Situazioni di Fine Partita

Situazioni di Fine Partita: Preparazione, Strategie e Allenamento

Le partite si vincono (o si perdono) nei minuti finali. Eppure, troppo spesso, proprio questi momenti decisivi vengono trascurati durante gli allenamenti. Questo documento è una guida pratica e completa per ogni allenatore: ti aiuterà a preparare la squadra mentalmente e tatticamente alle situazioni di fine partita, con esempi reali, domande chiave e consigli strategici.

ESEMPI DI SITUAZIONI DI FINE GARA

- Sotto di 2 punti – 6 secondi – Rimessa dal fondo campo.

- Sotto di 3 punti – 3 secondi – Rimessa dal fondo, campo intero.

- Parità – 25 secondi – Rimessa sotto canestro.

- Sotto di 1 punto – 8 secondi – Contro trappola 1-3-1.

- Parità – 3 minuti – Nessun playmaker, entrambe in bonus.

- Sotto di 3 – 4 secondi – Rimessa laterale, fallo per evitare tiro da 3.

DOMANDE CHIAVE DA PORSI COME STAFF

1. In svantaggio: andare per il recupero o fare fallo?

2. Se sopra di 3: fare fallo per evitare il tiro da 3? Quando?

3. In parità o sotto di 1: cercare ultimo tiro o primo buono?

4. Dopo rimbalzo/palla recuperata: timeout subito o transizione?

5. Gestione cronometro dei 24: 2 per 1?

6. Hai schemi da tutte le posizioni e per ogni tempo rimasto?

QUANDO CHIAMARE TIMEOUT NELL'ULTIMO MINUTO?

- Calmare i giocatori

- Disegnare uno schema specifico

- Fermare l'inerzia avversaria

- Cambiare difesa

- Far pensare il tiratore ai liberi

- Calmare il pubblico

SVILUPPO DEL GIOCATORE

1. Intensità = partita

2. Qualità > quantità

3. Motivazione e guida del coach

4. Allenamento tecnico completo: ball handling, tiro, piedi, resistenza

5. Esercizi allineati alla filosofia di squadra

Citazioni:

“Il successo accade quando la preparazione incontra l’opportunità.”

“Fallire nel prepararsi equivale a prepararsi al fallimento.”