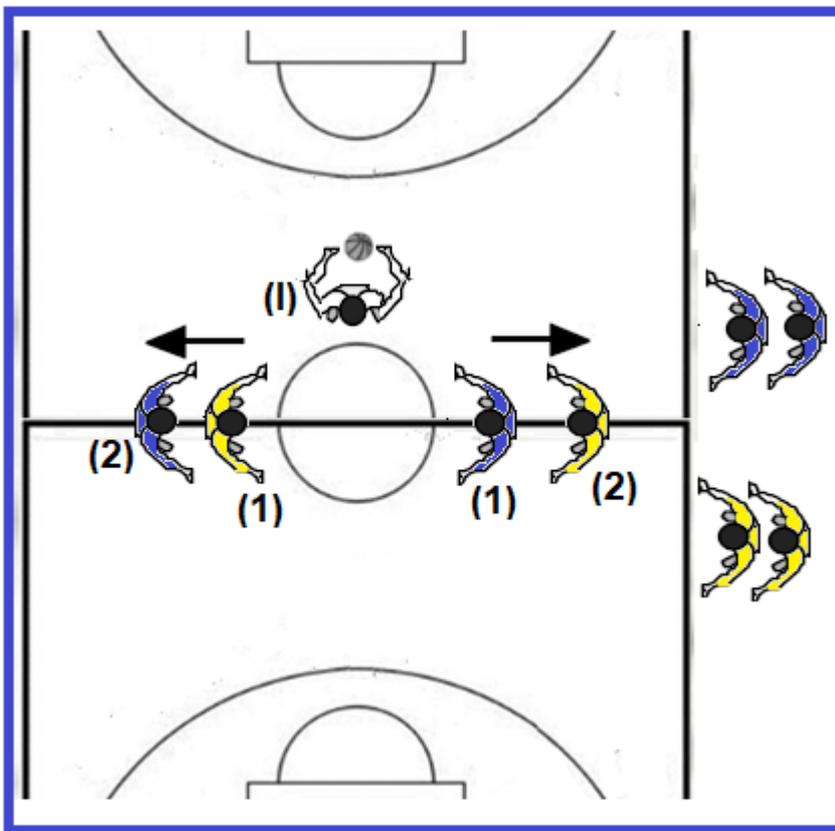


Diagramma 12a

- **“2>2 palla c’è... palla non c’è”.** Disposizione come da Diagramma 12a. Una fila di blu e una fila di gialli in attesa, un blu e un giallo su un lato della linea di metà campo, di fronte sull’altro lato un giallo e un blu. L’Istruttore (I) ha la palla, se la espone davanti a sé (*“palla c’è”*) fingendo di consegnarla ad esempio a (1) blu, quest’ultimo si avvicina per prenderla ma l’Istruttore la ritrae e la nasconde dietro alla sua schiena (*“palla non c’è”*). In quest’ultimo caso correre all’indietro (Diagramma 12a). Se pertanto l’Istruttore nasconde la palla, correre all’indietro; viceversa quando espone la palla davanti, correre avanti con l’Istruttore che finge di consegnarla o a (1) giallo o a (1) blu per poi ritrarla fino a quando non decide di lasciarla cadere.

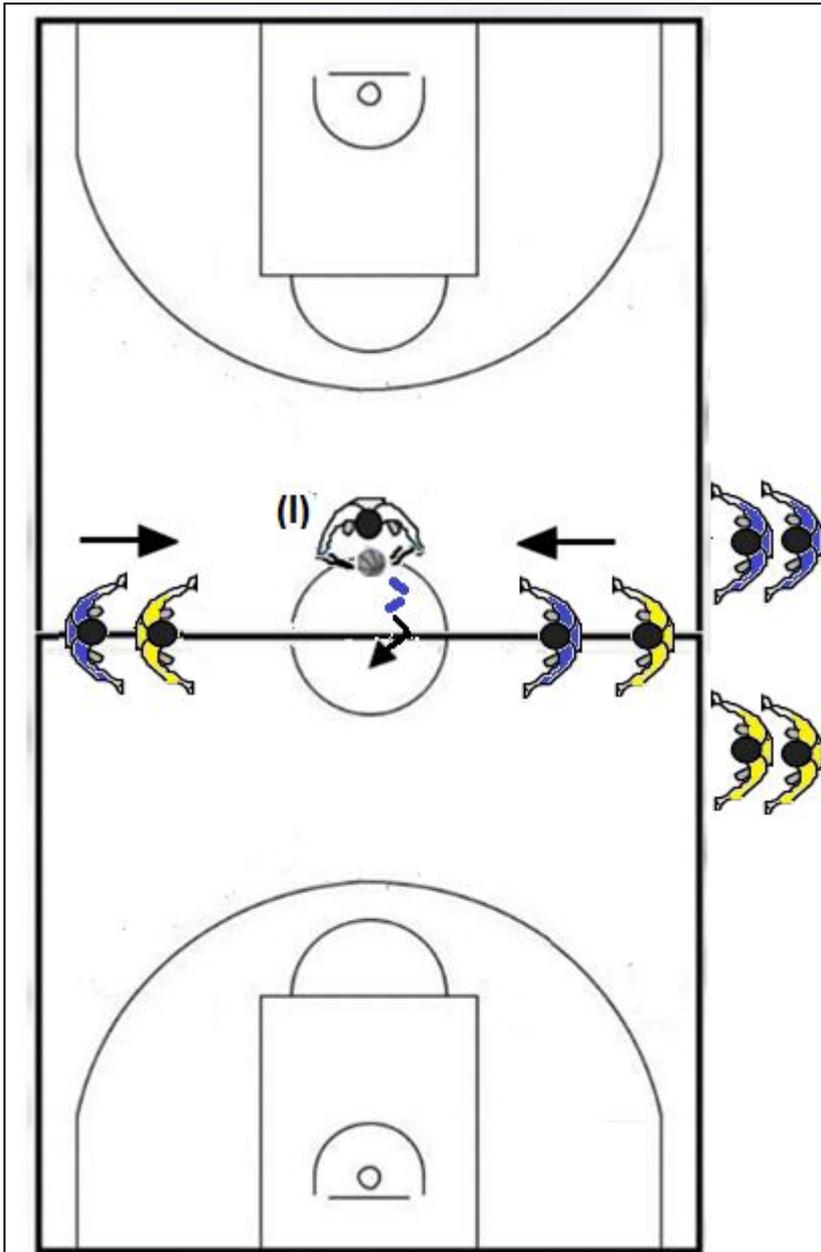


Diagramma 12b

Quando l'istruttore lascia cadere la palla inizia il 2>2. Ovviamente chi la conquista attacca, con canestro dichiarato in precedenza (Diagramma 12b).

Dopo 3 o 4 azioni cambio, entrano in campo altri due gialli e altri due blu.

(attenzione - vedere - dimensione spazio/tempo e pianificazione - decisione - aggiustamento - correzione - azione).

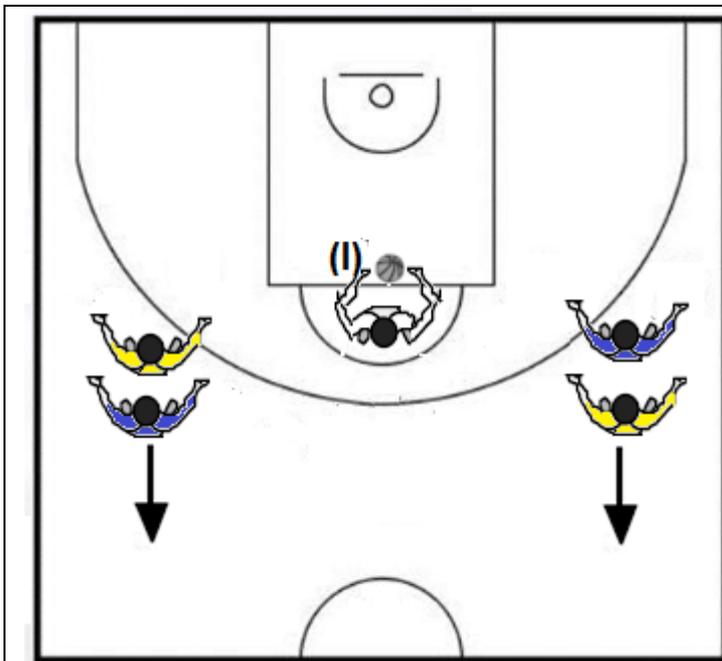
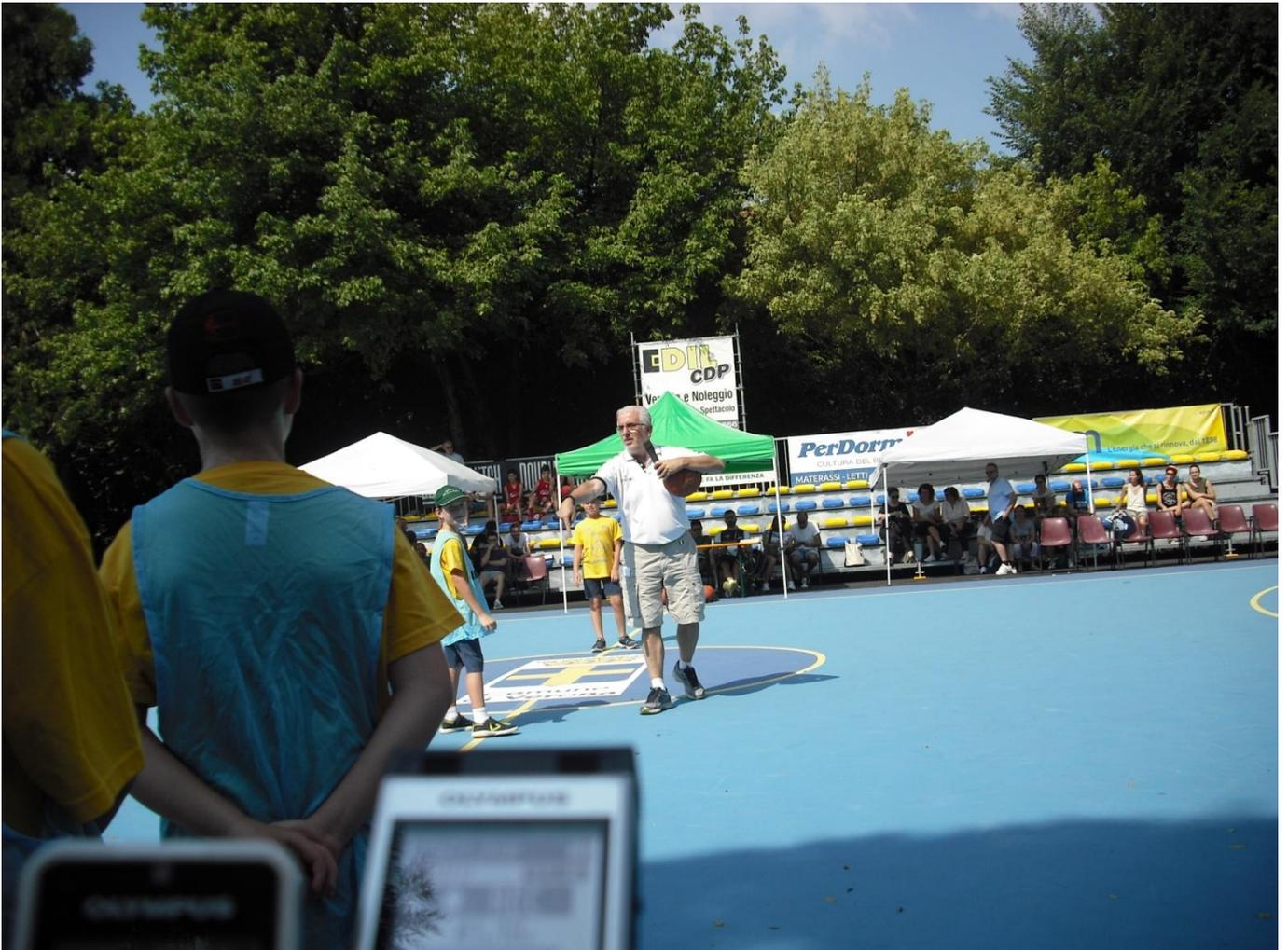


Diagramma 13a

Variante:

- **“2>2 palla c’è... palla non c’è dai 3 punti”.**
 Disposizione come da Diagramma 13a, variano le posizioni, ovvero, anziché sulla linea di metà campo schierarsi al limite della linea dei tre punti. Stesse modalità: se l’Istruttore finge di consegnare la palla, correre verso la palla per cercare di prenderla; viceversa, se la nasconde, correre all’indietro.

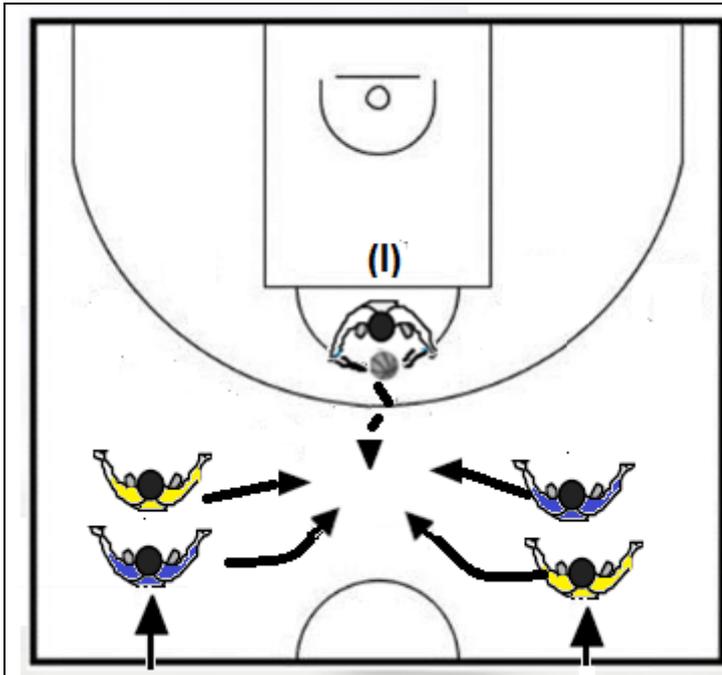


Diagramma 13b

Quando l'Istruttore decide di lasciar cadere la palla, inizia il 2>2 (Diagramma 13b).

(attenzione - vedere - dimensione spazio/tempo e pianificazione - decisione - aggiustamento - correzione - azione).

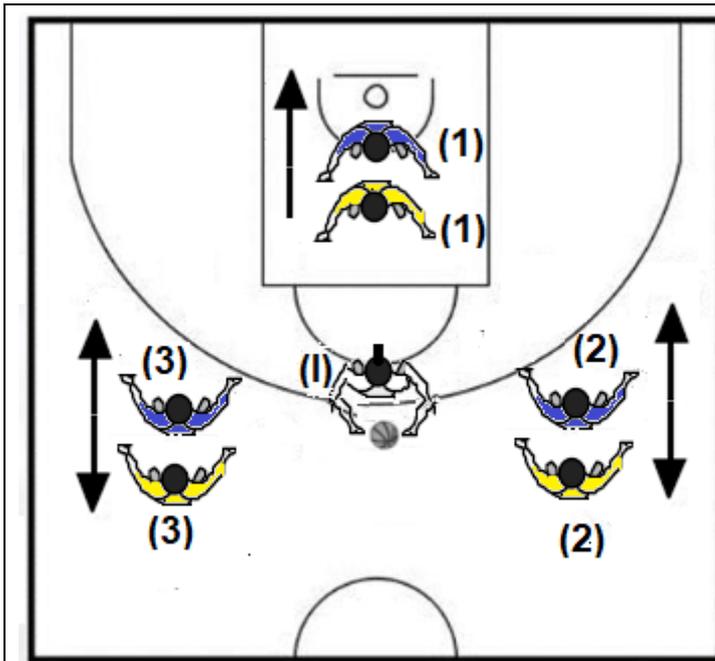


Diagramma 14a

- **“3>3 come prima ma diverso”**. Disposizione come da Diagramma 14a. Le tre coppie di avversari si muovono avanti e indietro. L'Istruttore simula sempre *“palla non c'è – palla c'è”*, *“palla c'è – palla non c'è”* e quando lascia la palla chi la conquista attacca e così inizia il 3>3 (Diagramma 14b).

E' uno stimolo ad imparare a muoversi adeguatamente nello spazio.

Importante per i due senza palla di non avvicinarsi al compagno che va a canestro. Verificare quindi se riescono a riconoscere ciò che accade, a trovare degli spazi dove muoversi e partire dal concetto che non devono sbattere contro gli avversari.

(attenzione - vedere - dimensione spazio/tempo e pianificazione - decisione - aggiustamento - correzione - azione).

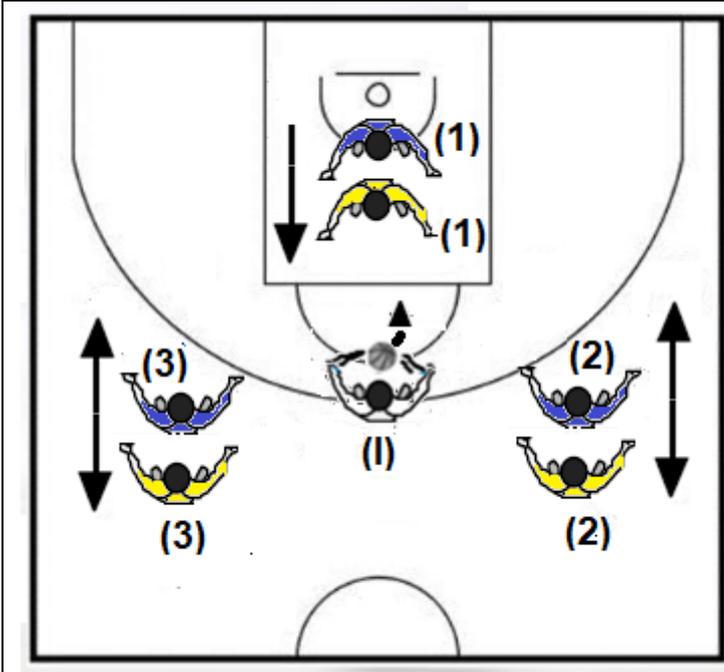


Diagramma 14b

Quando l'istruttore (I) lascia la palla chi la conquista attacca e così inizia il 3>3.

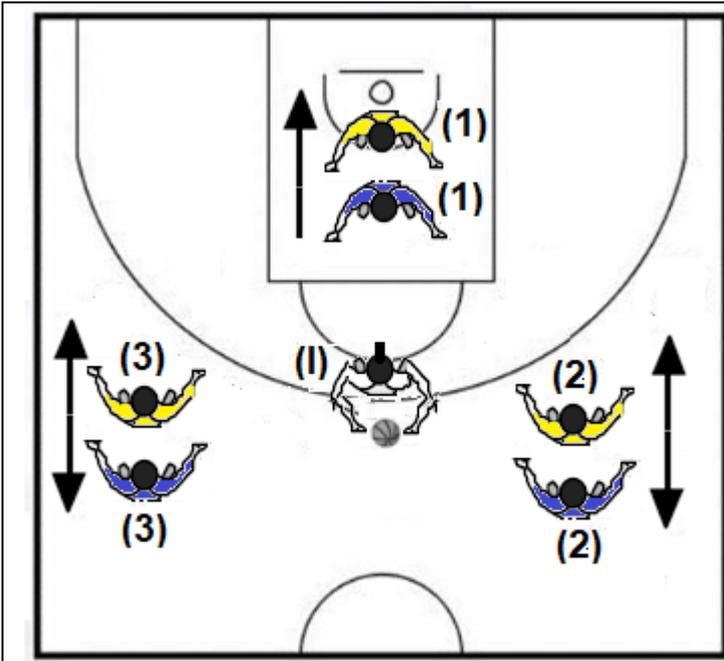
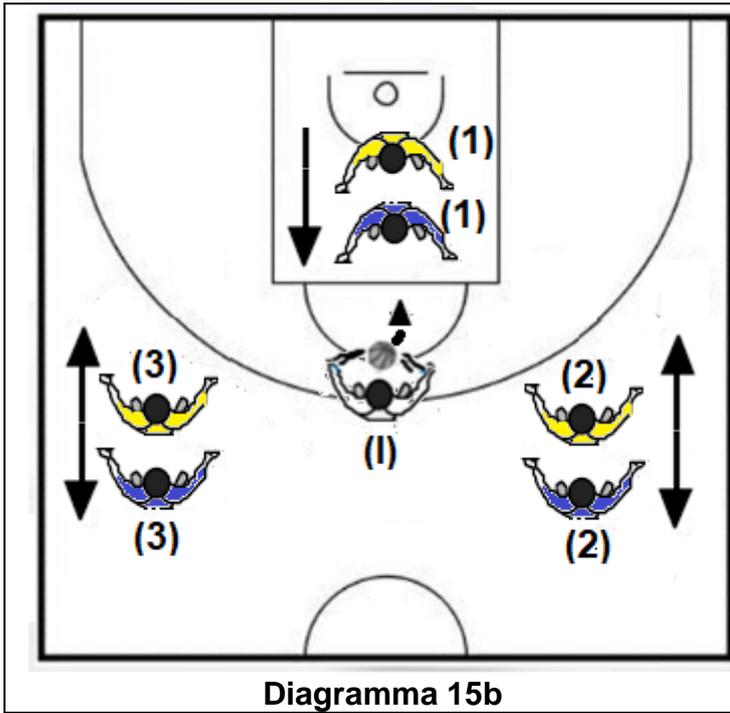


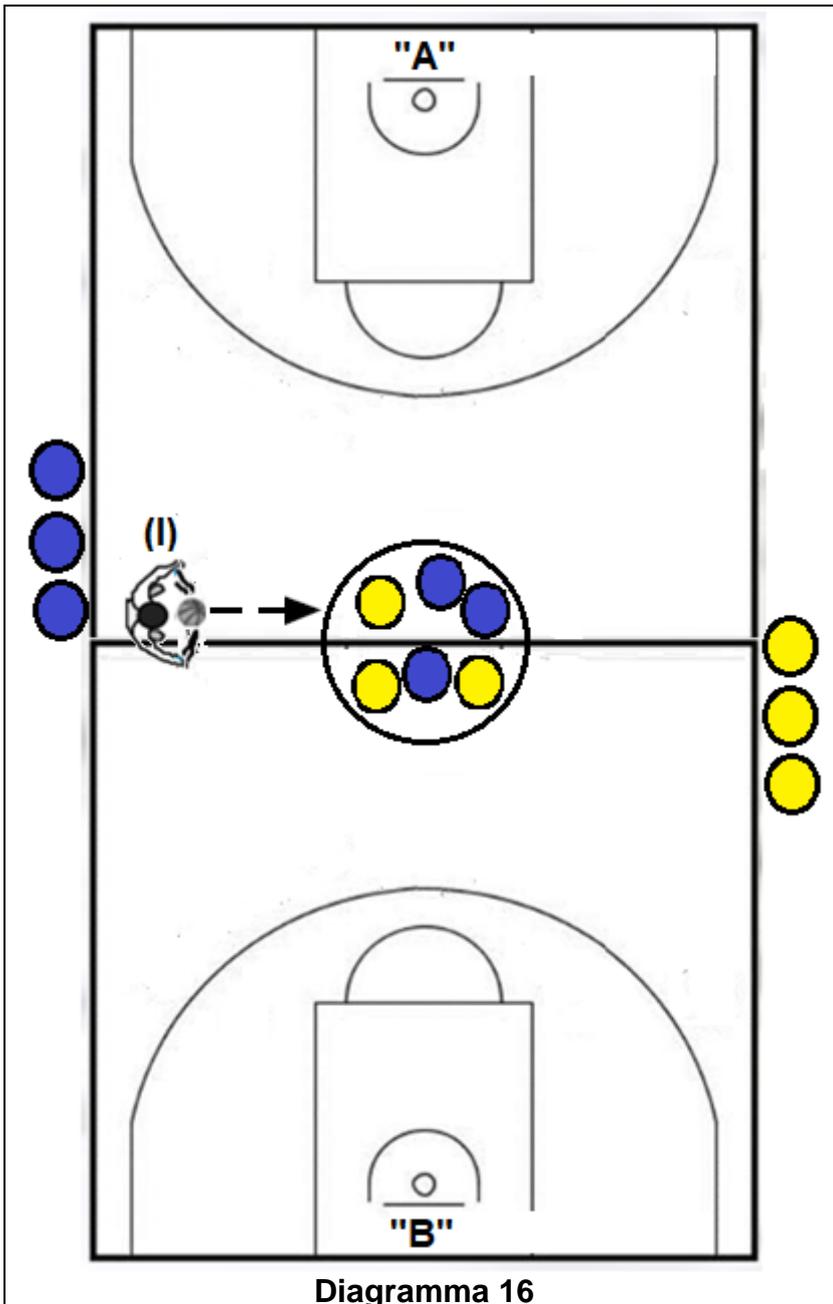
Diagramma 15a

- Attaccano i gialli, quindi invertire le posizioni. (1) blu davanti, (2) giallo e (3) giallo davanti. Ogni coppia si muove avanti e indietro, chi è davanti deve far impazzire chi lo segue! (Diagramma 15a).

Funzione cognitiva: ricordarsi le posizioni che devono essere occupate, in questo frangente sono i gialli che devono ricordarsi.



Quando l'Istruttore lascia cadere la palla inizia il 3>3 (Diagramma 15b).



- **3>3 finale**, denominato “**Delirio impazzito**”. Tre blu e tre gialli dentro il cerchio di centro campo. I gialli attaccano il canestro “A”, i blu attaccano il canestro “B” (“canestro dichiarato”). Al segnale vocale “via!” tutti e sei devono correre scatenati all’interno del cerchio di centro campo. Per dare inizio al 3>3 l’istruttore (I) passa la palla alla squadra che si dimostra più attenta, ovvero a chi, all’interno del cerchio di metà campo, dimostra un mirabile spettacolo di movimento senza scontrarsi con gli altri. Correre senza sbattere e guardare la palla (Diagramma 16).

(funzioni cognitive e funzioni esecutive... in gioco: le **COMPETENZE**).

Conclusioni

Auspico, al termine di questa comunicazione, di aver fatto chiarezza sui concetti illustrati. L’intendimento era anche di stimolare a riconoscere ed a **come allenare le capacità motorie**. Ho voluto anche costruire questo “ponte”, questa relazione che deve collegare l’attività che può essere svolta al pomeriggio nei centri, l’attività che si può provare a proporre a scuola e l’attività in cui saranno impegnati domani nella pallacanestro. Da tutto questo intreccio emerge un filo conduttore, un denominatore comune: **utilizzare le funzioni cognitive e le funzioni esecutive perché sono quelle che aiutano le persone a crescere** e consentono ad ogni Istruttore di svolgere il proprio lavoro. Non so quanti campioni di Serie A abbiamo incontrato nella nostra carriera, sicuramente abbiamo incontrato uno stuolo di persone che semplicemente hanno bussato alla nostra porta chiedendoci di farli divertire, di farli crescere nel migliore dei modi, di aiutarli a diventare delle persone migliori che capiscono le situazioni di gioco, che sviluppano

autonomia, responsabilità e consapevolezza. Qual'è la risposta più adeguata a queste esigenze? Aiutarli a **sviluppare le funzioni cognitive e le funzioni esecutive!**







FONTE: "SPIRITO NATURALE"

A silhouette of a Buddha statue is positioned on the left side of the image, facing right. The background is a gradient of colors from a sunset or sunrise, transitioning from a dark purple at the top to a bright orange and yellow near the horizon. The entire image is framed by a thin yellow border.

**La vita è una questione
di equilibrio.**

**Sii gentile, ma non
lasciarti sfruttare.**

**Fidati, ma non
farti ingannare.**

**Accontentati, ma non
smettere mai
di migliorarti.**

Mai avere rimpianti.

Se è andata bene,

è meraviglioso,

se è andata male,

è esperienza.

Ogni volta che cadi,

raccogli

qualcosa.

Non sempre sarai ripagato

con lo stesso bene che hai donato,

ma sappi che alla lunga,

il bene paga sempre.

Sii il riflesso di **ciò che vorresti ricevere.**

Se vuoi amore, **dona amore.**

Se vuoi onestà, **sii onesto.**

Se vuoi rispetto, **sii rispettoso.**

Ciò che darai, **ti sarà sempre restituito.**



Dal quotidiano "La Nuova Venezia" di Lunedì 7 Agosto 2017.

LUNEDÌ 7 AGOSTO 2017 LA NUOVA

Sport **varie** | 33

De Alexandris, il prof delle dispense

I suoi appunti hanno fatto storia. «I primi scritti con la Olivetti, li conservo tutti»



Guido De Alexandris

► MESTRE

Nelle sue dispense dei clinic di basket e minibasket che segue da quasi mezzo secolo a Guido De Alexandris piace firmarsi *estensore di dispense*. Il termine più adatto per descriverlo sarebbe "biblioteca vivente" dei clinic e dei Master di aggiornamento riservato agli istruttori nazionali di minibasket.

Nato a Venezia il 30 maggio 1949 e trasferitosi a Mestre dopo una breve parentesi a Viterbo, De Alexandris si divide tra il lavoro all'Enel e quello di istruttore di minibasket delle squadre Scolattoli ed Aquilotti del Basket Mogliano. Il settore giovanile del Mogliano è una delle sue tante tappe di insegnante di basket ai più piccoli

che lo hanno visto protagonista alla Reyer, dove ha conosciuto Ettore Messina, ai Giants di Marghera e ai Giganti di Zelarino. E non gli mancano gli impegni con la Fip come formatore ai corsi allenatori di base. «Durante i clinic prendo appunti per poi stilare una dispensa da mettere a disposizione di tutti e ovviamente della Federazione», spiega Guido De Alexandris. «Ad insegnarmi il metodo di annotarmi le lezioni fu il maestro dello sport del Coni Tullio Paratore, figlio di Carmine "Nello", profeta del basket italiano venuto dall'Egitto. Era il mio primo corso per allenatore di base a Viterbo nel 1971-72, dove mi ero trasferito con la mia famiglia». Avere le dispense di De Alexandris tra le mani è cosa

da stropicciarsi gli occhi. Il lavoro è fatto in maniera meticolosa e puntale, quasi maniacale, con il curriculum di chi ha tenuto la lezione, foto a colori degli schemi e delle lezioni tattiche difensive e offensive. «Le mie prime dispense le scrissi con la macchina Olivetti e le conservo gelosamente. Andavo a lezione da Sandro Gamba, Vittorio Tracuzzi, Arnaldo Taurisano, Tonino Zorzi, Dido Guerrieri, "Big" Elio Pentassuglia e Carlo Rinaldi». Tanti, tantissimi i volti famosi del basket italiano conosciuti nei clinic nazionali e internazionali.

«Cesare Rubini era sempre presente, aveva molta stima di me, ho tenuto tutte le sue lettere che mi scriveva. Un grande signore era anche Sandro Gamba che ho avuto la fortuna di averlo vicino di posto ai centri di alta specializzazione di Madonna di Campiglio». Al primo anno di Reyer Venezia (Canon) nel 1978 come allenatore del settore giovanile, l'incontro con la leggenda vivente Ettore Messina, head coach della nostra Nazionale. «Allenavo gli Allievi e la Propaganda della Reyer alla Misericordia dalla 16,30 alle 18. Subito dopo c'era Ettore Messina con i Cadetti», racconta De Alexandris. Facevamo la strada di ritorno a Mestre in corriera assieme, lui smontava in via Cappuccina, io più avanti. Si vedeva già che aveva la stoffa e il talento per sfondare, mi ricordo che lui puntava a diventare allenatore delle giovanili e guardate dove è arrivato». Guido De Alexandris è anche uno dei padri fondatori del Giants di Marghera nati dalla fusione tra i centri Ca' Emiliani Marghera e Centro Sportivo Culturale Catene.

Thomas Maschietto



L'Angolo
delle
Recensioni



Eventi

Due pubblicazioni di Guido De Alexandris: il Master 2017, riservato agli Istruttori Nazionali

📅 3 febbraio 2018 🧑‍💻 redazioneesvt

[MASTER Istruttori Nazionali Minibasket 2017 Porto Sant Elpidio definitivo](#)

Il Master di Porto Sant'Elpidio, riservato a 34 Istruttori Nazionali Minibasket, è composto da ben 313 pagine, corredato da diagrammi, foto e disegni illustrativi, nonché con delle clips di diversi videoriprese di lezioni, una fatica immane.

“E' un testo utile - dice Guido De Alexandris - in primis agli istruttori Minibasket, ma anche agli allenatori, agli insegnanti di Educazione Fisica, agli studenti di Scienze Motorie, agli studiosi di psicopedagogia, di fisiologia e di scienza della voce.

Personalmente è stato il 7° Master a cui ho partecipato nella mia carriera, un record in Italia”.

FEDERAZIONE
ITALIANA
PALLACANESTRO

Master Nazionale
Minibasket



Corso di aggiornamento riservato a 34 Istruttori Nazionali Minibasket
Porto Sant'Elpidio (provincia di Fermo), 20 - 23 Luglio 2017

TESTO DELLE LEZIONI TECNICHE



Docenti: Maurizio Cremonini, Roberta Regis, Guido Marcangeli,
Barbara Bononi, Lucia Ferrati.



*Estensore: Istr. Naz. MB Guido De Alexandris,
con la collaborazione dell'Istr. Naz. MB Claudio Brambilla*



3 febbraio 2018

minibasket dalla parte dei bambini. Il mio blog presenta articoli relativi al mondo minibasket per aiutare gli istruttori a creare lezioni ludiche, divertenti e con obiettivi chiari.

Idee Lezioni Programmazione Lezioni pratiche

Cerca in minibasket.info

DISPENSE: Master Minibasket & Clinic Nazionale



Ciao a tutti, vogliamo iniziare il 2018 proponendovi un pacchetto dispense veramente speciale la prima è la dispensa del **Master minibasket 2017** tenutosi a Porto Sant'Elpidio sull'argomento:

FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO

Master Nazionale Minibasket

Corso di aggiornamento riservato a 34 Istruttori Nazionali Minibasket
Porto Sant'Elpidio (provincia di Fermo), 20 - 23 Luglio 2017

TESTO DELLE LEZIONI TECNICHE



Docenti: Maurizio Cremonini, Roberta Regis, Guido Marcangeli, Barbara Bononi, Lucia Ferrati.

Estensore: Istr. Naz. MB Guido De Alexandris, con la collaborazione dell'Istr. Naz. MB Claudio Brambilla

L'affabulazione come strategia didattica di insegnamento

composto da 313 pagine dove potete trovare

- 73 Diagrammi tecnici raffiguranti giochi svolti sul campo con relativi attrezzi nell'ambito di tutte le attività (lezioni dei docenti e attività laboratoriale dei corsisti).
- 21 Figure illustrative (disegni) di movimenti sul campo.
- 103 Fotografie raffiguranti momenti dimostrativi relativi alle lezioni sul campo.
- 58 Slides, di cui 36 cortesemente messe a disposizione dal relatore dottor Guido Marcangeli e 22 cortesemente messe a disposizione dalla relatrice dottoressa Barbara Bononi per le loro rispettive lezioni teoriche.
- 7 video che riproducono parti delle lezioni sul campo (visionabili tramite link indicato) prodotti e messi a disposizione da Claudio Brambilla.
- 51 Fotografie di vario tipo (che riproducono i docenti e scorci del territorio).
- 5 mappe territoriali



Lo sviluppo del controllo motorio con gli strumenti del palleggio e del tiro.

Proposte adeguate per il quadro delle conoscenze (7-8 anni)

docente Prof. Lucio Bortolussi.



composto da 80 pagine dove potete trovare:

- 19 Diagrammi tecnici raffiguranti giochi svolti sul campo con relativi attrezzi.
- 6 Figure illustrative (disegni) di movimenti sul campo.
- 57 Fotografie raffiguranti momenti dimostrativi sul campo.
- 1 video che riproduce una sintesi della fase di attivazione.
- 9 Fotografie di tipo ambientale.
- 5 mappe territoriali.

FEDERAZIONE
ITALIANA
PALLACANESTRO

Clinic
Minibasket



CASARSA DELLA DELIZIA (PN), 16 Dicembre 2017

*"Lo sviluppo del controllo motorio con gli strumenti del palleggio e del tiro:
proposte adeguate per il quadro delle Conoscenze (7-8 anni)"*

Docente: prof. Lucio Bortolussi



Estensore: Istruttore Nazionale Minibasket Guido De Alexandris



16 febbraio 2018 News:

minibasket dalla parte dei bambini. Il mio blog presenta articoli relativi al mondo minibasket per aiutare gli istruttori a creare lezioni ludiche, divertenti e con obiettivi chiari.

Il nostro amico e collaboratore Guido De Alexandris

Riporto la recensione di Viterbonews24 in merito alle dispense del nostro amico e collaboratore Guido de Alexandris.

Buona lettura.



Figura 1- Guido De Alexandris

Il Minibasket è una invenzione che deve molto all'Italia, un primato di cui andare ancora fieri nonostante il periodo decisamente incerto che la pallacanestro nazionale sta attraversando. A ricordarci l'importanza della nostra scuola in questa specifica fascia di apprendimento cestistico provvedono anche lavori come quelli che il mio quasi-conterraneo Guido De Alexandris, che ha compilato con la consueta perizia e – se possibile – con ancor maggiore cura rispetto alle precedenti pubblicazioni.

“Quasi” conterraneo perché Guido nella mia Viterbo c'è solo transitato in età giovanile, giusto il tempo di prendere in maniera cronica la malattia del basket, di cui è diventato un fantastico portatore sano dopo avere sviluppato il virus sul durissimo asfalto di quello che negli anni '60 era l'unico terreno di gioco disponibile in tutto l'Alto Lazio.

Un campo che esisteva dai primi anni del secolo, quando funzionava da circolo del tennis, per poi diventare una infuocata arena, una volta che a Viterbo furono giunti i primi soldi per la ricostruzione postbellica e fu possibile stendere il bitume, e costruire una tribunetta.

Spettatore da quegli spalti di accessissimi derby con Rieti, Orvieto, Civitavecchia e di confronti all'arma bianca con i ministeriali romani, Guido De Alexandris ha assorbito in età precoce l'amore per una pallacanestro non ancora basket, ma dove la passione faceva premio su tutto, dandoti la forza per affrontare trasferte a dir poco complicate, pubblici non proprio da college britannico e avversari che dove non arrivavano con la tecnica e il fisico adottavano gherminelle che poco avevano di sportivo.

Quella stessa passione che adesso Guido riversa nei suoi lavori: vale a dire, riassumere e spiegare al popolo del basket ciò che i migliori maestri dei piccolissimi cestisti, ovvero Maurizio Cremonini e il suo staff federale composto da Lucio Bortolussi, Roberta Regis, Fabio Bagni, Barbara Bononi e il medico sportivo Guido Marcangeli, dimostrano in intensissime giornate di confronto con gli istruttori che lavorano sul territorio: quelli che quasi sempre ti fanno crescere dentro il sacro fuoco – sperando che dopo non ci siano altri motivi a farlo spegnere. Ma non solo agli istruttori è destinato il lavoro di Guido. Prendete ad esempio il ponderoso testo sul Master di Porto Sant'Elpidio: quanto sarebbe utile se a sfogliarlo si dedicassero anche gli insegnanti di educazione fisica, e gli studenti di scienze motorie e di psico-pedagogia.

Clinic, corsi, master, specializzazioni, ore di teoria e di pratica, diagrammi, considerazioni: niente sfugge al nostro piccolo grande amanuense che non ha l'ozio e il legno ma alla fine sforna preziosi testi dei quali – se mi è consentita una critica – alleggerirei soltanto la parte introduttiva.

Un'ultima cosa: Guido De Alexandris proviene da una famiglia dove l'arte era di casa, e a livelli espressivi molto alti. E in fondo lo si vede anche nella sua applicazione, nel modo in cui traduce in pubblicazioni mai noiose un materiale che una volta uscito dalla palestra rischia di perdere in toto la sua forza. E' il suo modo di rendere omaggio allo Sport, che quando è praticato in maniera semplice e onesta, poggiato su basi corrette e senza l'influsso di troppi fattori esterni, si avvicina davvero all'Arte, e ci coinvolge non poco.

Massimiliano Mascolo

Giornalista – Viterbo

· Precedentemente giornalista presso RAI – Radiotelevisione Italiana

📄 Ha lavorato presso Rai Sport

📄 Ha lavorato presso Tg1- Rai Radiotelevisione Italiana

📄 Di Viterbo

📄 Gestisce Archivio dello Sport Viterbese



Claudio Brambilla ha condiviso il post di Minibasketinfo nel gruppo: MinibasketTiAmo ❤️!!!
8 h · 🌐



Minibasketinfo
8 h · 🌐

Ciao, è un onore per me collaborare con Guido che con le sue Storiche dispense è un punto di riferimento per tutti gli allenatori di basket italiani. Di seguito riporto una collezione veramente speciale perché racconta con le sue dispense un pezzo di storia esaltante per il nostro movimento. Per tutti gli appassionati di tecnica e tattica del materiale imperdibile. [126 more words]

<http://www.minibasket.info/.../il-basket-degli-anni-80-con-l-.../>



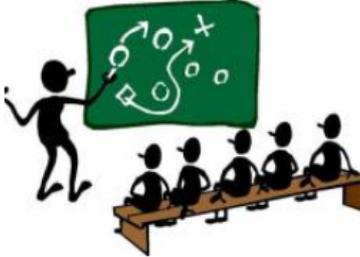
Il basket degli anni 80 con le dispense di Guido De Alexandris - www.minibasket.info

Le Storiche dispense di Guido De Alexandris sono un punto di riferimento per tutti gli allenatori di basket italiani. Di seguito riporto una collezione...

MINIBASKET.INFO



Il basket degli anni 80/90 con le dispense di Guido De Alexandris —



Ciao, è un onore per me collaborare con Guido che con le sue Storiche dispense è un punto di riferimento per tutti gli allenatori di basket italiani.

Di seguito riporto una collezione veramente speciale perché racconta con le sue dispense un pezzo di storia esaltante per il nostro movimento.

Per tutti gli appassionati di tecnica e tattica del materiale imperdibile.

Claudio Brambilla

PLAYBASKET



NEWS REGIONALI

CAMPIONATI

EVENTI

SOCIAL FORUM

TORNEI - EVENTI - MANIFESTAZIONI GUIDO DE ALEXANDRIS INSIGNITO DI UNA TARGA AL MERITO



Targa al merito da parte del Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia della Federazione Italiana Pallacanestro in occasione della Giornata Azzurra a Codroipo martedì 13 Marzo 2018.

Il presidente del Comitato Regionale FVG della FIP, avvocato Adami, ha consegnato a Guido De Alexandris una targa al merito alla presenza della professoressa Roberta Regis, formatrice nazionale Minibasket e componente lo staff nazionale Minibasket capeggiato da Maurizio Cremonini, del preparatore fisico prof. Dario De Conti, del coach delle nazionali azzurre di pallacanestro Antonio Bocchino e del prof. Claudio Bardini, presidente del Comitato Allenatori FIP del Friuli Venezia Giulia e già allenatore di Serie A di Pallacanestro.

La Giornata Azzurra, svoltasi martedì 13 marzo presso il palazzetto dello sport di Codroipo, è stata così strutturata:

Ore 15.30-17.00 Allenamento rappresentativa regionale maschile 2004

Ore 17.00-17.30 Riunione per allenatori uditori e presenti, sull'allenamento svolto.

Ore 17.30-19.00 Allenamento rappresentativa regionale maschile classi 2002 e 2003.

Ore 19.30 Clinic integrato valido 3 crediti con relatori

- Roberta Regis (Minibasket),
- Dario De Conti (Preparazione Fisica)
- Antonio Bocchino (Settore Squadre Nazionali)

Tema del Clinic: "L'importanza dei fondamentali nelle situazioni offensive"

Andrea Etrari

data pubblicazione: 15 marzo [08:58]

di Androè

**TARGA AL MERITO DA PARTE DEL COMITATO REGIONALE FRIULI VENEZIA GIULIA
DELLA FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO in occasione della Giornata Azzurra
a Codroipo martedì 13 Marzo 2018.**



ALLENATORI

*Giornata Azzurra Friuli Venezia Giulia
Al Prof. di Pallacanestro Guido De Alexandris*



"biblioteca vivente del basket"

un doveroso grazie per averci donato i suoi appunti-testi
di numerosi Clinic e Master di aggiornamento tecnico di basket e minibasket.

Per le qualità morali, didattiche e la valida opera in favore della crescita della Pallacanestro
e della Categoria, desideriamo riconoscerle il "titolo" di **Culture Cestistico**.

Il Presidente
F.I.P. - F.V.G.
Avv. Giovanni Adami

Codroipo 13 marzo 2018

Il Presidente
C.N.A. - F.V.G.
Prof. Claudio Bardini



Il presidente del Comitato Regionale FVG della FIP, avvocato Adami, consegna a Guido De Alexandris una targa al merito alla presenza della professoressa Roberta Regis, formatrice nazionale Minibasket e componente lo staff nazionale Minibasket capeggiato da Maurizio Cremonini, del preparatore fisico prof. Dario De Conti, del coach delle nazionali azzurre di pallacanestro Antonio Bocchino e del prof. Claudio Bardini, presidente del Comitato Allenatori FIP del Friuli Venezia Giulia e già allenatore di Serie A di Pallacanestro.

PLAYBASKET TIPS



NEWS REGIONALI

CAMPIONATI

EVENTI

CLINIC E INCONTRI FORMATIVI

NUOVA DISPENSA BASKET DI GUIDO DE ALEXANDRIS



E' uscito il nuovo "gioiello" di Guido De Alexandris sul 4° clinic Nazionale "Stefanutti" tenutosi a Venezia nel giugno 2017. Lavoro come al solito dettagliatissimo e ricco di spunti per tutti gli allenatori.

Relatori di calibro come Luca Banchi, Andrea Zanchi e Marco Andreazza ci parlano della costruzione della difesa in transizione, costruzione di una difesa individuale e l'attacco utilizzando il pick&Roll.

174 pagine di tecnica sopraffina di basket, un centinaio di diagrammi e 120 foto che riproducono passo dopo passo ogni secondo del clinic. Tre mesi di lavoro che, per gli interessati, è possibile trovarlo online sul sito www.minibasket.info

I "numeri" della dispensa:

- 98 Diagrammi tecnici raffiguranti giochi svolti sul campo.
- 118 Fotografie raffiguranti momenti dimostrativi sul campo.
- La stesura di tutte le pagine, comprensive di diagrammi, disegni e foto è opera di Guido De Alexandris.

Andrea Etrari

data pubblicazione: 27 marzo [16:57]