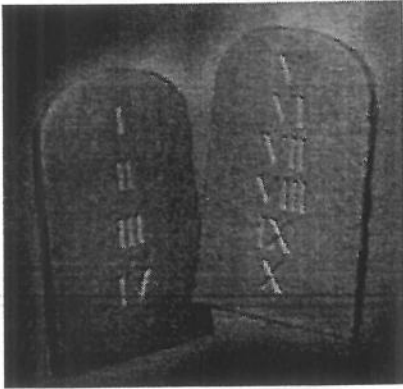


## Piccole verità



Senza lunghi non si segna, senza ali non si vola, senza play non si gioca...

Le squadre sono di 16, in panchina si va in 12, le partite si giocano in 7, ma le competizioni importanti si vincono col sedicesimo.

Le partite sono lo specchio dell'allenamento.

Le competizioni importanti si vincono con le squadre non con le selezioni.

Buoni attaccanti si nasce ma ottimi difensori possiamo diventarlo e un buon difensore trova sempre il suo spazio.

Non conta quanti canestri può fare un giocatore, l'importante è che l'uomo che difende ne faccia uno di meno.

La pallacanestro come ogni sport è metà tecnica e metà psicologia

La mentalità vincente è il fondamentale più difficile da insegnare.

Quando perdi di 20 punti non c'è problema, lavorerai sul tiro, sul palleggio, il passaggio ed altro. Quando perdi di un punto è "pane duro": è la testa che non funziona, la tua di allenatore...

Il cerchio del canestro è molto piccolo e per farci passare la palla spesso e volentieri bisogna starci davanti molto ma molto tempo.

Da cinque a trentacinque (anni) la panchina è sempre il miglior allenatore.

Il lavoro motorio serve nei bimbi per la conoscenza del proprio corpo, nei ragazzi per migliorare coordinazione, elasticità, esplosività e potenziamento, negli adulti per evitare la ruggine... quindi sempre.

*La meccanizzazione dell'insegnamento uccide la fantasia.*

Gli schemi a livello giovanile sono la morte della creatività ed un buon salvagente per mandare in campo cinque sconosciuti.

Non è importante quello che si fa (in allenamento) è come si fa.

Non c'è mai un risultato già scritto.

Lo spogliatoio è degli atleti... e di quel disgraziato che deve pulirlo.

Rispetta sempre colui che è il custode della palestra perchè è lui la prima persona che può farti allenare al meglio.

Gli allenatori sono come il pesce: dopo tre anni fanno cattivo odore.

In campo si va per vincere, poi capita pure di perdere ma è una brutta esperienza e può diventare una pessima abitudine.

L'esempio visivo, magari di una prima squadra è metà dell'insegnamento.

Si vince con la determinazione, non con la rabbia.

Colui che fa il canestro che ti fa vincere di un punto all'ultimo tuffo è sempre qualcosa di più di un buon giocatore.

Ogni squadra ha il suo leader, ma non è mai solo un buon attaccante.

Con i bambini il minuto di sospensione non serve neanche a riprendere fiato, figuriamoci dargli i consigli, magari urlando, durante lo svolgimento del gioco.

La testa conta più delle mani e dei centimetri.

Qualsiasi giocatore di ogni età impara fin quando si diverte...