



# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO

Tecnico Nazionale **Fabrizio Magi**





Tecnico Nazionale **Fabrizio Magi**

# IL BEACH VOLLEY

**È UNO DEI GIOCHI SPORTIVI  
DI SITUAZIONE CON IL MAGGIOR  
NUMERO DI COMPLESSITÀ E VARIABILI**

# VALUTAZIONE E SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO

- **ESISTE UN MODELLO DI  
PRESTAZIONE?**

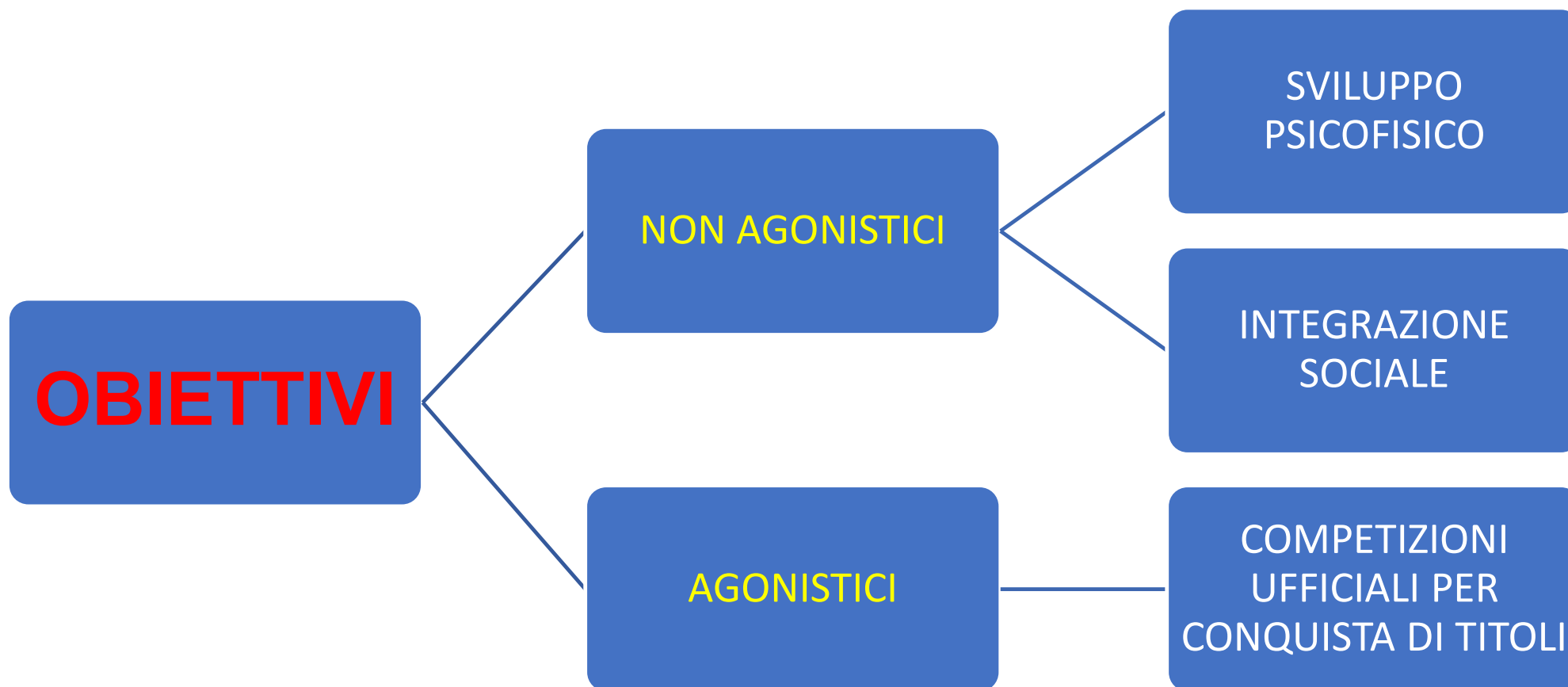
# VALUTAZIONE

- OBIETTIVI
- DIFFICOLTÀ E CONFLITTI
- MOTRICITÀ E MOBILITÀ
- TECNICA
- TATTICA

# VALUTAZIONE OBIETTIVI



# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



# L'**OBIETTIVO** DETERMINA LA COERENZA DEL PERCORSO



L'ALLENATORE È L'UNICO CHE DEVE ADATTARSI O,  
EVENTUALMENTE, MODIFICARLO



## VALUTAZIONE DIFFICOLTÀ O CONFLITTI

### LOGISTICHE

- IMPIANTI, ORARI, ATTREZZATURA ETC...
- PRINCIPIO DELL' ADATTAMENTO

### TECNICHE

- ASSEGNANO LE PRIORITA'

### TATTICHE

- DEGRADANO LA TECNICA ED ENFATIZZANO CARENZE FISICHE

### PSICOLOGICHE

- PAURA GIUDIZIO, CONTESTO, ASPETTATIVE ETC...
- RICHIEDONO INFORMAZIONI TECNICHE&TATTICHE, IL COSA ED IL COME

# LA GESTIONE DELLE DIFFICOLTÀ O DEI CONFLITTI È LA PARTE PREDOMINANTE DEL NOSTRO RUOLO



# VALUTAZIONE MOTRICITÀ E MOBILITÀ

## QUALITA' SPOSTAMENTI

- ANTERO-POSTERIORE
- LATERO-LATERALE
- ROTAZIONALI

## MOBILITA'

- SPALLA
- ANCA

## SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



### ESEMPIO IPOMOBILITÀ DELL'ANCA E FASCICOLAZIONE DEL SISTEMA NERVOSO



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

## SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



### **ESEMPIO IPOMOBILITA' DELL'ANCA E FASCICOLAZIONE DEL SISTEMA NERVOSO**



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)



## SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



### ESEMPIO IPOMOBILITÀ DELL'ANCA E FASCICOLAZIONE DEL SISTEMA NERVOSO



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

**LA MOBILITÀ E LA  
MOTRICITÀ RENDONO  
LE RICHIESTE TECNICHE  
COMPATIBILI CON LE  
POSSIBILITÀ FISICHE  
DELL'ATLETA!**



# VALUTAZIONE TECNICA

## PREVALENZA INTRA-EXTRA ED ATTACCO FUORI RINCORSA

- LA PREVALENZA CI PERMETTE DI DETERMINARE LA PARTE PIU GRANDE DI CAMPO DOVE AVER FORZA O PIU' CONTROLLO PER IL CUT/POSITIONAL E FAR SPOSTARE IL DIFENSORE
- INDICA LA SOLUZIONE MIGLIORE NEI MOMENTI DI DIFFICOLTA'

## SALTO, ALTEZZA E CAPACITA' DI CORREZIONE RINCORSA

- GIOCATORI DI MANO PER ATTACCO DI 2°
- GIOCATORI DI MANO CON PIU' DIFFICOLTA' TECNICHE SU ATTACCO SHOT

## QUALITA' 1° E 2° TOCCO

- IL MIGLIOR RICETTORE FUORI MANO O DOVE POSSIBILE ATTACCO DI 2°
- PER ALZATA, VALUTARE PRECISIONE E STABILITA' DEL TEMPO VERSO FUORI MANO

## SLANCIO BRACCIA ( Femminile )



SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



# SLANCIO BRACCIA



# **LA TECNICA È ERGONOMICA, DETERMINA LE PRIORITÀ, MA RICHIEDE TEMPO!**



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

# VALUTAZIONE TATTICA

MOVIMENTI E MOMENTI SENZA PALLA

SOLUZIONI DI ATTACCO IN SISTEMA E FUORI SISTEMA

ANALISI DELLE SITUAZIONI AVVERSARIE FUORI SISTEMA E SEQUENZE DIFENSIVE

GESTIONE DEL VENTO

GESTIONE BATTUTA

GESTIONE TIME OUT

# MOVIMENTI E MOMENTI SENZA PALLA

AVVENGONO SUCCESSIVAMENTE AL TOCCO DEL PALLONE DA NOI  
EFFETTUATO O PRIMA CHE LA PALLA PROVENGA DAL CAMPO AVVERSARIO

CHECK

COPERTURA

INERZIA

STACCO

MURO&DIFESA

# SOLUZIONI ATTACCO IN SISTEMA

## MURO 1

- LINE SHOT ( ANGOLO O RIGA DI FONDO )
- DINK
- LINK ( CON MURO ALTO SU PALLA STACCATA )
- LINE OVER ( SU STACCO LINEA O CON DIFESA AVANZATA )
- RING /CENTRO
- DEAD CUT E CROSS OVER ( ANCHE SU STACCO LINEA O CON DIFESA AVANZATA)
- CUT O POSITIONAL
- DIAGONALE PROFONDA

# SOLUZIONI ATTACCO IN SISTEMA

## MURO 2

- CUT OVER
- DINK DIAGO
- DEAD LINE E CROSS OVER (ANCHE SU STACCO DIAGO O DIFESA AVANZATA)
- PIAZZATA LINEA
- RING/CENTRO



# SOLUZIONI ATTACCO FUORI SISTEMA

- **ALZATA STACCATA/DIETRO/CORTA** ➡ INTRA O EXTRA ROT NEL RING
- **ALZATA FUORI ASTA** ➡ DEAD CUT O CROSS ( SU RINCORSA )
- **ALZATA OFF THE NET** ➡ CUT SHOT CON CAMBIO CHECK
- **ALZATA BASSA E CORTA** ➡ LUNGA SU 8MT
- **ALZATA CHE PASSA IN EXTRA** ➡ LINE SHOT RIGA DI FONDO

SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



# A QUESTE SOLUZIONI POSSIAMO AGGIUNGERE LA TECNICA ESECUTIVA DELL'ATTACCO IN **HALF SWING**



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)



# ANALISI SITUAZIONI FUORI SISTEMA AVVERSAIO

- **ALZATA CORTA E GOMITO BASSO** ➡ SEGUO E STACCO CON MURO O DIFESA SU RINCORSA
- **3° TOCCO SOTTO IL NASTRO** ➡ VENGO AVANTI IN DIFESA
- **ATTACCO A FILO RETE CON NOCCA SCOMPOSTA** ➡ DIFESA SU PROLUNGAMENTO AVAMBRACCIO
- **ALZATA BASSA E STACCATA CON AVVERSAIO CHE SALTA** ➡ MURO RESTA E FINISCE LA LINEA, DIFESA IN MEZZO, OPPURE MURO STACCA CORTO E DIFESA RADDOPPIA
- **ALZATA ALTA E STACCATA** ➡ SIA CON MURO 1 CHE CON MURO 2, ACCENTUO IL POSIZIONAMENTO, SALTO IN RITARDO, DIFESA IN MEZZO FUORI DAL MURO, AVANTI SE ATTACCANTE IN DIFFICOLTA'

## SEQUENZE DIFENSIVE

### GIOCATORE PALLA OPPOSTA

- SE MURATO O DIFESO, CAMBIERA' ZONA DI CAMPO E TIPOLOGIA DI COLPO ( ES. DA FORTE DIAGO A LINE SHOT )
- SONO LA MAGGIORANZA E SI VERIFICA SOTTO PRESSIONE

### GIOCATORE STESSO COLPO

- RIGIOCA LA STESSA ZONA DI CAMPO E LA TIPOLOGIA DI COLPO ( ES. DA LINE SHOT A LINE SHOT )

### GIOCATORE MISTO

- RIGIOCA LA STESSA ZONA E CAMBIA TIPOLOGIA DI COLPO ( ES. DA FORTE DIAGO A CUT SHOT )

## SEQUENZE DIFENSIVE

**SE DIFENDO** ➡ MANTENGO LO STESSO MURO E CAMBIO IL MOVIMENTO DIFENSIVO (ES. CON MURO 1 DIFENDO FORTE CONO, FINTO DI NUOVO CONO E PARTO LINE SHOT)

**SE MURO** ➡ CAMBIO IL MURO (ES. HO MURATO ATTACCO FORTE DIAGO, OK MURO 3 FACENDO VEDERE SPAZIO SULLA LINEA)

# PER DEFINIRE LA SEQUENZA DIFENSIVA

- TIPOLOGIA ATTACCANTE ( HITTER O SHOOTER )
- RICORDARE I COLPI GIOCATI IN BASE AL PROPRIO SISTEMA DI MURO E DIFESA
- PORTARE ATTACCANTE AVVERSARIO IN CONFORT ZONE O FUORI CONFORT ZONE
- VALUTARE IL VENTO E SUE DIREZIONI

**È IL DIFENSORE CHE GESTISCE  
LA TRAMA DEL GIOCO DIFENSIVO;  
PER QUESTO È NECESSARIO SVILUPPARE  
CAPACITÀ COGNITIVE E DI ANALISI**



# IN CONTESTI NON PARTICOLARMENTE SVILUPPATI DAREMO PIÙ IMPORTANZA:



DIFESA IN LETTURA E OPZIONE SULLA PREVALENZA IN DIFFICOLTÀ



OSSERVAZIONE DELLA RINCORSA DI ATTACCO AVVERSARIA



SEQUENZE DIFENSIVE DI BASE



POSIZIONAMENTO CORRETTO DEL MURO-DIFESA CON AVVERSARIO FUORI SISTEMA

# GESTIONE DEL VENTO

- SVILUPPARE ATTITUDINE E CONFIDENZA CON IL VENTO
- MOLTE VOLTE IL CAMPO BUONO NON LO È PER TUTTI (PRINCIPIANTI )
- ADATTARE IL CAMBIO PALLA ED IL CONTRATTACCO ALLA DIREZIONE DEL VENTO
- VALUTARE LA CAPACITA' AVVERSAIA DI INDIRIZZARE BATTUTA/ATTACCO NEL VENTO. SPESSO NEL FEMMINILE, CON RAFFICHE INTENSE, SI PUO' CONSIDERARE DI LASCIARE UNA PARTE DI CAMPO CONTROVENTO.
- OPZIONE IN RICEZIONE CON SPOSTAMENTO DI UNO O ENTRAMBI I GIOCATORI

# GESTIONE DEL VENTO

### VENTO FRONTALE

- ARRETRARE RICEZIONE DI 1MT, RIDURRE I TEMPI DI 1° E 2° TOCCO, ORIENTARE BUSTO E PESO IN ALZATA VERSO LA RETE, GIOCARE VICINO ATTACANDO SULLA RIGA DI FONDO, CONSIGLIATO ANCHE **HALF SWING**
- BATTUTA A MIRARE RIGA DI FONDO, TRAIETTORIA ALTA SOPRA NET, SPIN O KITE IN BASE INTENSITA'
- CONCESSO IL RISCHIO IN BATTUTA
- CONTROLLO DELLA RETE DA PARTE DEL MURO

### VENTO DORSALE

- AVANZARE RICEZIONE DI 1MT ED UTILIZZARE BAGHER LATERALE, RIDURRE I TEMPI DI 1° E 2° TOCCO, IN ALZATA ORIENTARE BUSTO VERSO RIGA LATERALE, MANTENERE PESO CENTRATO, PUNTARE IL CIELO CON LE BRACCIA PROLUNGANDO I CONTATTI.
- GIOCARE VICINO, ATTACCARE ANTICIPANDO I COLPI, PREFERIRE COLPI PIAZZATI O SHOT CORTI. CONSIGLIATO **HALF SWING**
- MURATORE PRONTO ALLO STACCO
- BATTUTA A MIRARE NET, IL DIFENSORE PUO' BATTERE 1MT PIU' LONTANO DA RIGA DI FONDO.
- AZZERARE GLI ERRORI DIRETTI IN BATTUTA, DEFINIRE IN ANTICIPO TATTICA DI MURO E DIFESA

### VENTO LATERALE

- SPOSTARE LA RICEZIONE 1MT NELLA DIREZIONE DI PROVENIENZA DEL VENTO, RIDURRE I TEMPI DI 1° O 2° TOCCO, ADATTARE ENTRATA-ORIENTAMENTO BUSTO-PESO DELL'ALZATORE.
- DOPO RICEZIONE MI SPOSTO IN MANIERA TALE DA CREARE LO SPAZIO MAGGIORE DI ATTACCO CONTROVENTO.
- BATTUTA A GESTIONE MISTA.



## GESTIONE BATTUTA

### TIPOLOGIA BATTUTE

- CORTA ESTERNA E CORTA CONFLITTO
- ALTA E LUNGA ( STESSA TECNICA ESECUTIVA DELLA CORTA, DA UTILIZZARE SU ATLETI ALTI POCO COORDINATI E CON DIFFICOLTA' ROTAZIONALI, OPPURE SU ATLETI PICCOLI IN CONDIZIONI DI VENTO DORSALE )
- CONFLITTO DEL CONFLITTO
- DROP

### BATTUTA TATTICA CON CORRELAZIONE MURO-DIFESA

- BATTUTA EXT → MURO 4 – MURO 2 E FINTA PER RADDOPPIO – STACCO CUT
- BATTUTA INT → MURO 3 – MURO 1 O 2 E STACCO DINK – STACCO CUT
- ALTA E LUNGA → FINTA STACCO E RESTO – STACCO DIAGO

### QUANDO RISCHIARE LA BATTUTA

- CONTROVENTO LUNGA
- SE BISOGNA RECUPERARE UN GAP ( COMUNICANDOLO AL COMPAGNO, ACCETTANDO ERRORE )
- SE IL NOSTRO COMPAGNO E' IN DIFFICOLTA' ( DANDO A LUI IL COMPITO DELLA BATTUTA TATTICA )

### QUANDO NON RISCHIARE LA BATTUTA

- SE NON RIESCO A RESPIRARE E VISUALIZZARE GESTO E DIREZIONE
- DOPO UN ACE ( MIRARE AVVERSAIO CHE HA SUBITO SERVIZIO VINCENTE )
- CON AVVERSAIO IN DIFFICOLTA' EVIDENTE NEGLI SCAMBI PRECEDENTI ( SOPRATTUTTO CON ERRORI NON IMPOSTI )
- DOPO TIME OUT
- AL CAMBIO CAMPO

# GESTIONE BATTUTA

## BATTUTA SPECIFICA SU CAMBI DI SITUAZIONE

- AVVERSARI SI INVERTONO → BATTUTA IN CONFLITTO O CONFLITTO DEL CONFLITTO, SPOSTANDOSI SPECULARE SULLA RIGA DI FONDO
- IL GIOCATORE AVVERSARIO COPRE DI PIU' IL COMPAGNO → BATTUTA SORPRESA SU LATO LIBERO O PIU' VULNERABILE, MARCARE PREVALENZA IN ATTACCO
- FOLATA IMPROVVISA VENTO → BATTUTA KITE O VARIARE VELOCITA'

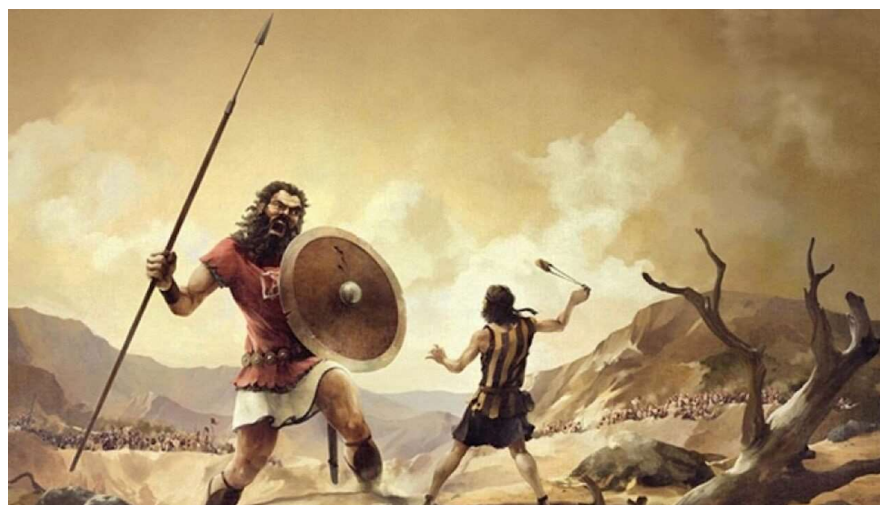
## PRIMA DI BATTERE

- PREPARAZIONE
- VISUALIZZAZIONE
- RESPIRAZIONE

# GESTIONE DEL TIME OUT

- UTILIZZARLO SE NON RIESCO A RESPIRARE – VISUALIZZARE - ANALIZZARE
- DOPO AVER SUBITO IL CAMBIO PALLA E UNO O DUE BREAK POINT DALL'AVVERSARIO (SOPRATTUTTO SE SONO IN VANTAGGIO DI PIÙ PUNTI O MOMENTO CRUCIALE DEL SET )
- ALL'INIZIO DEL TIE BREAK, SE SUBISCO UNO SVANTAGGIO DI TRE O QUATTRO PUNTI PER ERRORI DIRETTI NON INDOTTI O PER CASUALITÀ
- QUANDO CAMBIA INERZIA DEL GIOCO
- È UN INDICATORE DI CONTROLLO DELLA PARTITA

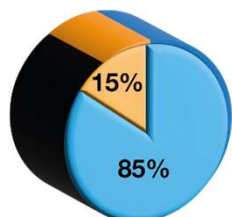
# LO SVILUPPO DELLA COMPONENTE **TATTICA** E DELLA STRUTTURA DI GIOCO PERMETTE DI COMPENSARE CARENZE TECNICHE E FISICHE.



# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



## CAMPIONATO GIOVANILE NAZIONALE - U16 ANALISI e % RISULTATI

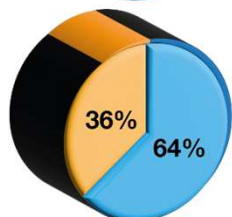


### 1 Tappa Beinasco - PIEMONTE

11-12 Luglio 2023

Partite giocate: 20

- Vittorie 2-0 = 17 (Punteggio medio: 21-17/21-13)
- Vittorie 2-1 = 3 (Punteggio medio: 21-15/15-21/15-11)

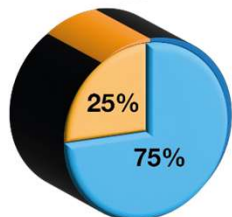


### 2 Tappa Roma - LAZIO

25-26 Luglio 2023

Partite giocate: 14

- Vittorie 2-0 = 9 (Punteggio medio: 21-17/21-13)
- Vittorie 2-1 = 5 (Punteggio medio: 21-15/15-21/15-11)

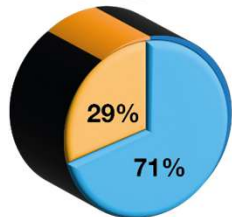


### 3 Tappa Cordenons - FRIULI-VENEZIA GIULIA

05-06 Agosto 2023

Partite giocate: 32

- Vittorie 2-0 = 24 (Punteggio medio: 21-10/21-13)
- Vittorie 2-1 = 8 (Punteggio medio: 21-15/17-21/15-08)

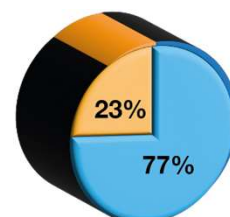


### 4 Tappa Cellatica - LOMBARDIA

25-26 Agosto 2023

Partite giocate: 38

- Vittorie 2-0 = 27 (Punteggio medio: 21-10/21-15)
- Vittorie 2-1 = 11 (Punteggio medio: 21-17/13-21/15-10)



### FINALE Bellaria-Igea Marina - EMILIA-ROMAGNA

02-03 Settembre 2023

Partite giocate: 43

- Vittorie 2-0 = 33 (Punteggio medio: 21-11/21-14)
- Vittorie 2-1 = 10 (Punteggio medio: 21-16/13-21/15-10)

## % RISULTATI ASSOLUTI



**Risultato 2-0**



**Tie-break**  
chi vince il 1° set

Autore: Alessandro Scavizzi Matr. 885  
Edizione n°3 Corso Nazionale  
Allenatore di Beach Volley  
Formia 17/21 Gennaio 2024

Tecnico Nazionale **Fabrizio Magi**



# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



## CAMPIONATO GIOVANILE NAZIONALE - U16 F VALUTAZIONE TECNICO-TATTICA



Autore: Alessandro Scavizzi Matr. 885  
Edizione n°3 Corso Nazionale  
Allenatore di Beach Volley  
Formia 17/21 Gennaio 2024

Tecnico Nazionale **Fabrizio Magi**





SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



# ALLENAMENTO MOTORIO COGNITIVO



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

# CENNI SULL'ALLENAMENTO MOTORIO COGNITIVO

- HA FINALITA' DI SVILUPPO DELLA MEMORIA, ATTENZIONE, LINGUAGGIO, PROGRAMMAZIONE MOTORIA, FUNZIONI ESECUTIVE, PERCEZIONE DI OGGETTI E VALUTAZIONE SPAZIO TEMPORALE.
- IL MOVIMENTO E' IL PIU' POTENTE POTENZIATORE COGNITIVO, ABBINATO AD UN COMPITO MENTALE, CREA FENOMENI DI NEUROPLASTICITA'.
- L'ALLENAMENTO COGNITIVO DEVE PRESENTARE E MONITORARE I PARAMETRI CONDIZIONALI E MENTALI
- **INTENSITA' MEDIO-ALTE ( >40% Vo2Max, > 60% FcMax )  
GARANTISCONO MAGGIORI EFFETTI POSITIVI**



SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



# ESEMPI DI ESERCIZI COGNITIVI



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



Tecnico Nazionale [Fabrizio Magi](#)

# ASPETTI DA VALUTARE SULLA PRESTAZIONE DEI NOSTRI ATLETI

- **RAPPORTO PRESTAZIONE : IDRATAZIONE**
- **RAPPORTO PRESTAZIONE : FC e HRV**

# SVILUPPO DI UN SISTEMA DI GIOCO SPECIFICO



## PRIORITÀ

### SENIORES

VISIONE PERIFERICA

SLANCIO BRACCIA  
( Femminile )

NEUTRALITA' RINCORSA

ATTACCO FUORI RINCORSA

DIFESA MANI ALTE ( Femminile )

ALLENAMENTI COGNITIVI

VARIABILITA' BATTUTA

RESPIRAZIONE E VISUALIZZAZIONE

### JUNIORES

NOCCA  
( Attacco-Difesa )

LINE SHOT O POSITIONAL

SLANCIO BRACCIA

BILATERALITA' E  
DESTREZZA

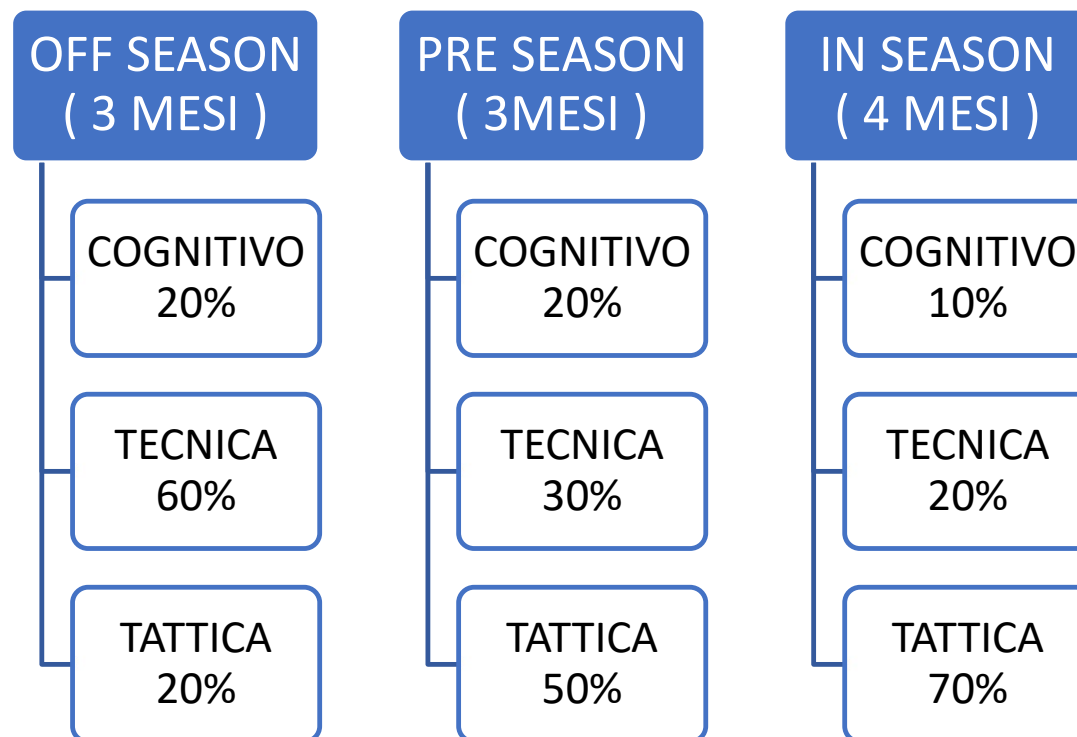
ALLENAMENTI COGNITIVI

RESPIRAZIONE E  
VISUALIZZAZIONE



Tecnico Nazionale **Fabrizio Magi**

# ORGANIZZAZIONE ALLENAMENTO DURANTE UNA STAGIONE AGONISTICA DI 10 MESI



# SVILUPPO DEL SISTEMA DI GIOCO E GESTIONE SPECIFICA DEL TEAM





## DOMANDE?





*Thank you  
For your  
Attention*

