



CORSO NAZIONALE PER ALLENATORI 3° GRADO 2024

Data: 11.06 - 20.06 / Docente: GIUSEPPE CUCCARINI

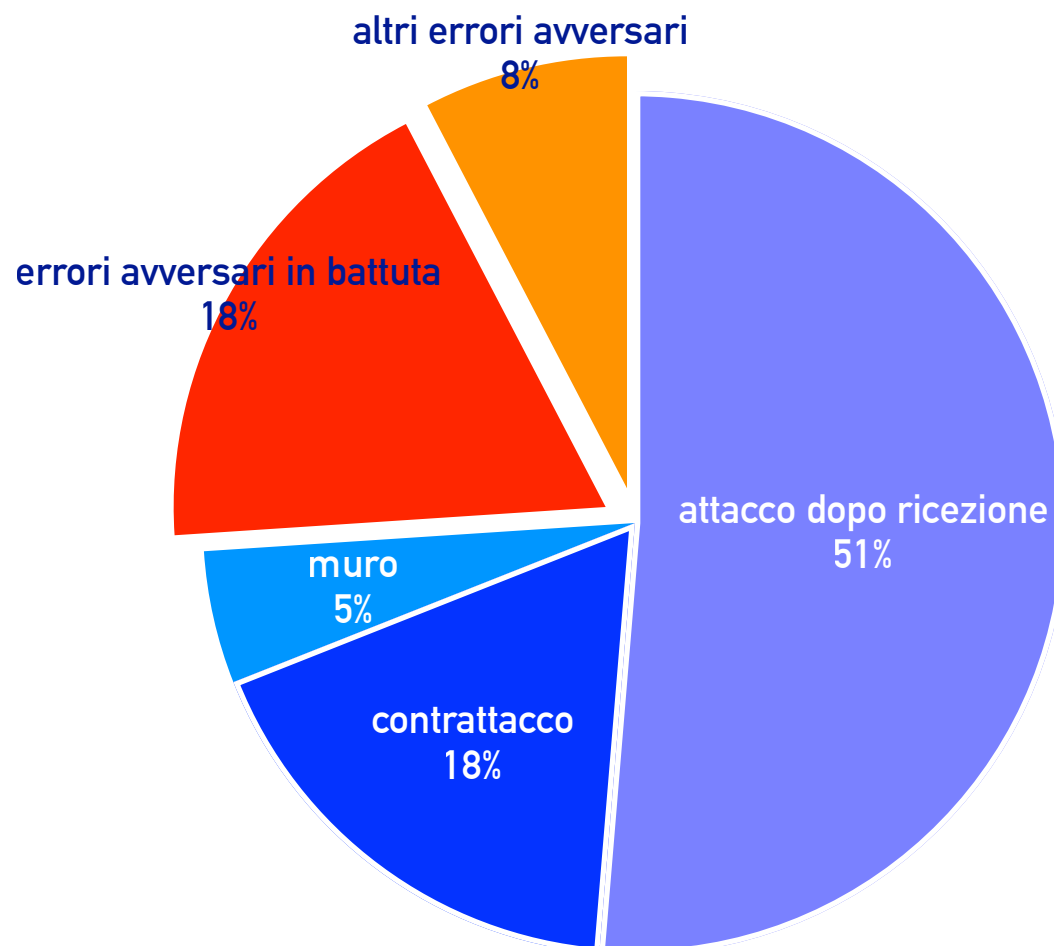
LA FASE RICEZIONE_PUNTO



LA FASE RICEZIONE_PUNTO



COME SI SEGNA IL PUNTO NELLA FASE RICEZIONE_PUNTO SERIE A1 FEMMINILE 2023_2024



COME SI SEGNA IL PUNTO NELLA FASE RICEZIONE_PUNTO

SERIE A1 FEMMINILE 2023_2024

FASE RICEZIONE PUNTO									
TOTALE AZIONI GIOCATE								30.092	
PUNTI VINTI				62%		18.639			
PUNTI PERSI				38%		11.453			
Primo scambio				12.993		70%			
Primo scambio				4.751		41%			
Errori avversari in battuta				3.428		18%			
Battute avversarie vincenti				1.583		14%			
Attacchi dopo ricezioni vincenti (RA#)				9.565		51%			
Attacchi dopo ricezione murati o sbagliati				3.168		28%			
% RA#				42%					
% RA= o RA/									
> RA=				1.593					
> RA/				1.575					
Gioco di transizione				5.646		30%			
Gioco di transizione				6.702		59%			
% sul totale delle azioni del gioco di transizione				46%					
% sul totale delle azioni del gioco di transizione				54%					
> contrattacchi vincenti (CA#)				3.295		18%			
> contrattacchi avversari				5.050		44%			
> muri vincenti (M#)				925		5%			
> muri avversari su nostro contrattacco				607		5%			
> errori > in contrattacco				1.034		6%			
> nostri errori in contrattacco				654		6%			
> avversari > altri				392		2%			
> nostri altri errori				391		2%			

OBIETTIVO

avere continuità e fluidità



GLI ELEMENTI DELLA FASE RICEZIONE_PUNTO



sistema di RICEZIONE



sistema di ATTACCO



sistema di COPERTURA
e organizzazione del
GIOCO DI TRANSIZIONE

SISTEMA DI RICEZIONE



OBIETTIVI DEL SISTEMA DI RICEZIONE



tener viva la palla,
non perdere il punto diretto



passare la palla all'alzatrice
con la maggior precisione possibile

CRITERI DI VALUTAZIONE DELLA RICEZIONE



R#	Ricezione perfetta
R+	Ricezione positiva
R!	Ricezione neutra
R-	Ricezione scadente
R/	Ricezione mezzo errore
R=	Errore
FORMULA DELL'EFFICIENZA: $[(R\#) + (R+)] - [(R=) + (R/)]$	

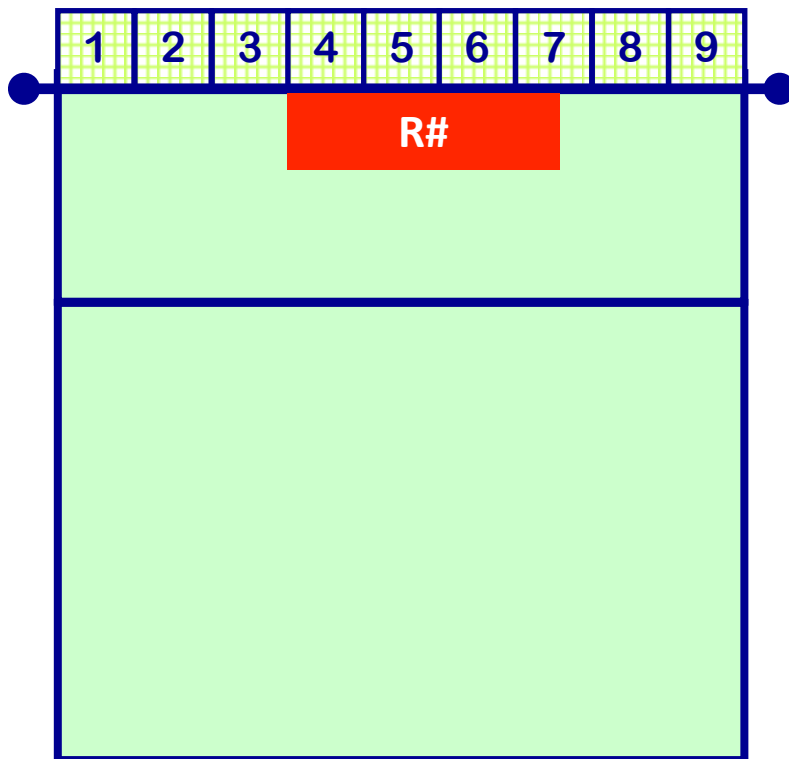
EFFICIENZA DELL'ATTACCO DOPO RICEZIONE A SECONDA DELL'EFFETTO DELLA RICEZIONE

SERIE A1 2023/2024

	EFFICIENZA ATTACCO	POSITIVITÀ ATTACCO
ATTACCO DOPO RICEZIONE	28%	42%
ATTACCO DOPO RICEZIONE PERFETTA (R#)	38%	50%
ATTACCO DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)	31%	44%
ATTACCO DOPO RICEZIONE NEUTRA (R!)	25%	40%
ATTACCO DOPO RICEZIONE SCADENTE (R-)	14%	29%

AREA TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione perfetta (R#)



è la zona del campo in cui
L'ALZATRICE
ha comodamente
a sua disposizione
TUTTE
LE OPZIONI D'ATTACCO

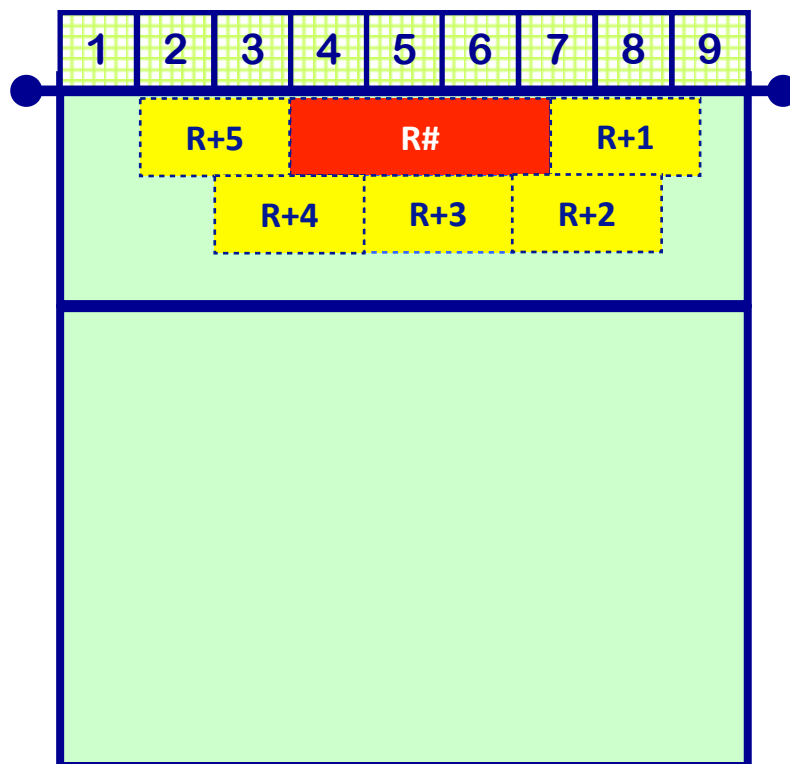
AREA TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione perfetta (R#)



AREA TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione positiva (R+)



è la zona del campo in cui
L'ALZATRICE
può ancora giocare
comodamente
L'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

AREA TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione positiva (R+)

Attacco dopo R+1

1. Attacco dopo R+1

Savino Del Bene S | Att dopo Ricez | $AND[*R+,1][*E1,1];; [10]$

Savino Del Bene S

TRE, VAL, CUN, CHI, PIN, NOV, ROM, BER, FIR, BUS, MIL, CAS, COE, TRE, VAL, CUN, CHI, PIN, NOV, ...

Analisi storico

Data Volley

LINEE-GUIDA PER LA COSTRUZIONE DI UN SISTEMA DI RICEZIONE



LINEE-GUIDA PER LA COSTRUZIONE DI UN SISTEMA DI RICEZIONE



tutte le giocatrici in campo devono sentirsi coinvolte nella ricezione della battuta



il sistema deve prevedere
RICEVITRICI PRIMARIE e RICEVITRICI SECONDARIE

LINEE-GUIDA PER LA COSTRUZIONE DI UN SISTEMA DI RICEZIONE



GESTIONE DEGLI SPAZI



GESTIONE DELLE ZONE DI CONFLITTO

SISTEMA DI RICEZIONE

GESTIONE DEGLI SPAZI



sistema di ricezione
con 3 ricevitrice primarie



sistema di ricezione
con 2 ricevitrice primarie

SISTEMA DI RICEZIONE

GESTIONE DELLE ZONE DI CONFLITTO



ADATTAMENTI E AGGIUSTAMENTI DEL SISTEMA DI RICEZIONE DI BASE



- a seconda del tipo di battuta
- a seconda della zona di provenienza della battuta
- a seconda dell'abilità tecnica delle giocatrici
- a seconda della convenienza tattica

SISTEMA DI ATTACCO



SISTEMA DI ATTACCO

PER OGNI TIPO DI EFFETTO DI RICEZIONE
VA COSTRUITO
UN SISTEMA DI ATTACCO DI CAMBIOPALLA ADEGUATO

- dopo RICEZIONE PERFETTA (R#)
- dopo RICEZIONE POSITIVA (R+)
- dopo RICEZIONE NEUTRA (R!)
- dopo RICEZIONE SCADENTE (R-)

SISTEMA DI ATTACCO

PER OGNI TIPO DI EFFETTO DI RICEZIONE
VA COSTRUITO
UN SISTEMA DI ATTACCO DI CAMBIOPALLA ADEGUATO

ATTACCO DOPO RICEZIONE SERIE A1 2023/2024		
TOTALE RICEZIONE PERFETTA (R#)	24%	54%
TOTALE RICEZIONE POSITIVA (R+)	30%	
TOTALE RICEZIONE NEUTRA (R!)	24%	46%
TOTALE RICEZIONE SCADENTE (R-)	22%	

SISTEMA DI ATTACCO

EFFICIENZA DELL'ATTACCO DOPO RICEZIONE A SECONDA DELL'EFFETTO DELLA RICEZIONE

SERIE A1 2023/2024

	EFFICIENZA ATTACCO	POSITIVITÀ ATTACCO
ATTACCO DOPO RICEZIONE	28%	42%
ATTACCO DOPO RICEZIONE PERFETTA (R#)	38%	50%
ATTACCO DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)	31%	44%
ATTACCO DOPO RICEZIONE NEUTRA (R!)	25%	40%
ATTACCO DOPO RICEZIONE SCADENTE (R-)	14%	29%

CRITERI DI VALUTAZIONE DELL'ATTACCO

	A#	Attacco punto
	A+	Attacco positivo
	A-	Attacco neutro
	A/	Attacco murato a punto
	A=	Errore
FORMULA DELL'EFFICIENZA: $[(A\#)] - [(A/) + (A=)]$		

L'ATTACCO

CONCETTO DI AZIONE D'ATTACCO



ASPETTI MENTALI DELL'ATTACCO SCEGLIERE

la soluzione più adatta alla situazione da gestire



TIPOLOGIA DEL COLPO D'ATTACCO



colpi fuori dal muro



colpi contro dal muro



pallonetti e colpi piazzati

CRITERI SU CUI IMPOSTARE IL SISTEMA DI ATTACCO



va considerato come una **COMBINAZIONE**
tra
GESTIONE DEI PUNTI RETE e TEMPI D'ATTACCO

CRITERI SU CUI IMPOSTARE IL SISTEMA DI ATTACCO



**nell'impostazione del sistema d'attacco
SPAZIO e TEMPO
sono parametri decisivi**

GESTIONE DEI PUNTI-RETE

concetti da considerare sul piano dello SPAZIO

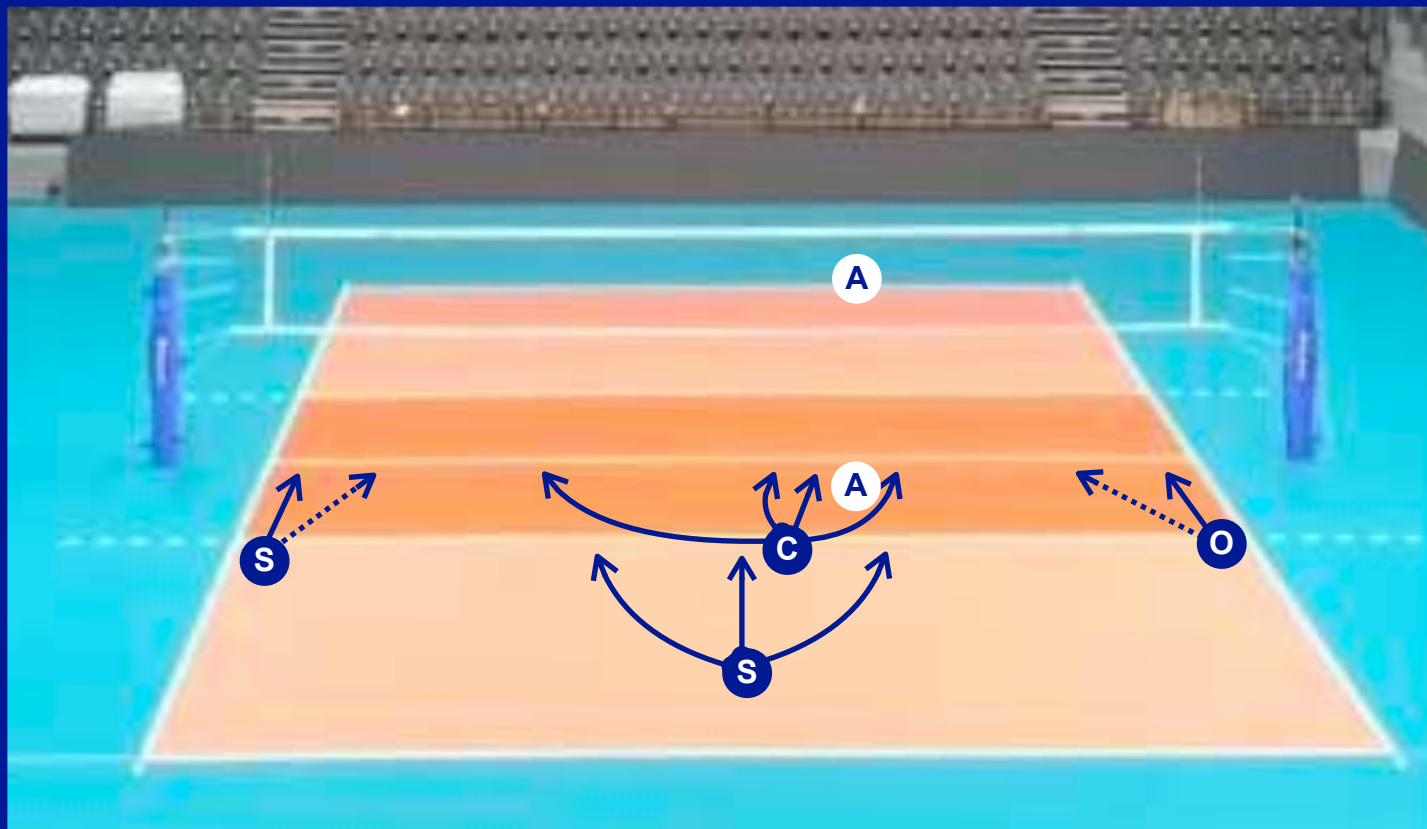


**“giocare” con la
LUNGHEZZA DELLA RETE**

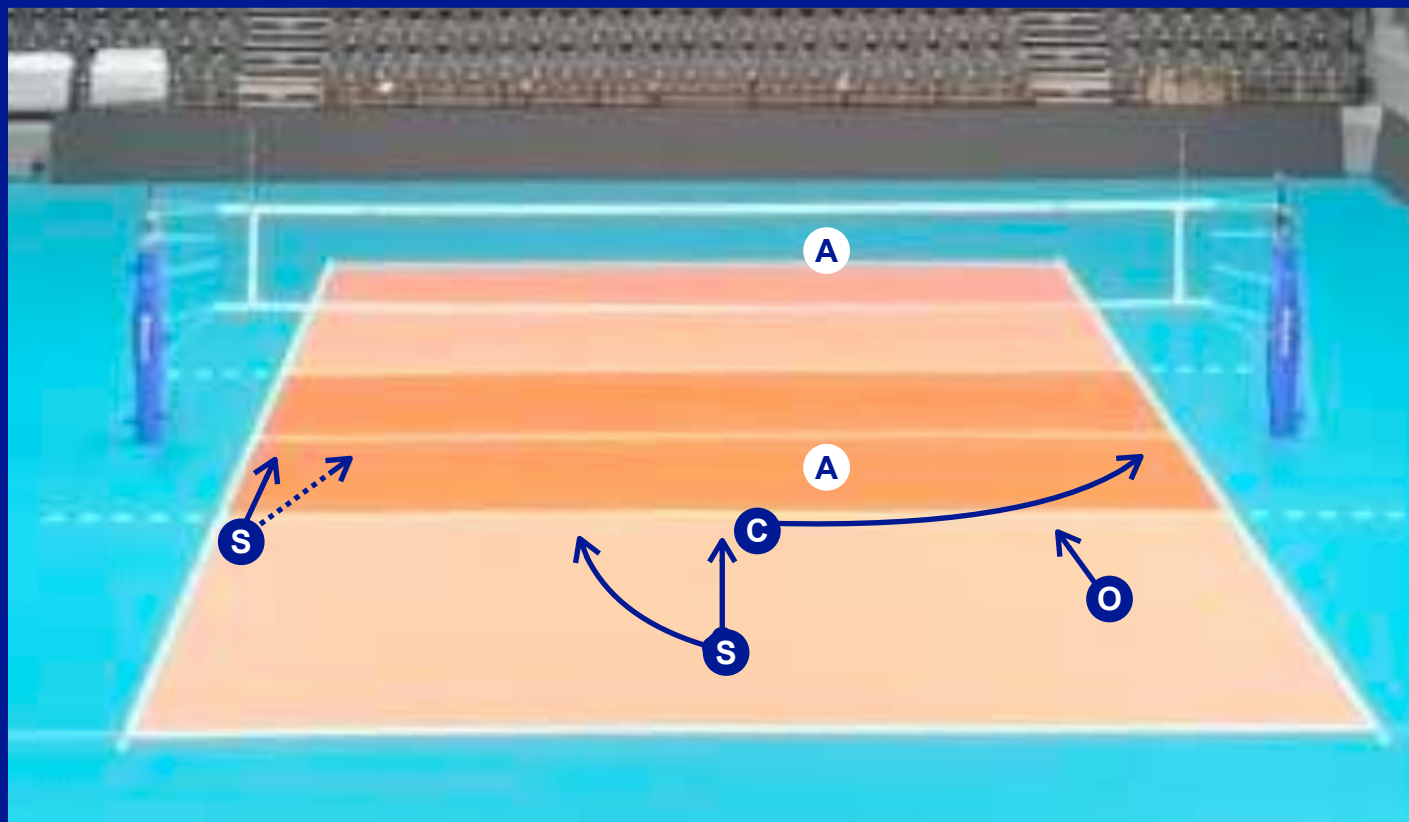


**utilizzare la
PROFONDITÀ DEL CAMPO**

SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA ALZATRICE IN SECONDA LINEA



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA ALZATRICE IN PRIMA LINEA



TEMPI DI ATTACCO - VELOCITA' DELLE ALZATE concetti da considerare sul piano dello TEMPO



il punto di riferimento per i tempi di attacco
è l'attimo in cui
L'ALZATRICE TOCCA LA PALLA



i MOVIMENTI e i TEMPI delle attaccanti
VARIANO a seconda di
COME ARRIVA LA PALLA ALL'ALZATRICE

LE CARATTERISTICHE DELL'ALZATRICE



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

GIOCHI D'ATTACCO DI PRIMO TEMPO



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

GIOCHI D'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

**ATTACCO DOPO
RICEZIONE PERFETTA**



**ATTACCO DOPO
RICEZIONE POSITIVA**

SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

ATTACCO DOPO RICEZIONE PERFETTA



giochi eseguiti **SEMPRE** nello
STESSO PUNTO DELLA RETE

giochi che dipendono dalla
POSIZIONE DELL'ALZATRICE

SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

la centrale sceglie dove saltare in base alla posizione dell'alzatrice



veloce avanti (1)



veloce spostata (C)



veloce dietro (2)



veloce dietro spostata (B)

SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

la centrale va sempre verso lo stesso punto della rete



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

ATTACCO DOPO RICEZIONE POSITIVA



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

ATTACCO DOPO RICEZIONE POSITIVA



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

POSSEDERE ALMENO UNO O DUE PUNTI DI FORZA



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

IL SISTEMA DELLE CHIAMATE



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA

COINVOLGERE TUTTE LE ATTACCANTI



SISTEMA D'ATTACCO DI CAMBIOPALLA CONTRATTACCO DOPO COPERTURA

