



WEBINAR

Federazione Italiana Pallavolo

FERDINANDO DE GIORGI

IL PALLEGGIATORE



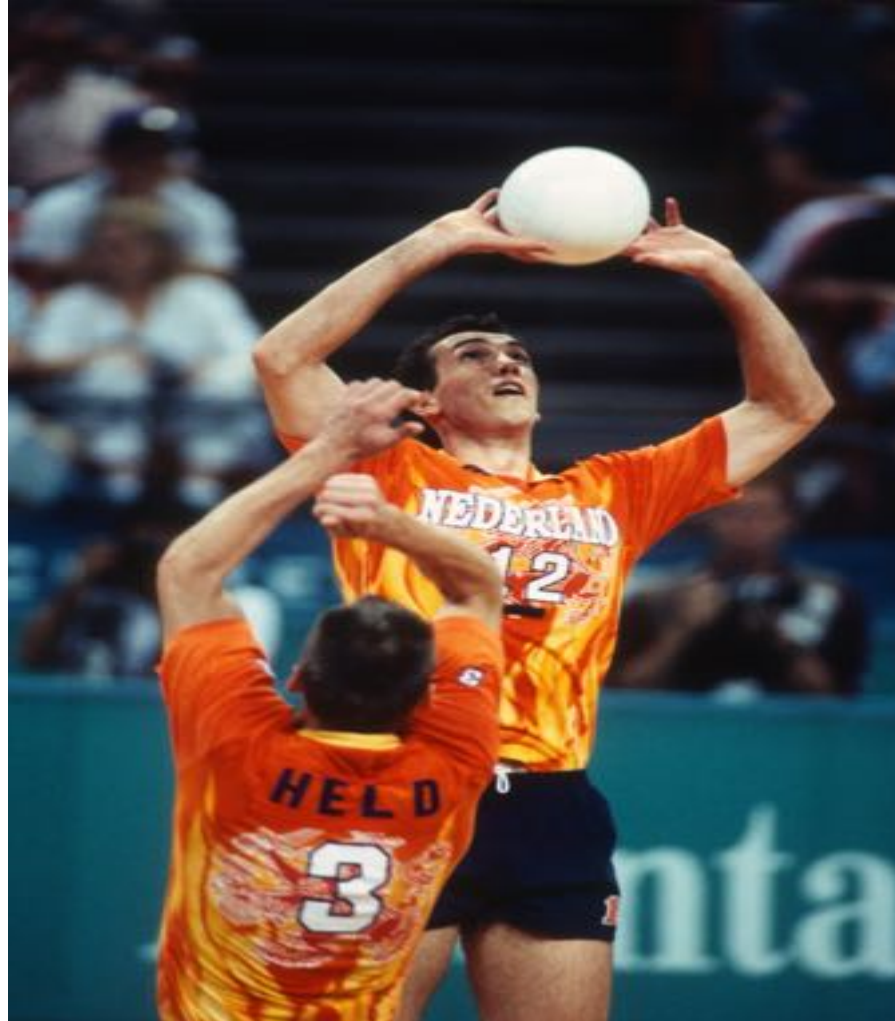
Ferdinando De Giorgi

- DIRIGE
- DECIDE
- CONTROLLA IL GIOCO



Ferdinando De Giorgi

DUBBIO COSTANTE - DECISIONE RAPIDA



Ferdinando De Giorgi

La vita del palleggiatore



Ferdinando De Giorgi

Creare un palleggiatore di alto livello è un processo:



- LUNGO
- DIFFICOLTOSO
- GRADUALE



Dobbiamo sviluppare un suo stile personale senza limitarlo



Ferdinando De Giorgi

NON ESISTE LA TECNICA PERFETTA IN ASSOLUTO



ESISTE LA TECNICA + CAPACITA' PERSONALI



Perseveranza nel lavoro – allenarlo a pensare

Ferdinando De Giorgi

CARATTERISTICHE DEL PALLEGGIATORE

NON SEGUIAMO LE MODE

- Buona personalità
- Buon osservatore
- Stabilità emotiva
- Saper coinvolgere



CARATTERISTICHE DEL PALLEGGIATORE



- **Accetta e trasforma**
- Pensa alla soluzione e non al problema

CARATTERISTICHE DEL PALLEGGIATORE



- **Il palleggiatore è come uno specchio**



Ferdinando De Giorgi

UNA DOMANDA AL COLLEGA

Si, è un bravo ragazzo

Ha una buona battuta

Attacca bene

Mura bene



Però, come palleggia?

PRIORITA' DI UN PALLEGGIATORE

- **Precisione ed esecuzione tecnica**
- **Lucidità tattica**

muro più debole, contro l'attacco più forte, con una alzata precisa

- **Creativo**

Poco leggibile, usa molte finte, buona tecnica, e preciso.

Allenare e far giocare un palleggiatore ad alto livello



In base alle difficoltà che ha in partita allenare i gesti e i tipi di alzata che deve migliorare

In ogni momento della partita deve essere capace di fare la migliore alzata per vincere il punto

NON LA PIU' SICURA PER LUI






In partita pensare poco a come dare il pallone.....

DI PIU' A CHI

Durante la partita valutare situazioni e umori.

GESTIRE GLI UOMINI

Caratteristiche e difficoltà del nostro palleggiatore

1. Quando è impreciso?
2. La sua alzata è leggibile?
3. Ricezione verso 2 e 4 anche + 
4. Ricezione +, cosa gioca? 
5. Ricezione che arriva dalla zona 1 – 5 – 6 
6. Penetrazione da destra e da sinistra
7. Distribuzione del gioco in base alla chiamata del primo tempo, tanto con ricezione #, come con ricezione +.

Preparazione della partita con il palleggiatore



Conoscere la propria squadra:

1. Caratteristiche degli schiacciatori
2. Sistema di attacco
3. Rotazioni

Preparazione della partita con il palleggiatore



Conoscere la propria squadra:

1. Caratteristiche degli schiacciatori

GAONI

- 1 → medio alta. buona in anticipo. staccare la palla.
- 2 → da allenare molto soprattutto come sincronia. da staccare la palla.
- 4 → svolta più alta di quello che pare.
- C → buona.
- B → come la 2 da staccare deve allontanarsi un po' di più da noi.
- CC da parare di più.
- 4-3 diretto. da confermare.
- 4 dietro da parare comunque staccare la palla dietro.
- X buona bisogna parare meno e arrivare più sul palleggiatore.
- 4 dietro al muro → da parare.

PROVARE.
i secondi tempi. allungare bene 3 spingere più alto.

CAUSEVIC PF

I lines. piccola velocità di braccio e semplice punti importanti. da tenere sempre caldo.

Zona 4: buona le super spinte normali e anche che fa le super spinte.

- 3 → da parare molto più per una scarsa abitudine di Nerio.

prima → molto alta buona palla per lui

- 9 → essere da parare per la questione del tempo, una palla veloce ma che gli dà il tempo di andare almeno a farci dopo o più.

1 e C e X molto buone. 2B buona svolta → dare alle mani da staccare. 4 dietro buona.

DA PROVARE

- 4 palla.
- 4 con Nerio e 3 con il centrale.
- 4 con avanti col uscire.

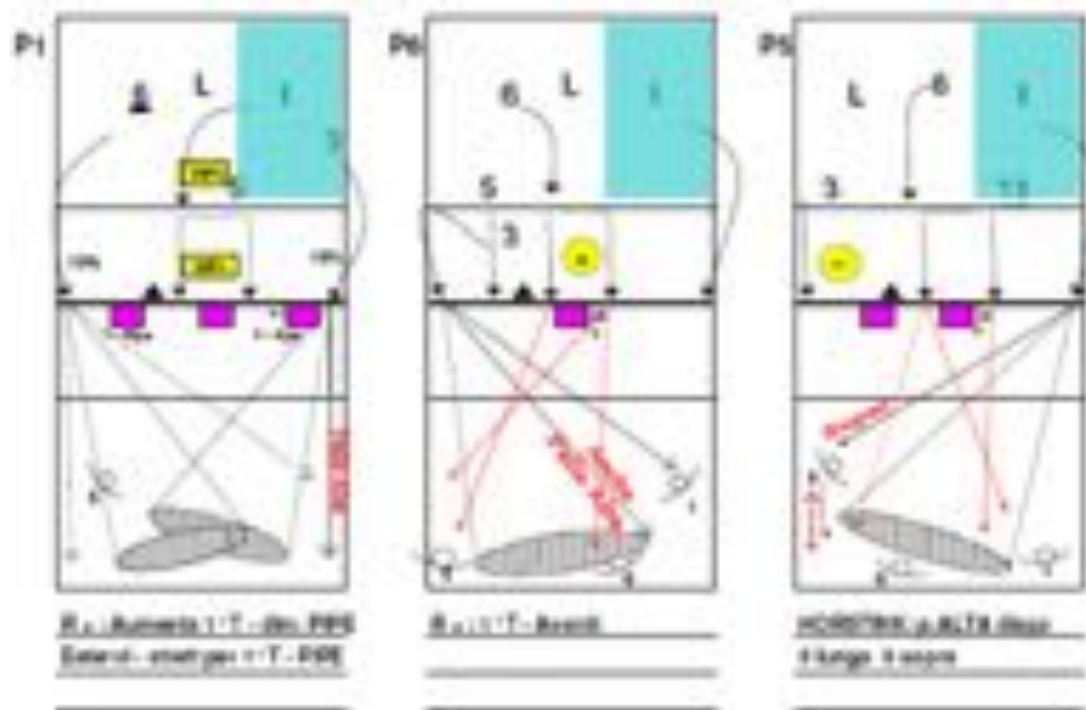
Zona 3: probabile uscita verso 4 di Nerio dove è più forte. con super super spinte. 9 e 7 con forte rotazione.

- 1 e C e X buone
- 3 e 4 da parare.
- 4 e super dietro 7 da parare veloci spingere verso il 4.

Preparazione della partita con il palleggiatore

Conoscere la propria squadra:

2. Sistema di attacco

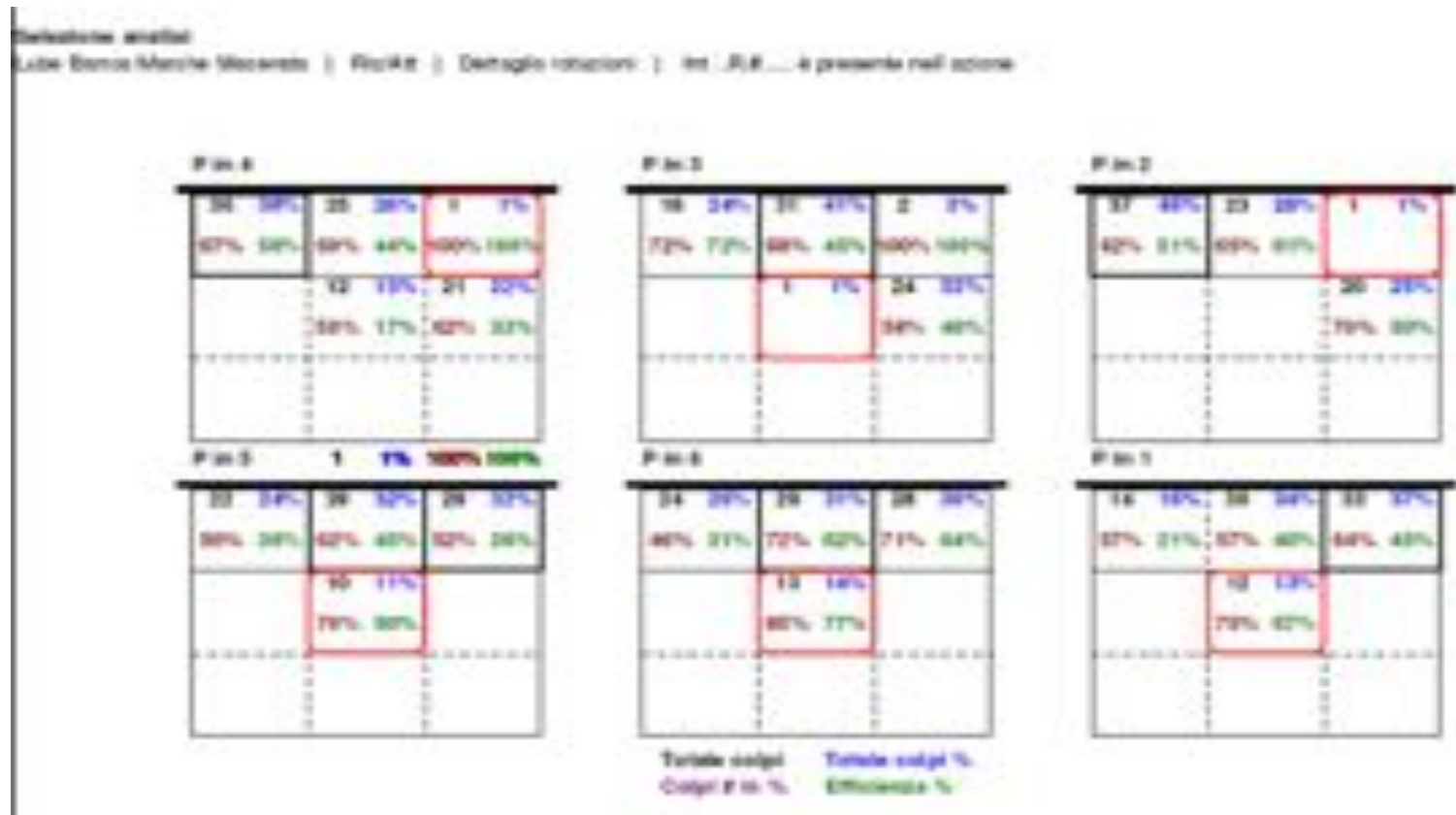


Preparazione della partita con il palleggiatore



Conoscere la propria squadra:

3. Rotazioni





Preparazione della partita con il palleggiatore

Conoscere la squadra avversaria:

1. Punti deboli
2. Studio dei centrali
3. Studio dei giocatori di banda

DURANTE LA PARTITA

- Linea guida. Idea tattica
- Risultato durante la partita
- Flessibilità



DOPO LA PARTITA

- Analisi delle statistiche
- Analisi con il palleggiatore
- Video



Ferdinando De Giorgi

RAPPORTO CON L'ALLENATORE

- **Rispetto**
- **Fiducia**
- **Collaborazione**
- **Non solo a parole**



Ferdinando De Giorgi

Esercizio di precisione



20 palloni da alzare in un canestro (super)

Punteggio: pallone nel canestro 2 punti

Tocco del bordo 1 punto

No canestro no tocco del bordo si azzera la serie e si ricomincia

Questo esercizio richiede una tecnica già consolidata

Adeguare numero e punteggio al livello del pall.

Esercizio per la postura



Ferdinando De Giorgi



Ferdinando De Giorgi

Esercizio con situazione di gioco

