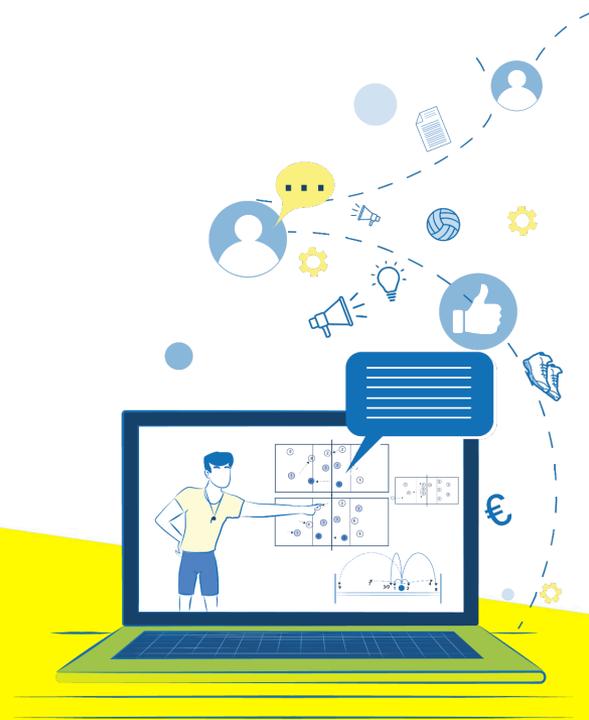




# Iniziative di Aggiornamento Nazionale per Allenatori 2021

## IL SISTEMA RICEZIONE PUNTO NELLA NAZIONALE U16

OSCAR MAGHELLA



Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione



# I PRESUPPOSTI

**Solo una pallavolo**

**Mutare delle cose**

**Le atlete al centro di ogni iniziativa**

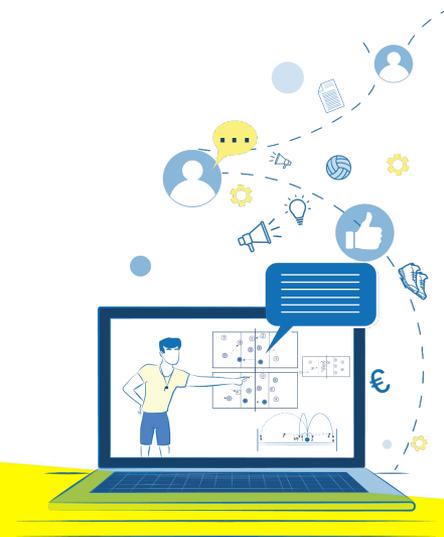
**Perché un sistema**

**U16: la programmazione**

**U16: l'interpretazione del sistema cambio palla**

Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione

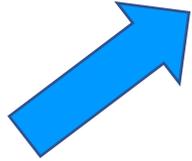




**SQ. NAZ. SENIORES**



**SQ. NAZ. GIOVANILI**



**SOLO UNA  
PALLAVOLO**



**ATTIVITA' DI QUALIFICAZIONE  
(Comunque un contesto qualificato)**

**ATLETE (in campo)  
TECNICI ATLETE (prima > dopo)  
CR + CT STAFF TECNICI  
(compartecipazione)**



**L'ITALIA SIETE VOI: NON LA BASE AL VERTICE MA IL VERTICE ALLA BASE**

**A riprova che le pertinenze individuate fossero congrue e  
perciò trasferibili ed utilizzabili nelle più disparate realtà**

Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione





# SOLO UNA PALLAVOLO....

**Non esistono pallavolo diverse a diverse età...  
esistono diversi livelli qualitativi (prestativi) della  
stessa, legati all'età....**

**cioe'**

**chiamate - intese - motricità senza palla  
timing - riferimenti spaziali - .....**





# PER MEGLIO DIRE: LA PALLAVOLO DELLE GRANDI GIOCATA ANCHE DALLE GIOVANI

## 4 attaccanti:

- che si propongono in modo coordinato e sinergico
- che agiscono in spazi diversi
- che utilizzano differenti dinamiche
- realizzate con tempi ravvicinati tra loro
- mediante traiettorie di gioco veloci

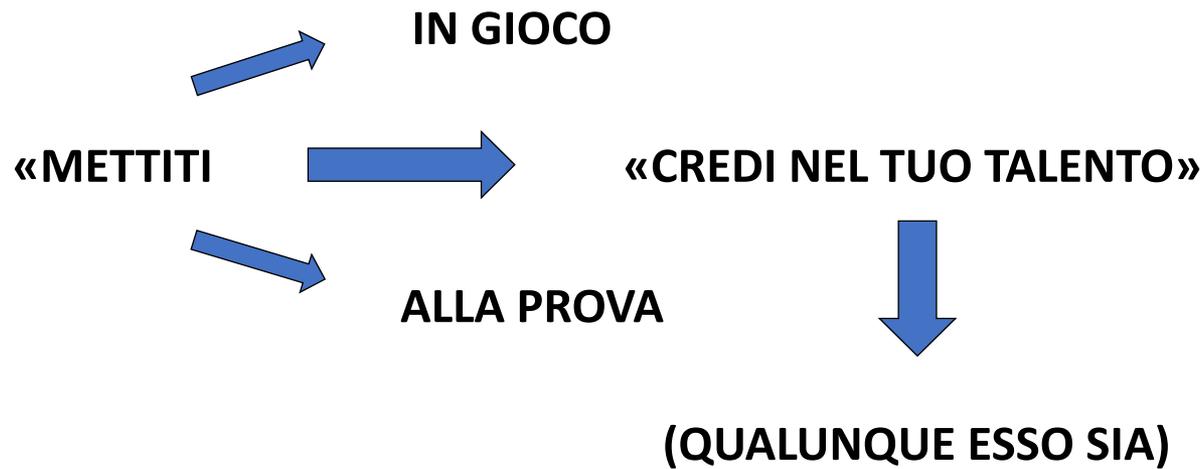


# INCONFUTABILE

**I dinosauri insegnano che la vita cambia:  
consapevolezza del mutare delle cose. E' opportuno  
essere aperti al cambiamento ?**



# SEI PRONTO AD ANDARE OLTRE ? NON OCCORRONO RIVOLUZIONI, BASTA AGGIUNGERE...



- MOTIVAZIONI
- PERSONALITA'
- CONSAPEVOLEZZA
- CAPACITA'
- SFIDA
- CORAGGIO
- COSCIENZA DI SE

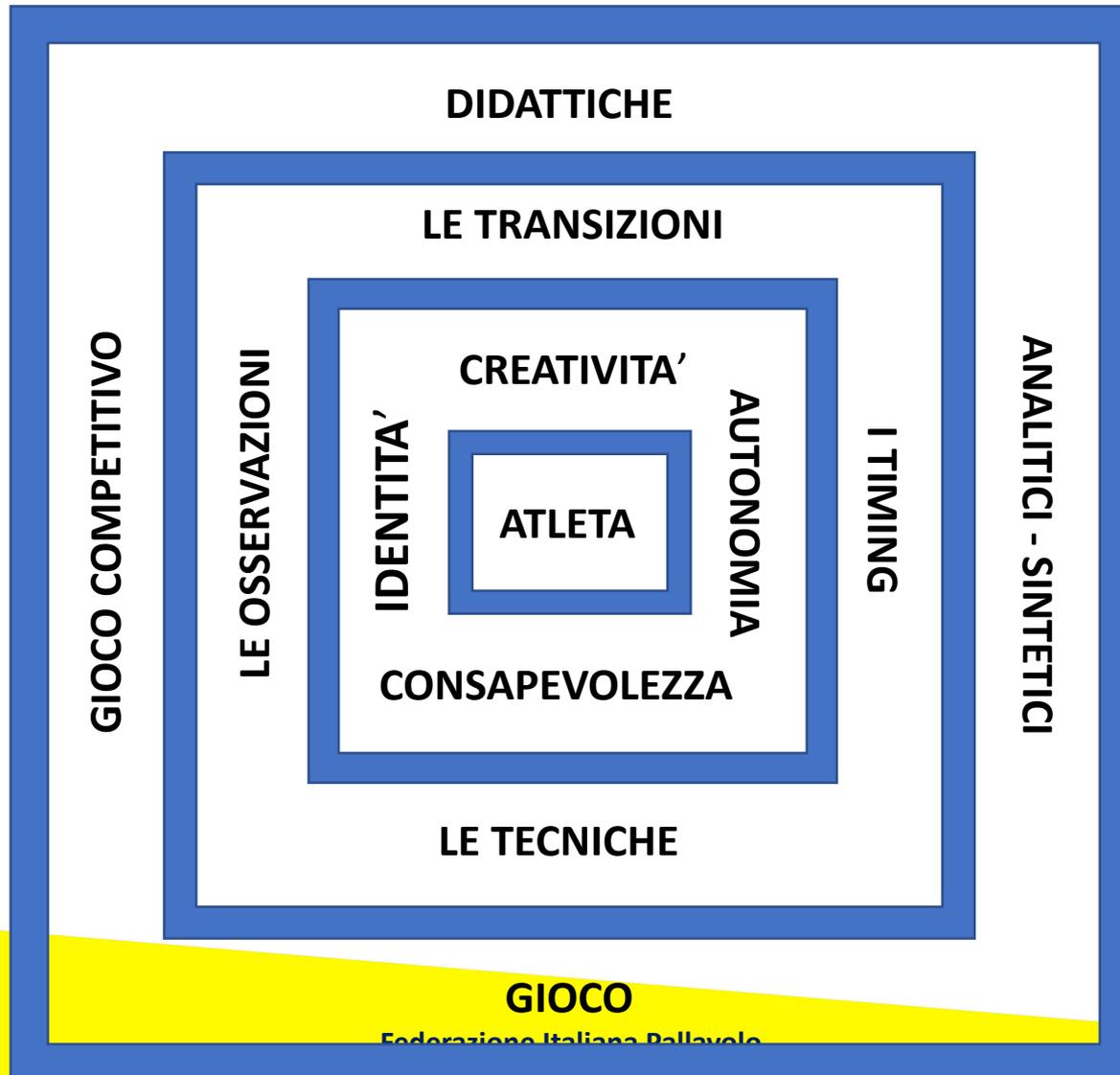




# MOLLA LE CIME, LASCIA IL PORTO SICURO



# L' ATLETA AL CENTRO DEL PROGETTO



**GIOCO**

Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione



# È L'ATLETA A FARE LA PRESTAZIONE, PER CUI....

**IDENTITA'**

**CONSAPEVOLEZZA**

**AUTONOMIA**

**AUTOSTIMA**

**CREATIVITA'**

**CAMBIARE  
L'ESISTENTE**





# ATLETE E DAD TECNICA: UNA AVVINCENTE SCOPERTA

- **Inedita**
- **Modelli e dinamiche nazionali seniores (un'unica pallavolo)**
- **Atlete potenzialmente protagoniste**
- **Capacità di auto-ascolto > apprendimento**
- **Capacità di analisi tecnica**
- **Cercare risposte**
- **Come in gara: esporsi, vincere tensioni ed incertezze**
- **Evidenti possibilità di un successivo e diversificato impiego**

**«Non c'è didattica senza dialogo. Non c'è dialogo senza ascolto»**



# «DAPPRIMA LA QUALITA' DELLA PRESTAZIONE CHE POI DETERMINA IL RISULTATO»

Priorita' e consequenzialita'	1°	2°	3°
<b>A</b>	La prestazione (Giocare bene, al meglio)	Consapevolezza benessere	Attenzione alle modalita' che qualificano la prestazione
<b>B</b>	Il risultato	Gratificazione adrenalinica	Attenzione alle modalita' che consentono nel breve il risultato



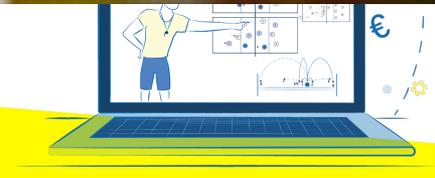


# IL SISTEMA: SIGNIFICATO, OBIETTIVO, FINALITA'

«Entità costituita da diversi elementi reciprocamente interconnessi ed interagenti tra loro e con l'ambiente esterno con cui reagisce ed evolve come un tutt'uno»

**OBIETTIVO**: ricevere al meglio

**FINALITA'**: l'attacco > un intento sinergico che coinvolge un cospicuo numero di protagonisti



# LA TECNICA DI RICEZIONE E' SOLO UN «TASSELLO» DELL'INTERO SISTEMA

**Come risultanza statistica e' sempre in cima ai ns pensieri data la sua rilevanza nell' economia della prestazione**

**Probabilmente non funziona quanto vorremmo visto la ricorrenza con cui se ne parla**

**In che misura le nuove «misure» tecniche hanno calmierato l' incalzante mutare-crescere del servizio ?**

**L' eventuale incremento tecnico registrato:**

- è stato soddisfacente ?
- potrà' mai essere risolutivo ?



# PROSEGUENDO...

**Cos'è stato sostanzialmente fatto per inalzare la qualità di questo sistema:**

- **abbiamo agito sostanzialmente solo sulla tecnica di ricezione ?**
- **abbiamo posto l'attenzione anche su altri aspetti ?**

**Data l'evidente costante «supremazia» della battuta non sarebbe il caso di operare anche per altre vie così da qualificare al meglio il cambio-palla ?**





# Progr. 19/20 > 20/21 MGT + ISV

- **Novembre 2019 > Marzo 2020:**

**n. 118** Società ISV

**n. 7 CR MGT: atlete 2005/2006**

- **Marzo > Giugno 2020:**

**n. 14** meeting ARR + ART CR > MGT: conoscenza atlete 2005/2006

**n. 5** meeting ARR + ART: (in)formazione > Davide Mazzanti

- **Settembre > Ottobre 2020:**

**n. 4 mini stage (3gg) > 72 atlete 2006 (Naz. U16)**

- **Dicembre 2020:**

**n. 4** meeting ARR + ART: progettualità in ipotesi

- **Gennaio > Marzo 2021:**

**n. 38** meeting atlete CR: 11 atlete Naz. Sen. + 3 Mazzanti + 89 ARR/ART + 755 atlete > 351 Società

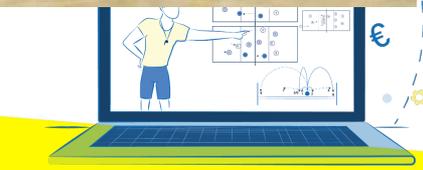
**n. 6** meeting > tecnici 351 Società + 89 ARR/ART > (in)formazione ricerca/analisi marzo 2020 > gennaio 2021



# COME E' INIZIATA: LA QUALIFICAZIONE \*\*

**MILANO STAGE - N. 18**  
**24.03.21 > 29.03.21**

**CHIAVENNA – QUALIF. EU**  
**(WEVZA)**  
**31.03.21 > 04.04.21**



# DA CUI > UN PRIMO PASSO .....



# A SEGUIRE .....

**MILANO - N. 4 STAGE \*\***

**DI SELEZIONE 04 > 07**

**09/11.05.21**

**16/18.05.21**

**23/25.05.21**

**30.05/01.06.21**

**CHIAVENNA – STAGE N. 18**

**05.06.21 > 17.06.21**

**MILANO – STAGE N. 18**

**21.06.21 > 29.06.21**

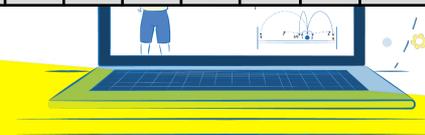
**MILANO – STAGE N. 15**

**03.07.21 – 09.07.21**



# LE 18: DATI ANTR. CONDIZ.

COGNOME - NOME	A.N.	RUOLO	H (C.S.)	H (S.S.)	H SEDUTI	GRANDE APERT.	PESO	BMI	REACH 2 MANI	SAM				MAX SAM	ELEV SAM	REACH 1 MANO	SDA				MAX SDA	ELEV SDA	DIFF ELEV SDA ELEV SAM
										1	2	3	4				1	2	3	4			
1	2006	RA	185	182	93	192	63	19,0194	240	284	282			284	44	243	304	304	308	308	308	65	21
2	2006	RA	188	185	95	193	79,9	23,3455	242	286	286			286	44	244	304	304	308	304	308	64	20
3	2006	RA	188	185	93	189	74,3	21,7093	241	280	280			280	39	242	308	308	308		308	66	27
4	2006	RA	184	181	95	181	65,1	19,8712	235	280	280			280	45	237	294	292	296	298	298	61	16
5	2006	RA	182	180	95	179	61,4	18,9506	234	280	280			280	46	235	294	292	292		294	59	13
6	2006	RA	184	182	90	189	64,5	19,4723	241	282	286			286	45	242	304	302	302		304	62	17
7	2006	C	190	188	91	196	78,1	22,0971	247	290	292			292	45	250	304	306	308	308	308	58	13
8	2006	C	188	185	99	186	65,8	19,2257	237	288	290			290	53	240	306	304	308	304	308	68	15
9	2006	C	188	185	89	194	78,4	22,9072	243	288	290			290	47	247	308	312	314	314	314	67	20
10	2006	C	186	182	96	193	68,4	20,6497	238	282	282			282	44	240	302	300	300		302	62	18
11	2006	C	188	185	92	192	65,2	19,0504	246	288	288			288	42	249	304	302	302		304	55	13
12	2006	O	193	190	94	193	81,1	22,4654	248	284	284			284	36	250	302	304	304		304	54	18
13	2006	O	193	189	98	194	65,2	18,2526	250	280	284			284	34	253	304	300	302		304	51	17
14	2006	P	182	180	98	184	67	20,679	234	274	274			274	40	238	296	298	296		298	60	20
15	2006	P	185	181	92	186	65,1	19,8712	238	276	274			276	38	241	298	296	298		298	57	19
16	2006	P	181	179	95	185	68,7	21,4413	232	276	276			276	44	235	290	288	290		290	55	11
17	2006	L	176	172	89	175	62,7	21,1939	225	266	264			266	41	227	284	286	286		286	59	18
18	2006	L	177	175	92	178	62,6	20,4408	226	262	260			262	36	227	278	284	282		284	57	21



# EU U16: SLOVACCHIA > UNGHERIA



Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione



# COME SI E' CONCLUSA



# EU U16F 2021: L'INTERPRETAZIONE DEL SISTEMA CAMBIO PALLA



Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione



# IL SISTEMA CAMBIO PALLA I PUNTI CHIAVE

**STARE A TEMPO**

**ATTACCARE TUTTA LA  
RETE CON 4 USCITE**

**COME GIOCARE DENTRO E  
FUORI SISTEMA**

**LE FIGURE CHIAVE: L > P > C**



# II TIMING DI CUI DISPONIAMO



0,8 – 1 sec.



1,5 sec.



0,4 - 1,6 sec.



**Le ns atlete ne sono consapevoli ?**

**E noi ?**

Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione





# DI CONSEGUENZA.....

**Non stare nei tempi mi consente comunque di giocare, di fare un certo tipo di pallavolo?**

**Questa scelta mi basta? Mi gratifica?**

**La capacità' di stare nei tempi del gioco e' prioritaria e fa davvero la differenza in tutti i contesti, cioè consente di esprimere al meglio la talentuosità tecnica, qualunque essa sia**

**Per poter agire in modo appropriato, nel tempo che intercorre tra battuta e ricezione (giusto istante), devo riconoscere quali dinamiche (transizioni e relativi adattamenti posturali\*) è opportuno utilizzare**



# IL SISTEMA CAMBIO PALLA I PUNTI CHIAVE DEL GIOCO DI ATTACCO

## STARE A TEMPO



## RISPETTA IL TOCCO DEL PALLEGGIATORE

- Per rimanere nel tuo tempo di attacco
- Per definire il timing di entrata o uscita sul sinistro



# IL SISTEMA CAMBIO PALLA PUNTI CHIAVE DEL GIOCO DI ATTACCO

## ATTACCARE IN QUATTRO



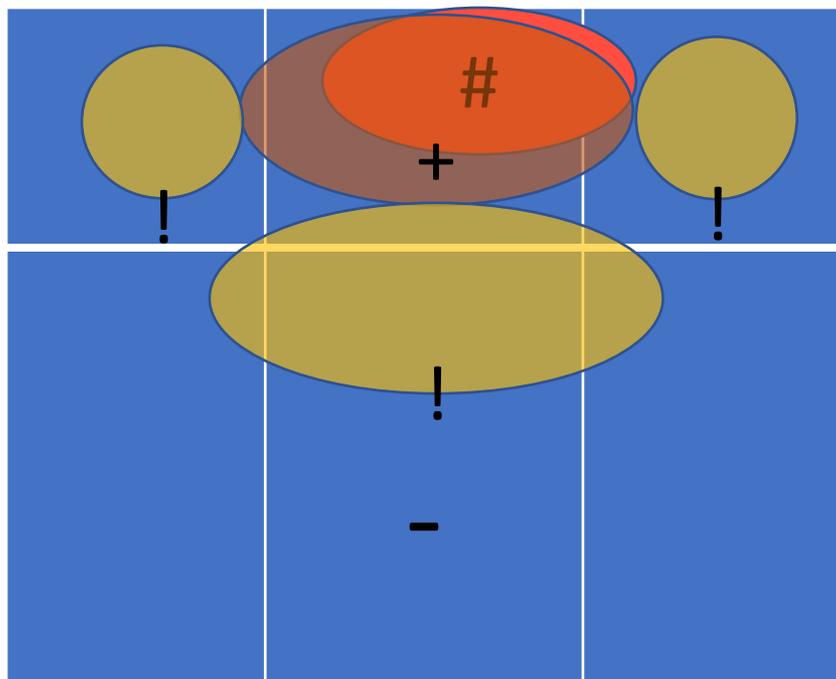
## ATTACCA TUTTA LA RETE

- Nelle situazioni di attacco a tre la seconda linea sempre avanti al palleggiatore; si va dietro quando la palla si sposta verso 4.
- Nelle situazioni di attacco a due le seconde linee devono occupare spazio sulla «base» del centrale (quick – zero o gamma – over)

# OLTRE AI TIMING IL FATTORE LIMITANTE E' ...

## IL 2° TOCCO IN RAPPORTO ALLA RETE

**IN= # +**



**OUT= ! -**

**PER TALE RAGIONE ALCUNI RUOLI ASSUMONO ALL'INTERNO DEL SISTEMA UN SIGNIFICATO PARTICOLARE E STRATEGICO**

Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione



# IL TEMPO, LO SPAZIO, LA TECNICA

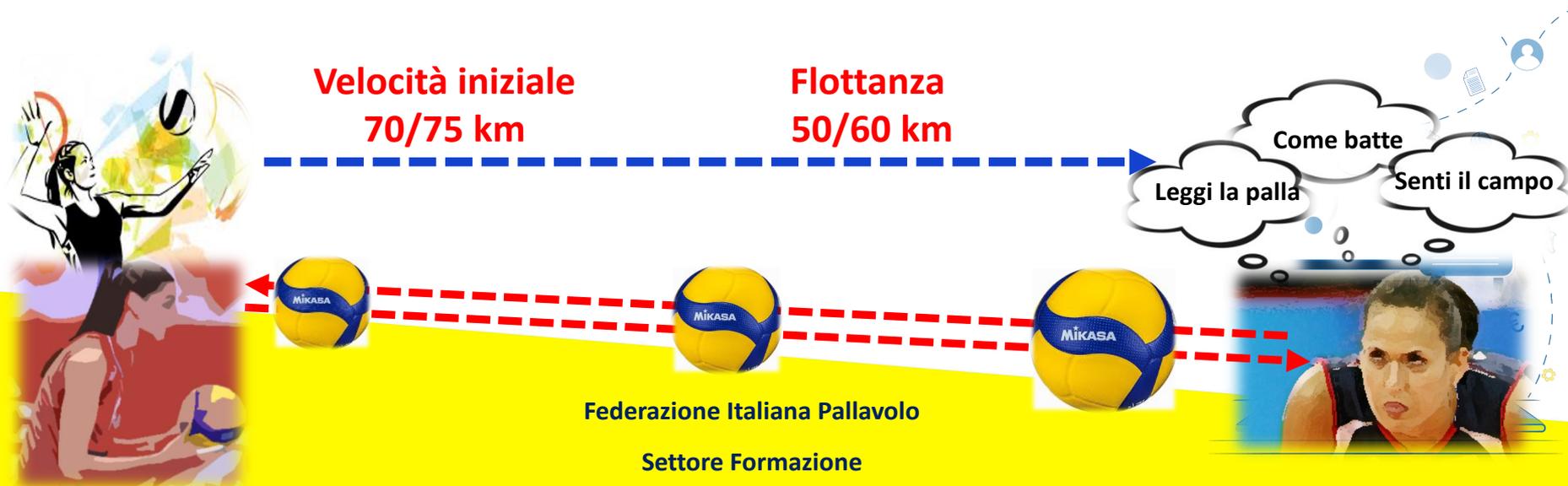
La palla impiega poco meno di un secondo per arrivare nel nostro campo, che fare????

**\*\*\*Leggere il battitore e attivarsi \*\*\***

**\*\*Capire la traiettoria e aggiustarsi con un breve spostamento\*\***

**\*\*\*Non perdere la percezione dei riferimenti spaziali\*\*\***

**\*\*\*Attaccare la palla anticipandola con il piano di rimbalzo\*\*\***





# L: MAGGIORI COMPETENZE

## IL RUOLO DEL LIBERO "LIBERO DI COMANDARE"

Federazione Italiana Pallavolo

Settore Formazione

