



# MECCANICA

**Punti di enfasi 2022 2023**

Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022

# Inizio della gara: salto a due

## 1° ARBITRO (attivo)

## 2° ARBITRO (libero)

### PRIMA

- Controlla che tutto sia pronto per iniziare la gara con il salto a due
- Prima di entrare nel cerchio centrale fischia per avvisare le squadre

- Si posiziona nei pressi del tavolo degli UdC di fronte al suo collega a dx della linea centrale
- Conferma al suo collega che gli UdC sono pronti

### DURANTE

- Lancia la palla nel cerchio centrale fronte al tavolo UdC

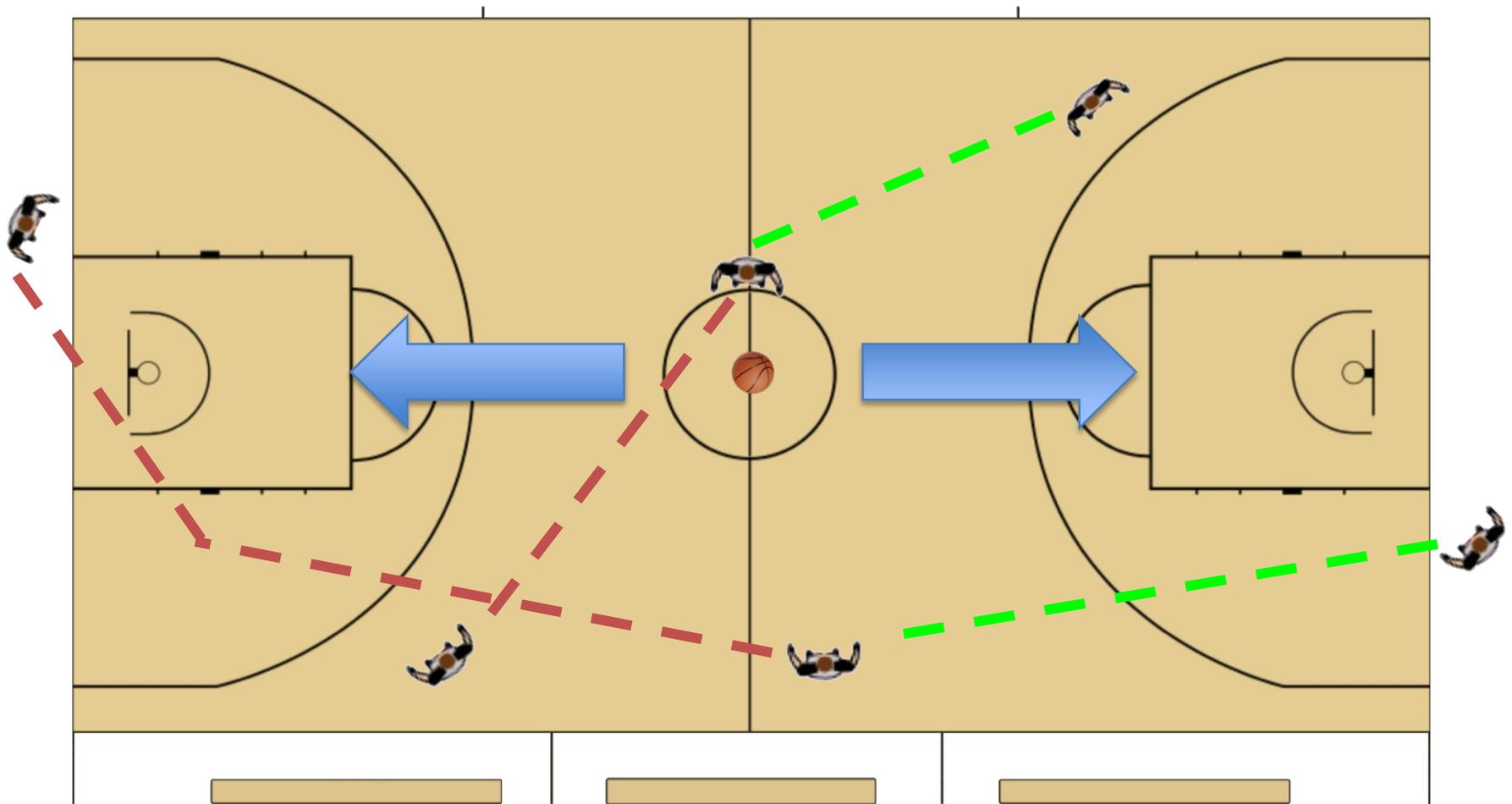
- Segnala l'avvio del cronometro al primo tocco legale
- Sanziona qualsiasi infrazione durante il salto a due

### DOPO

- Rimane dietro al gioco
- **Diventa AC nella sua posizione standard**
- Verifica della freccia del possesso alternato

- Aspetta che una squadra ottenga il controllo di palla
- **Diventa AG nella sua posizione standard**
- Corre dietro la linea di fondo dove attacca la squadra in controllo di palla

# Inizio della gara



# Inizio della gara



# Inizio della gara



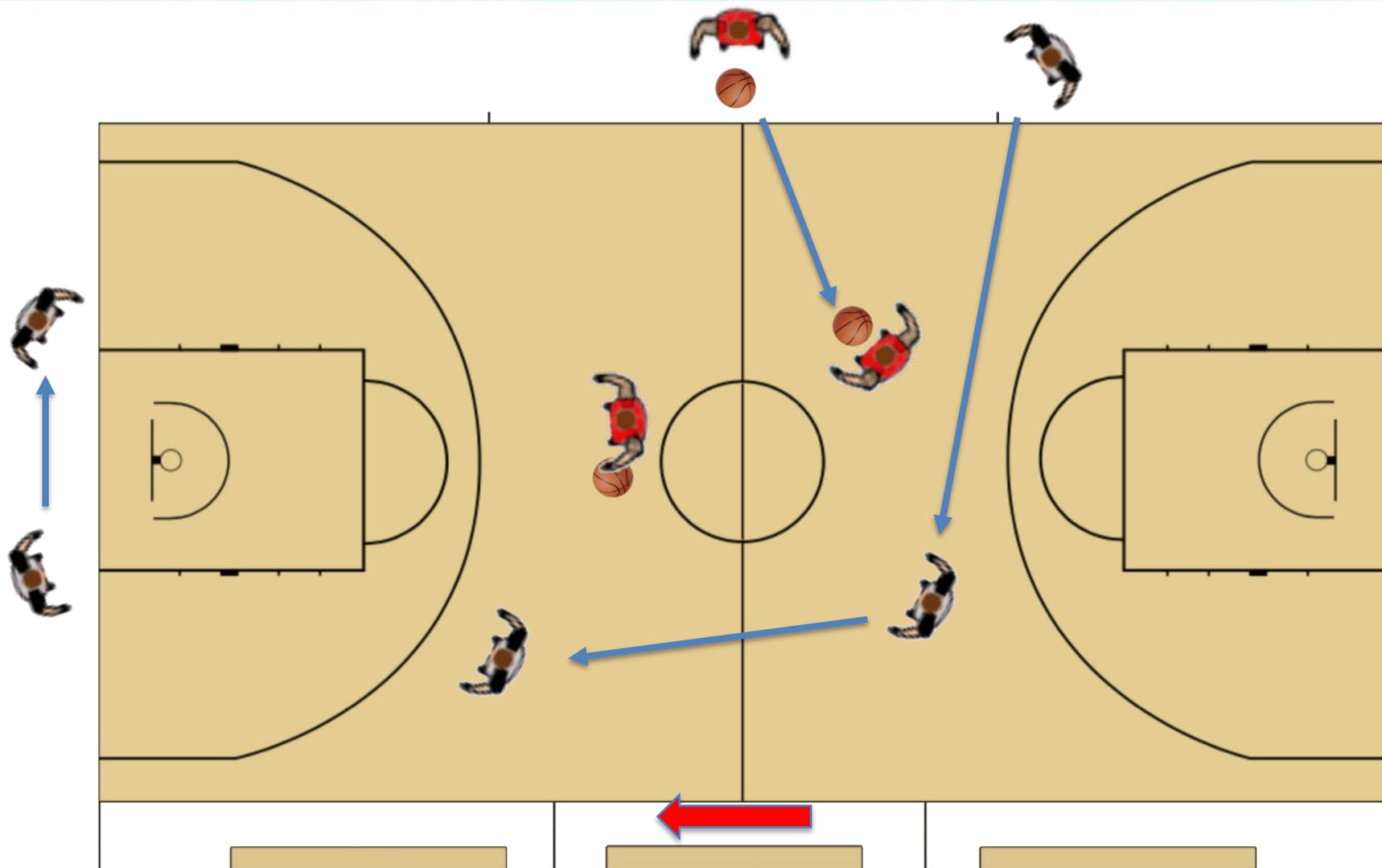
# Inizio della gara



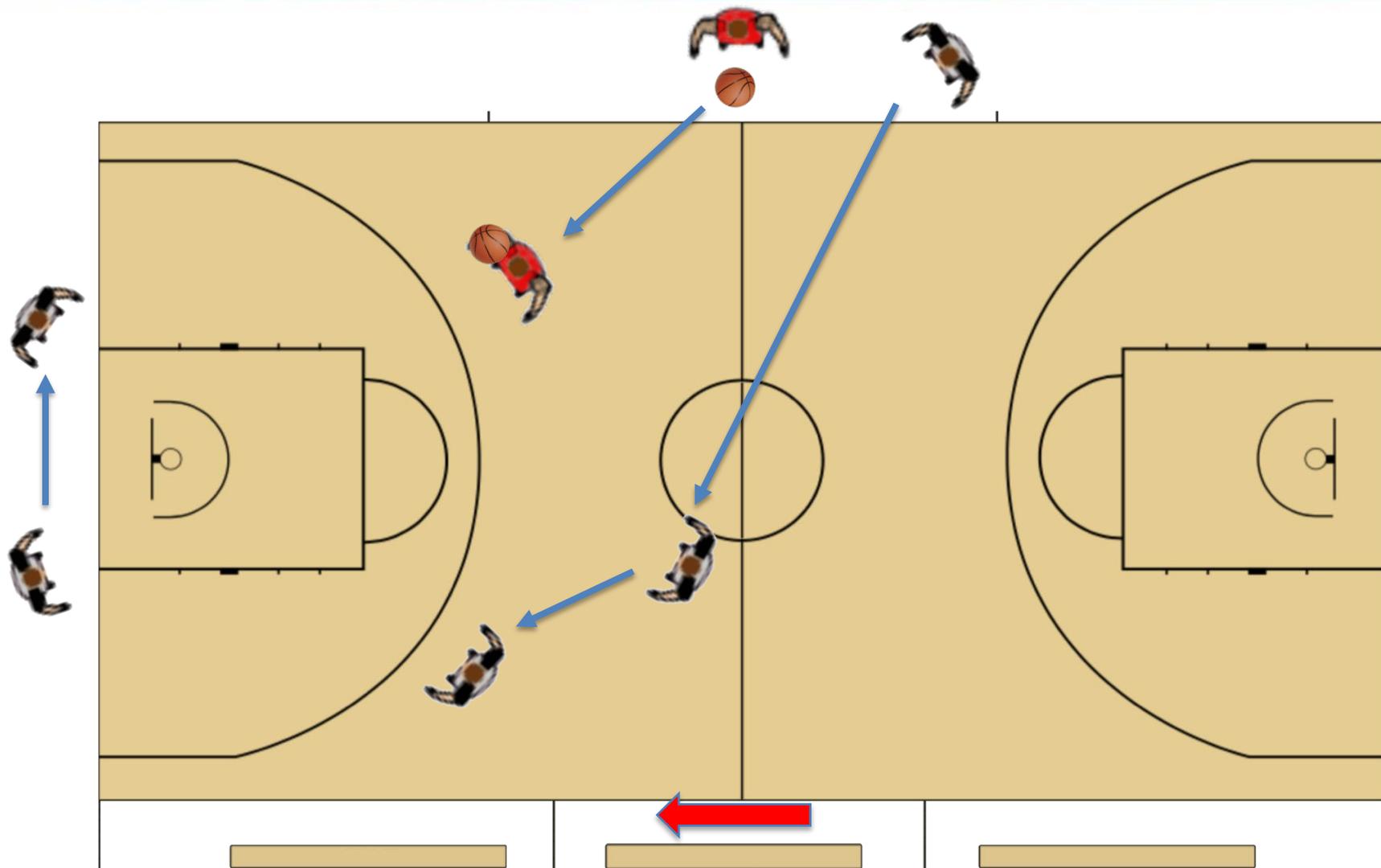
# Inizio della gara



# Inizio di un quarto



# Inizio di un quarto



# Inizio di un quarto



L.LIVORNO

44

35

VIGEVANO

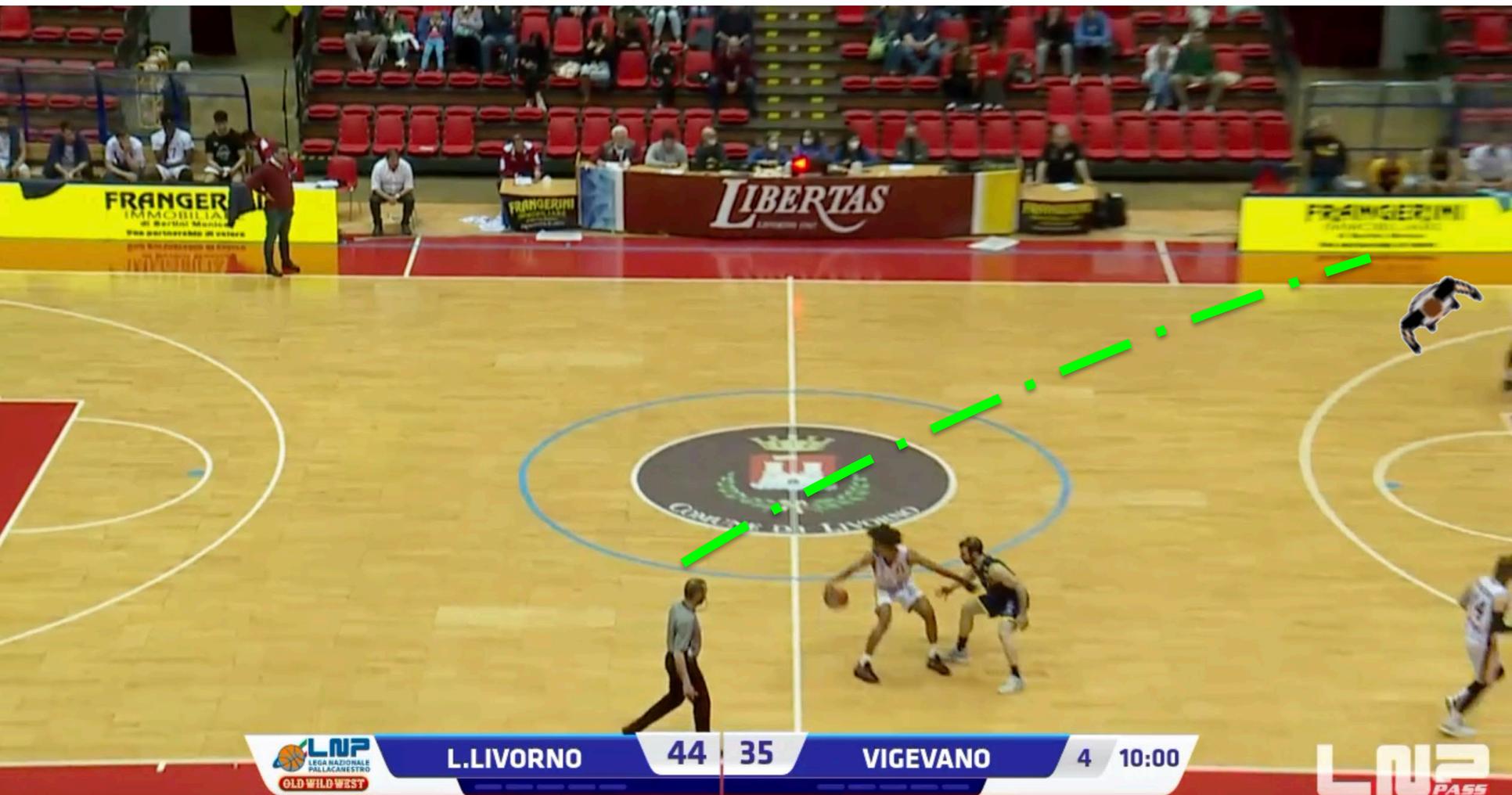
4

10:00



Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022

# Inizio di un quarto



# Correre

## Muoversi

cura dei movimenti  
fluidità movenza  
signorilità

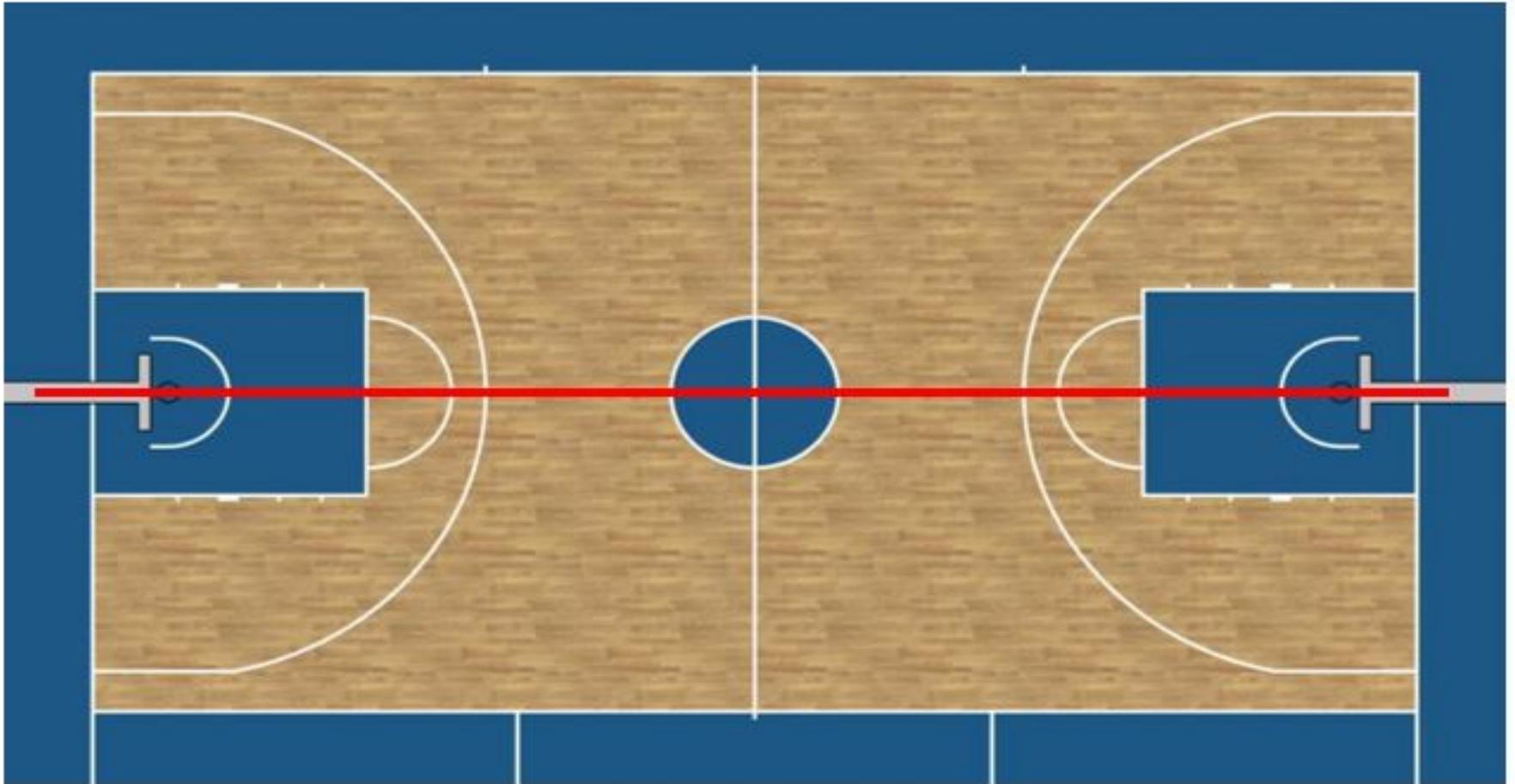
principi di meccanica  
A. Coda **dietro**  
A. Guida **davanti**

posto giusto  
ricerca spazi  
anticipi

- **Posture**
- **Fluidità e tensione attiva**
- **Principi base di Meccanica**
- **Posto giusto, valutazione credibile, da fermi**
- **Filosofia della ricerca degli spazi**
- **Anticipi del gioco**

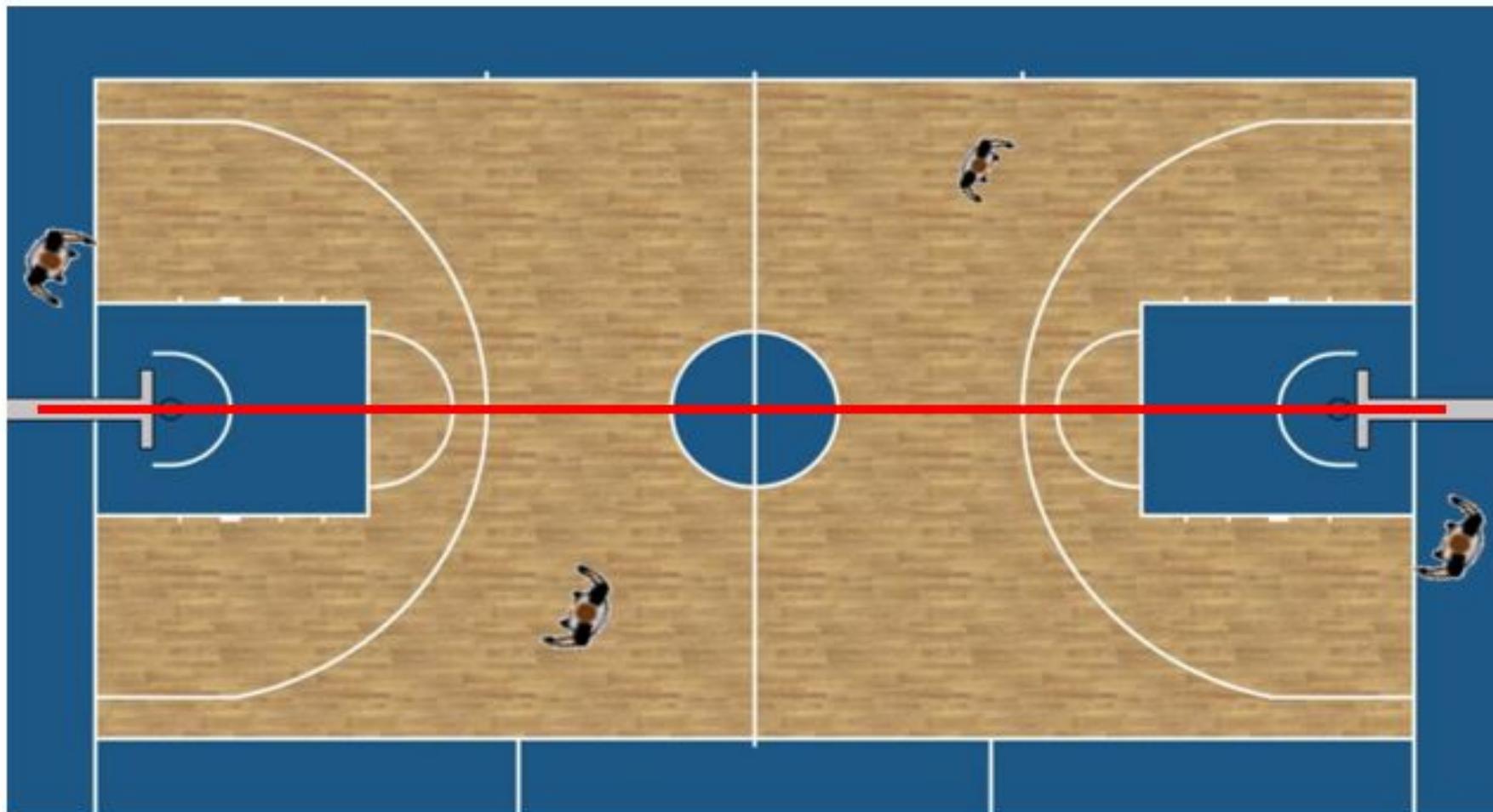
# Linea di mezzeria

E' un riferimento spaziale fondamentale, del gioco (**lato forte e lato debole**) ed anche della meccanica arbitrale.



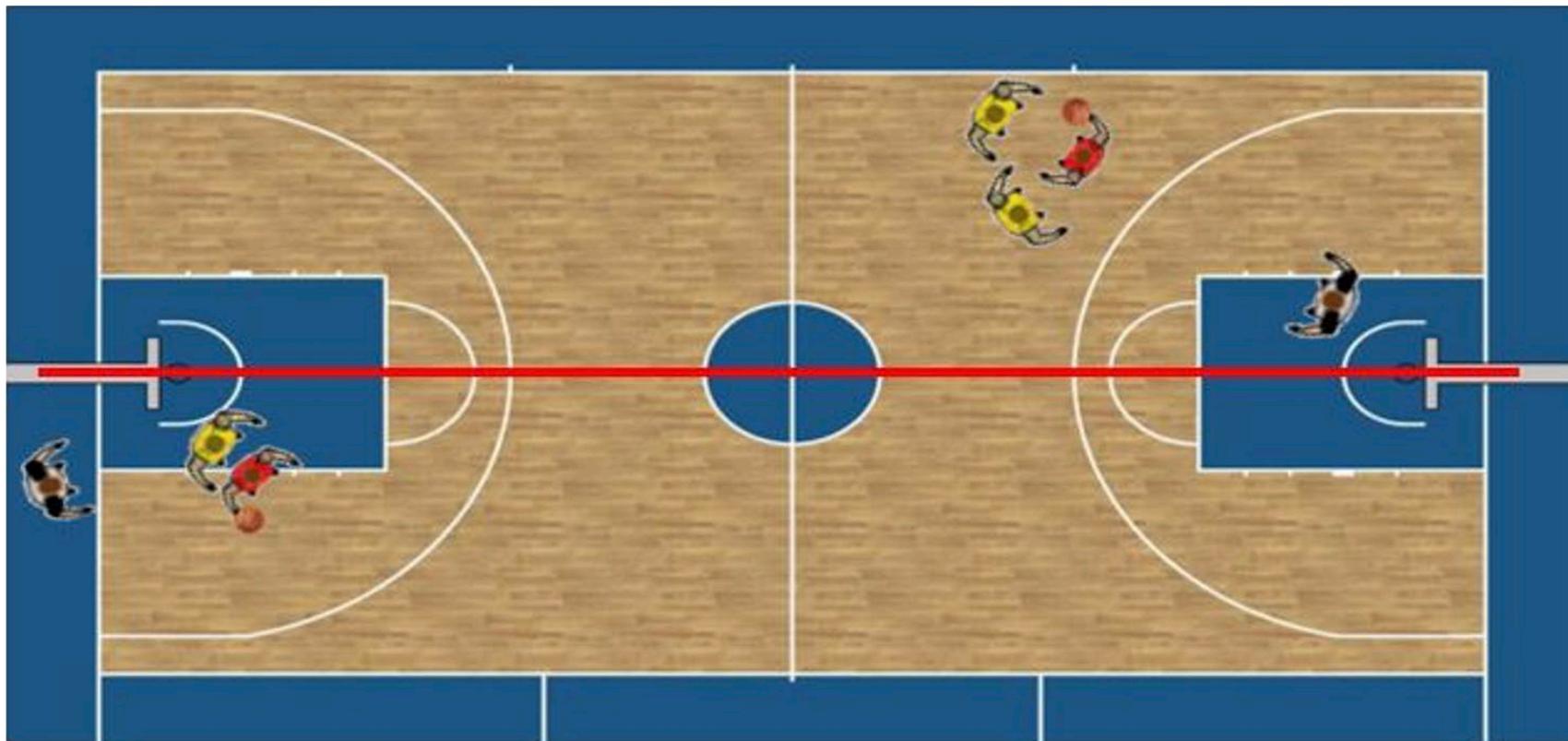
# Linea di mezzeria

Gli arbitri operano prevalentemente nella propria parte **sinistra del campo**, responsabili delle infrazioni e soprattutto della valutazione delle situazioni di rimbalzo



# Attraversamento

Solo in situazioni particolari di gioco, AC oltrepassa la linea immaginaria, cambiando la zona di competenza.



**AG: post basso R6 conduce AG**

**AC: pressing metà campo difensiva, amministrazioni di rimesse rovesciate conduce AC**

# AG: attraversamento



# AG: ritorno in posizione



# AG: attraversamento e ritorno in posizione



Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022

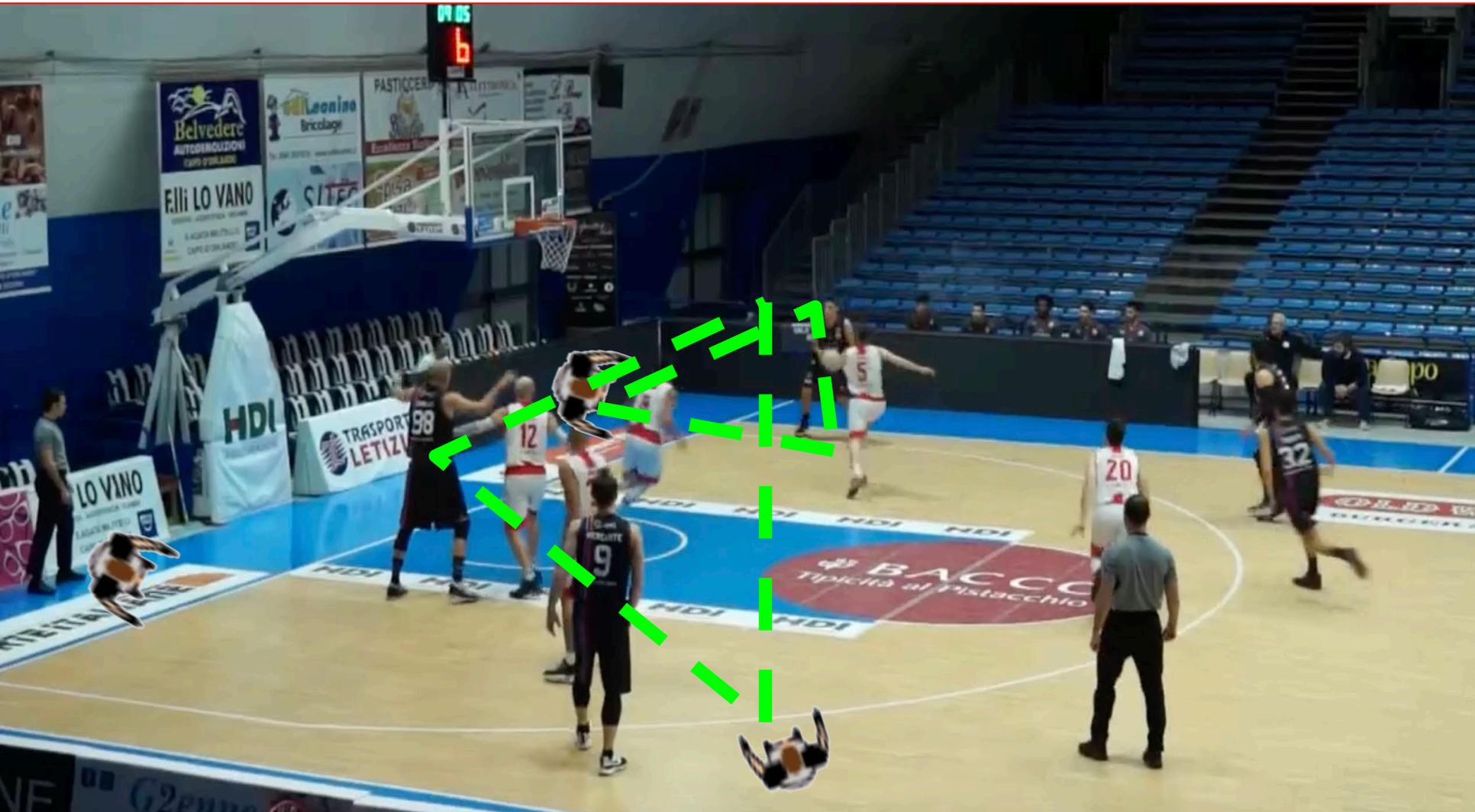
# AG: Attraversamento



Giusta distanza  
+  
Giusto angolo  
=

Visuale tra i giocatori ottimale

# AG: attraversamento e ritorno in posizione



# Posizioni

«L'arbitro va dove ha bisogno di andare per vedere ciò che ha bisogno di vedere»



Ciò detto, la quasi totalità delle situazioni di gioco può essere ben osservata muovendosi prevalentemente in alcune zone del campo. L'arbitro si trova la maggior parte del tempo nelle zone *spesso*, in determinate circostanze arriva nelle zone *a volte*.

**I due arbitri sono disposti in diagonale per mantenere tutto il gioco nel loro campo visivo.**

## Arbitro Guida

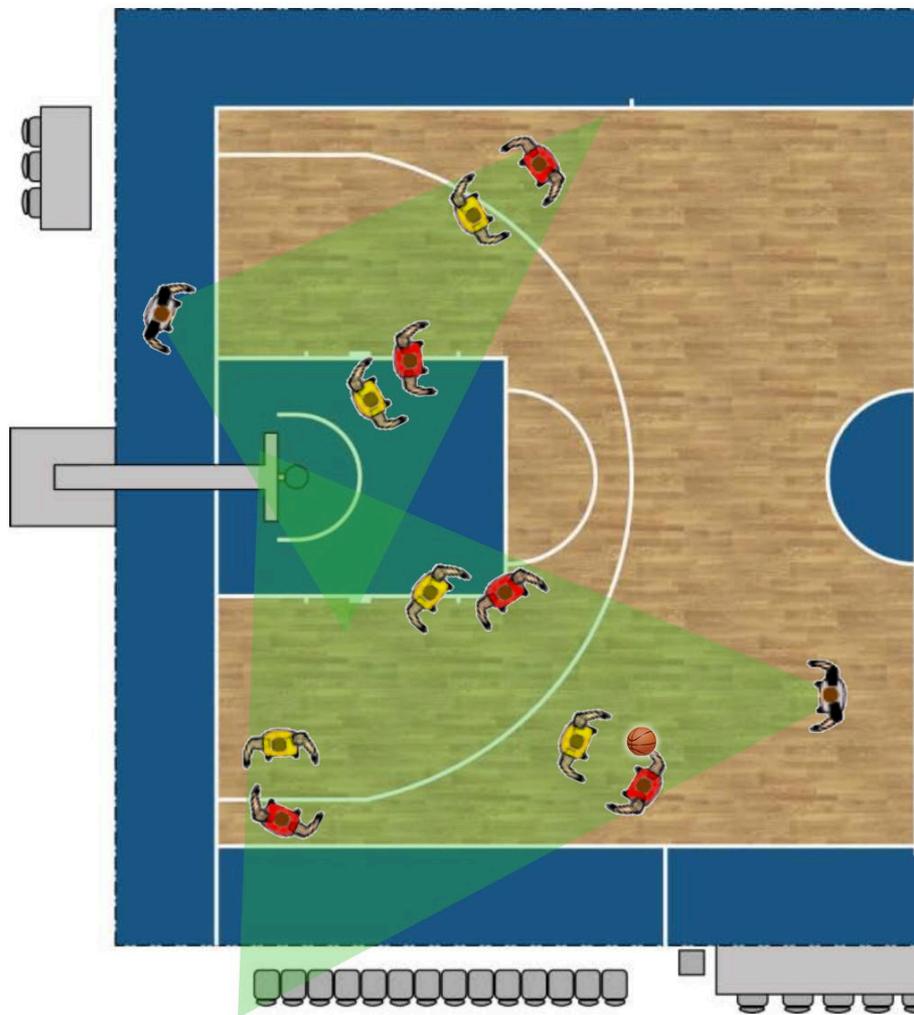
- è sempre davanti all'azione
- si muove fuori dal terreno di gioco

## Arbitro Coda

- è sempre dietro all'azione
- si muove dentro il terreno di gioco

L'arbitro modifica spesso la propria posizione in campo per mantenere una buona copertura delle situazioni di gioco di propria responsabilità.

# Distanza



L'arbitro deve prestare attenzione a non ostacolare linee di penetrazione, di taglio o di passaggio, sfruttando la propria **visione periferica**.

Lavorare alla **giusta distanza** consente all'arbitro di determinare un ampio campo visivo, mantenendo dunque una buona percezione di ciò che accade non solo sull'azione, ma anche nelle vicinanze.

La **distanza** dall'azione è uno degli elementi che determinano la credibilità dell'arbitro.

## ARBITRO PENSANTE E COMPETENTE

45° e 180° STRUMENTI ACQUISITI PRESCRITTIVI

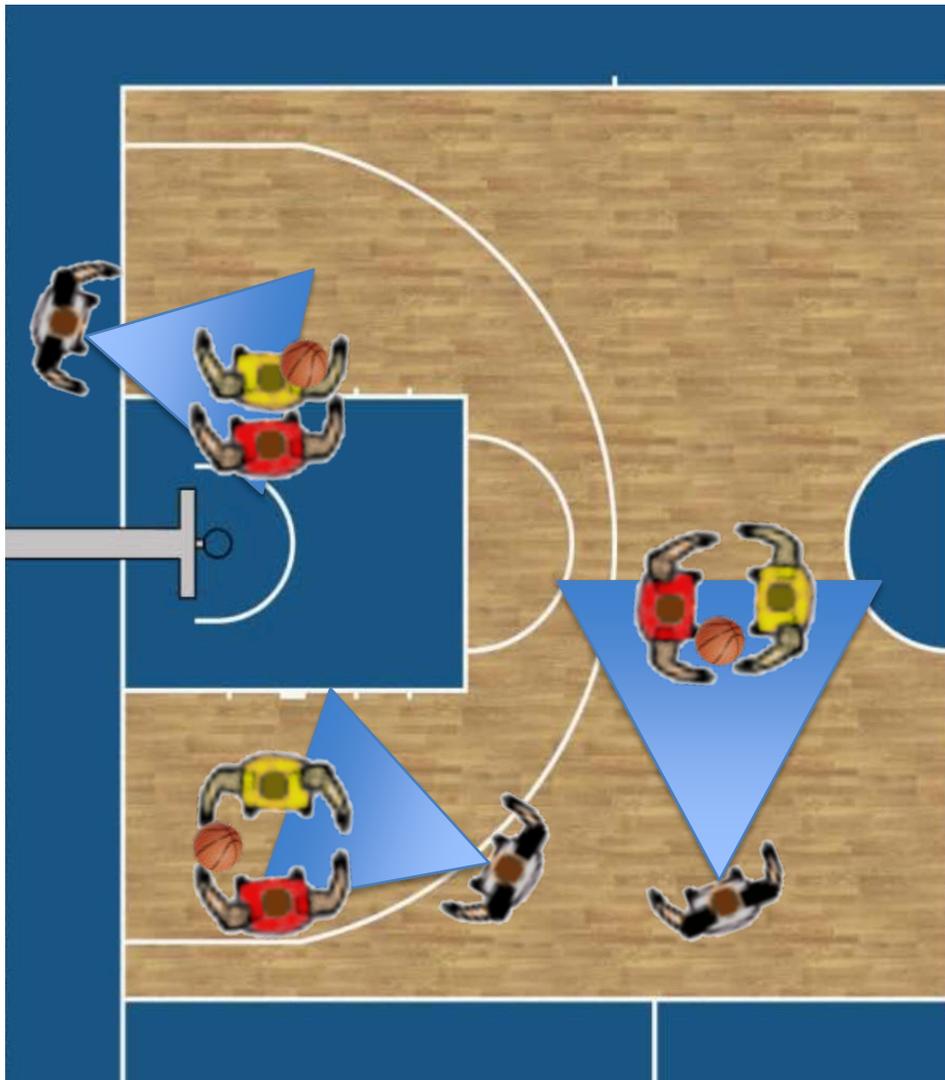


Il gioco determina la scelta degli angoli di visuale da parte dell'arbitro, in relazione ai giocatori ed alla posizione sul campo



L'obiettivo della ricerca dello spazio fra i giocatori **DEVE** portare l'arbitro a porsi al vertice di un triangolo (quanto più possibile isoscele) formato con i giocatori

# Angoli



## CRITERI DI BASE

### DISTANZA

Fondamentale imprescindibile per avere il controllo del gioco.

### ANGOLO

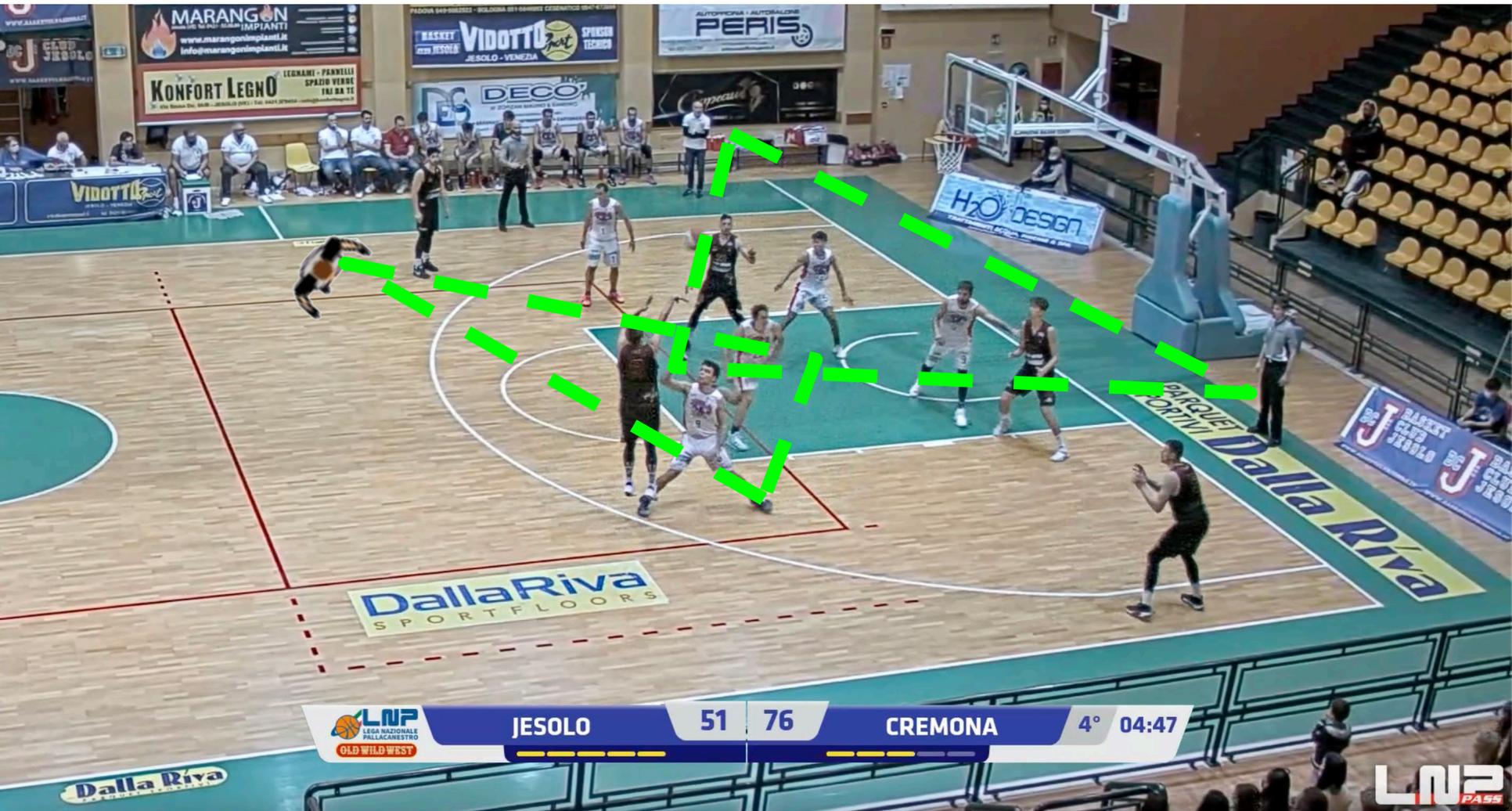
La giusta distanza perde efficacia se non è associata al corretto angolo creato dall'arbitro con i giocatori, angolo che consente di vedere e valutare lo spazio fra gli stessi.

# Angoli



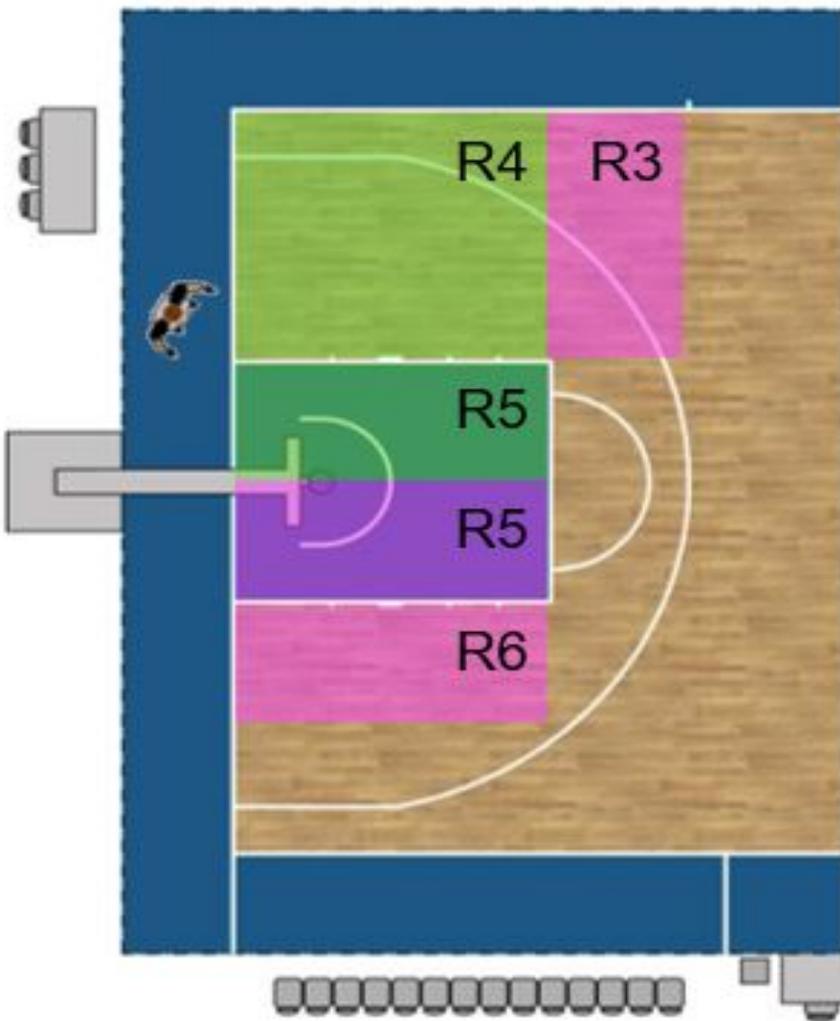
Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022

# Angoli



Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022

# AG: competenze



Zona di **primaria copertura** **rettangoli 4 e 5**, sul suo lato, con particolare attenzione al **gioco in area**.

**Adegua la propria posizione** in situazioni di gioco forte oltre il canestro, avvicinandosi per migliorare l'angolo visivo, fino ad attraversare con posizione speculare a quella di partenza.

Parte del **rettangolo 3** se il coda è svantaggiato.

## **Responsabilità**

- gioco dei pivot
- rimbalzi alla propria sx
- no contatti alti
- out fondo e laterale a sx, amministrazioni
- 3 secondi
- tiri liberi

## **Must**

- **lontano dalla linea**
- cambio di angoli
- tiratore di competenza senza abbandonare

# AC: competenze



Zona di **primaria copertura**  
rettangoli 1,2,6, 5 sul suo lato, 3 alto.

## Must

- movimenti lateralità
- angolo
- altezza sulla palla
- cross step (meglio ricerca angoli !!)

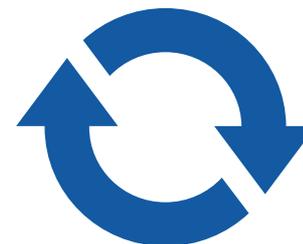
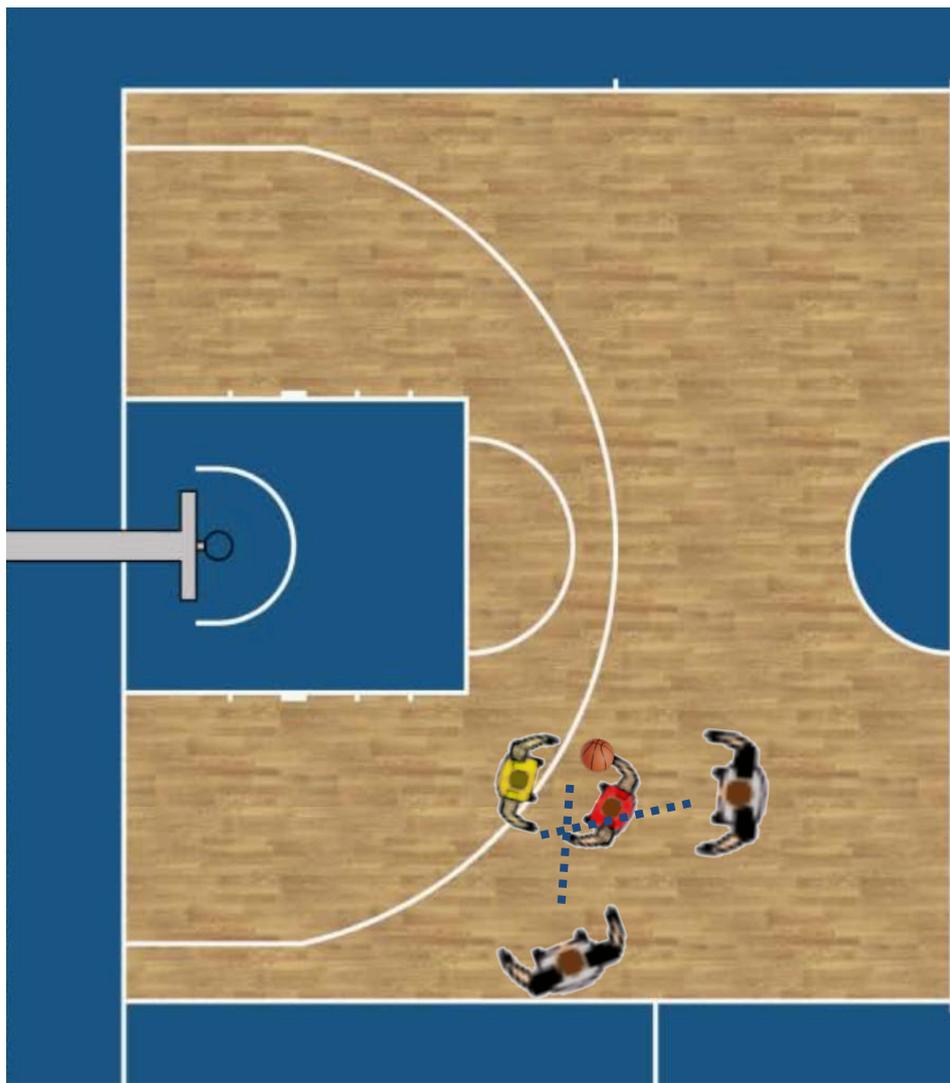
## Responsabilità

- 8 secondi
- RPZD
- gioco dei pivot
- rimbalzi alla propria sx e giocatori esterni
- contatti alti
- out laterale a sx, amministrazioni

## Must

- cambio di angoli
- tiratore di competenza senza abbandonare

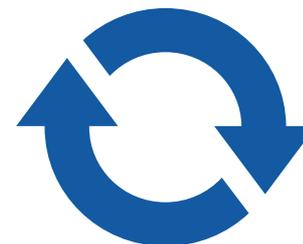
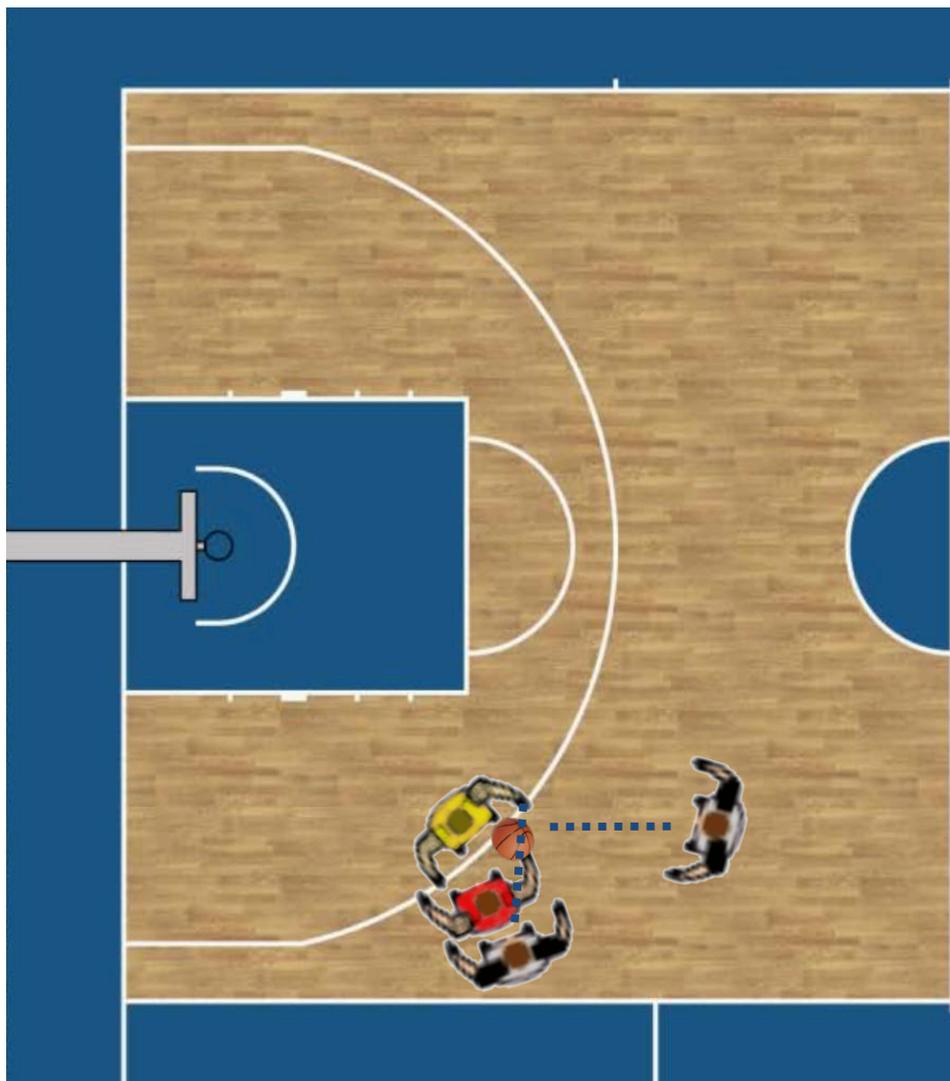
# AC: cross step



## **Incrocio (cross step)**

Nell'intento di mantenere il controllo acquisito sulla giocata, quando il gioco va in una direzione, l'arbitro si muove nella direzione opposta per mantenere distanza ed angolo ottimali per valutare.

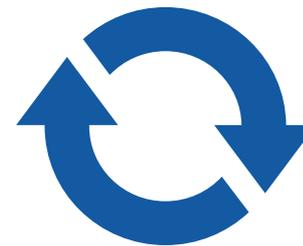
# AC: cross step



## **Incrocio (cross step)**

Nell'intento di mantenere il controllo acquisito sulla giocata, quando il gioco va in una direzione, l'arbitro si muove nella direzione opposta per mantenere distanza ed angolo ottimali per valutare.

# AG: cross step



## **Incrocio (cross step)**

Nell'intento di mantenere il controllo acquisito sulla giocata, quando il gioco va in una direzione, l'arbitro si muove nella direzione opposta per mantenere distanza ed angolo ottimali per valutare.



# Cross Step

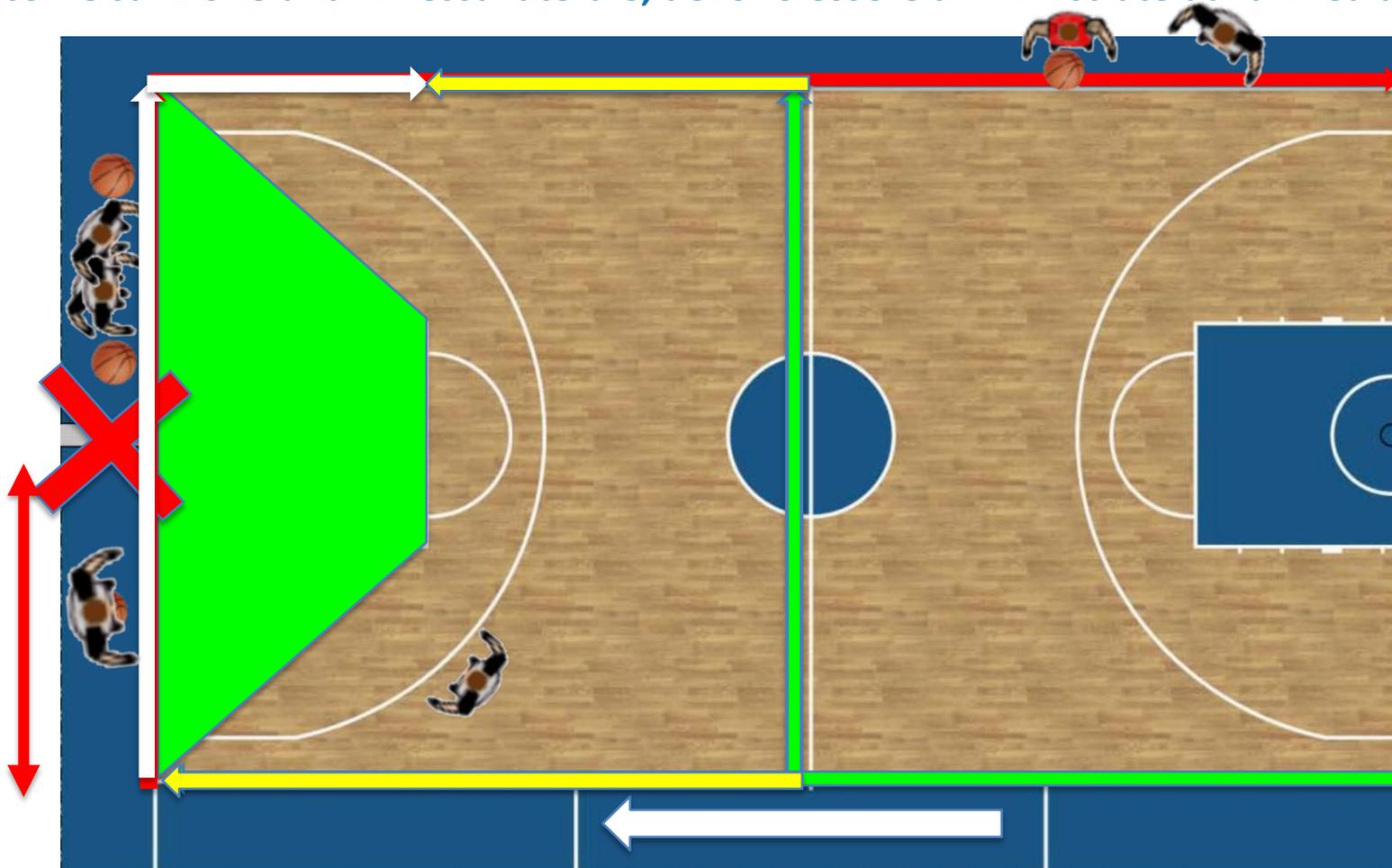


Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022



# Amministrazioni: rimesse

Tutte le infrazioni commesse all'interno del trapezio immaginario che hanno come sanzione una rimessa laterale, devono essere amministrare dalla linea di fondo.  
Competenze sulle linee laterali AC ed AG ed amministrazioni.





*Ripartire dagli aspetti più semplici  
sarà in assoluto la cosa più difficile.*

Raduno Formatori  
Zola Predosa 2 - 4 settembre 2022