

PALLAVOLO

GIOCO IN DUE FASI



*negli sport di squadra
il risultato non dipende
dalla prestazione
di una singola giocatrice*



*ma dall'integrazione
dei comportamenti
di tutte le giocatrici*

ad ogni giocatrice dobbiamo

SPIEGARE

>>>

INSEGNARE

>>>

ALLENARE

- *il proprio COMPITO e la propria RESPONSABILITA' in ogni momento in cui la palla è viva*

- *come INTERAGIRE con le compagne*



non è sufficiente
INSEGNARE E ALLENARE
QUALCUNO
A FARE BENE QUALCOSA

è necessario
INSEGNARE E ALLENARE
PIU' PERSONE
A FARE BENE
COSE DIVERSE
INSIEME E
CONTEMPORANEAMENTE

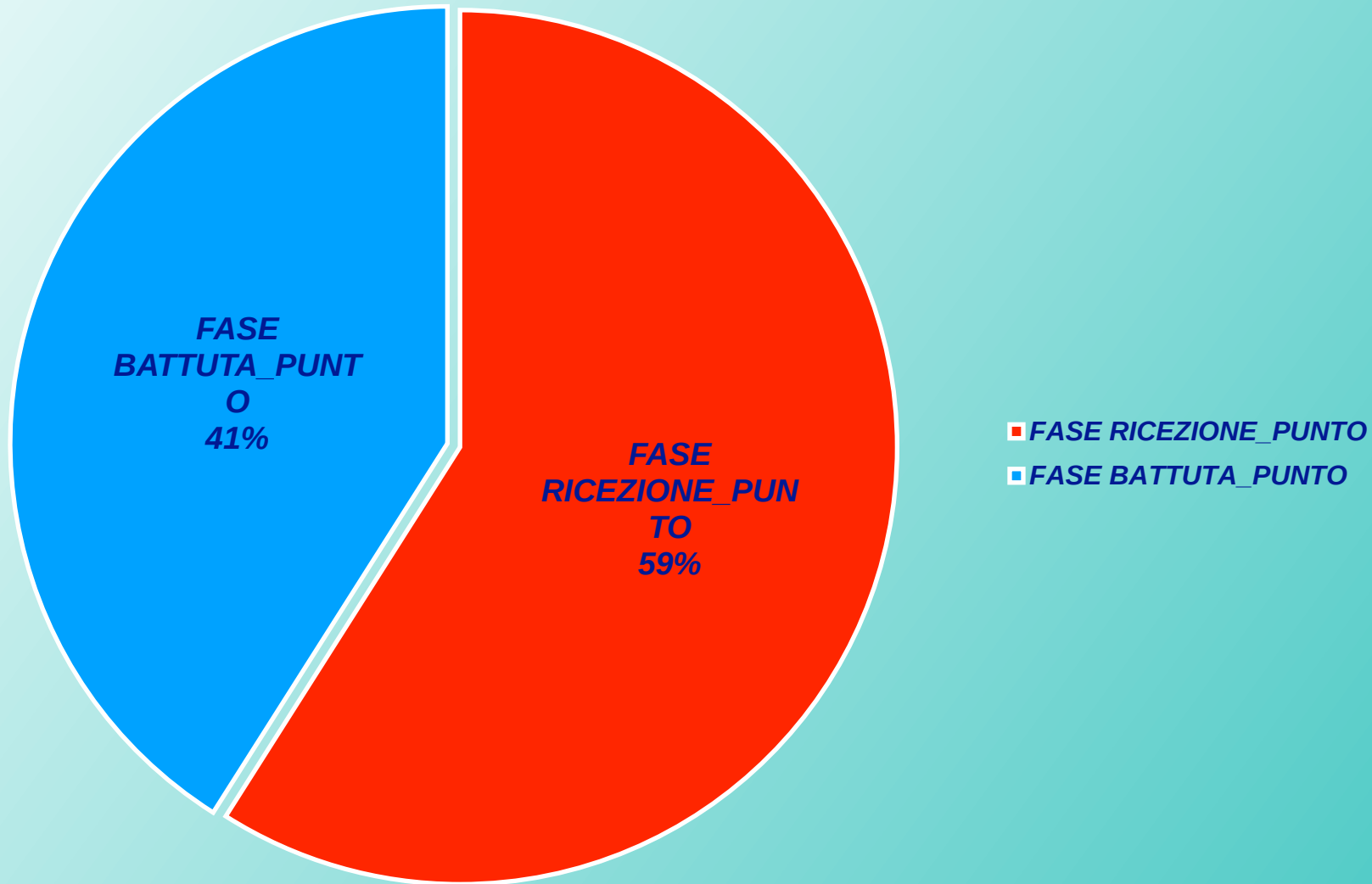


PALLAVOLO

GIOCO IN DUE FASI



COME SI SEGNA IL PUNTO NELLE DUE FASI DI GIOCO



***unità funzionale** costituita da più parti - o sottosistemi -
che interagiscono tra di loro formando un tutt'uno
in cui ogni parte dà un contributo
per la finalità comune*



***Un TEAM è
un gruppo ristretto di persone
con COMPETENZE e CAPACITA' COMPLEMENTARI
che operano per un FINE COMUNE,
con OBIETTIVI DI PRESTAZIONE e APPROCCI CONDIVISI
e che si ritengono
TUTTE RESPONSABILI L'UNA NEI CONFRONTI DELL'ALTRA***

J. Katzenbach

CRITERI GENERALI DA TENERE IN CONSIDERAZIONE NELL'IMPOSTAZIONE DI UN SISTEMA DI GIOCO



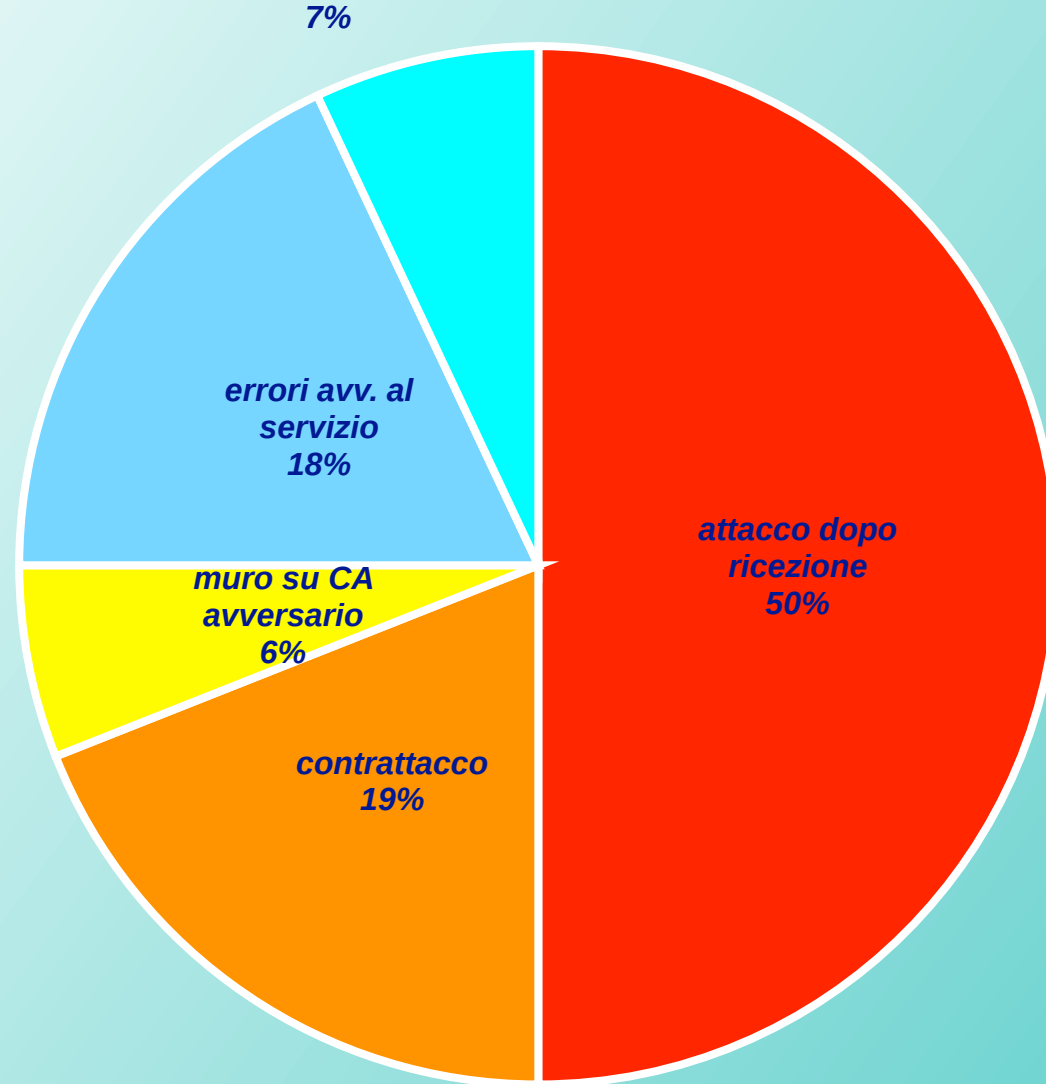
AVERE UN MODELLO DI COME GIOCARE

PARTIRE DALLE CARATTERISTICHE DELLE GIOCATRICI

PROBLEMATICHE SPAZIO-TEMPORALI

FLESSIBILITA'

COME SI SEGNA IL PUNTO NELLA FASE RICEZIONE_PUNTO



LA FASE RICEZIONE_PUNTO



sistema di ricezione

sistema di attacco



*sistema di copertura e
organizzazione del gioco di transizione*

IL SISTEMA DI RICEZIONE



LA RICEZIONE

può essere definita come
L'INTERVENTO PER INTERCETTARE LA BATTUTA AVVERSA
cercando di
INVIARE LA PALLA VERSO L'AREA-TARGET



OBIETTIVI



tenere viva la palla, non subire il punto



*passare la palla all'alzatrice
con la maggior precisione possibile*

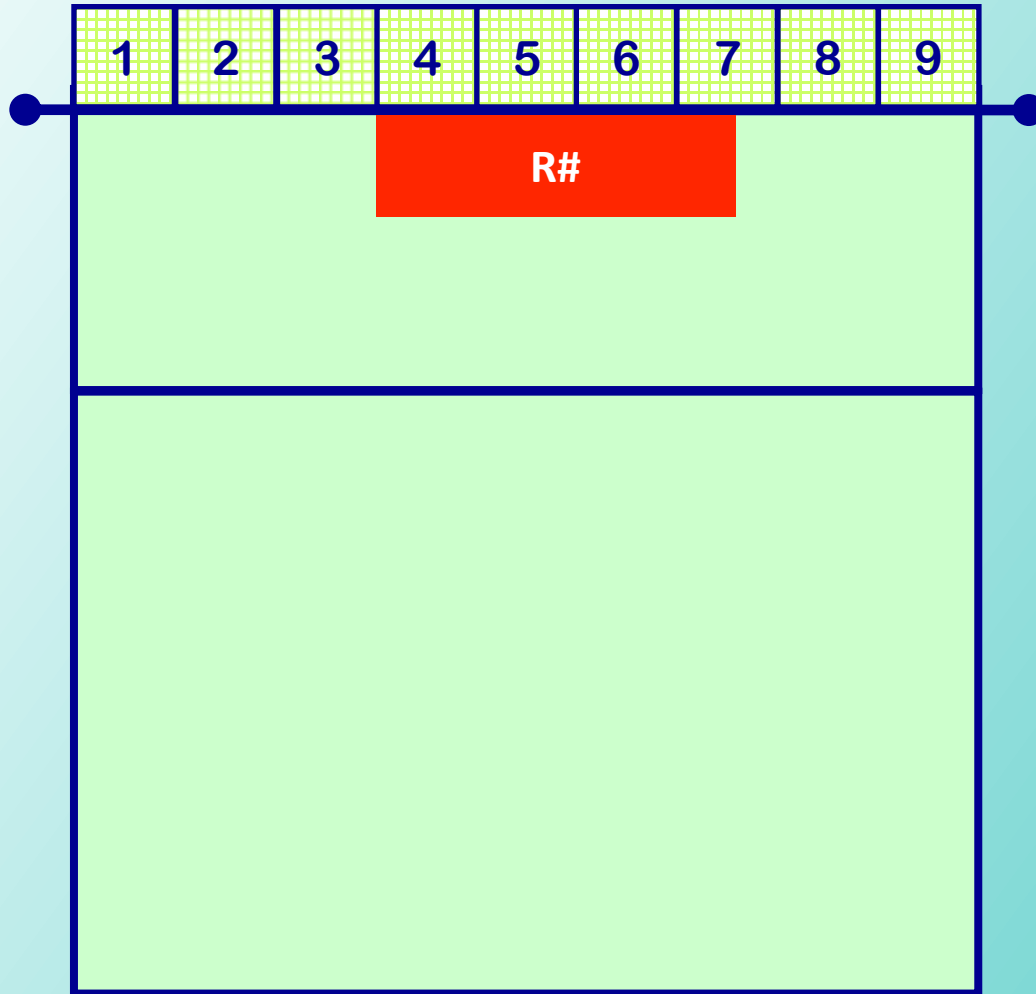
VALUTAZIONI



<i>R#</i>	<i>Ricezione perfetta</i>
<i>R+</i>	<i>Ricezione positiva</i>
<i>R!</i>	<i>Ricezione scadente</i>
<i>R-</i>	<i>Ricezione negativa</i>
<i>R/</i>	<i>Ricezione errore</i> <i>mezzo</i>
<i>R=</i>	<i>Errore</i>

AREA-TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione perfetta



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

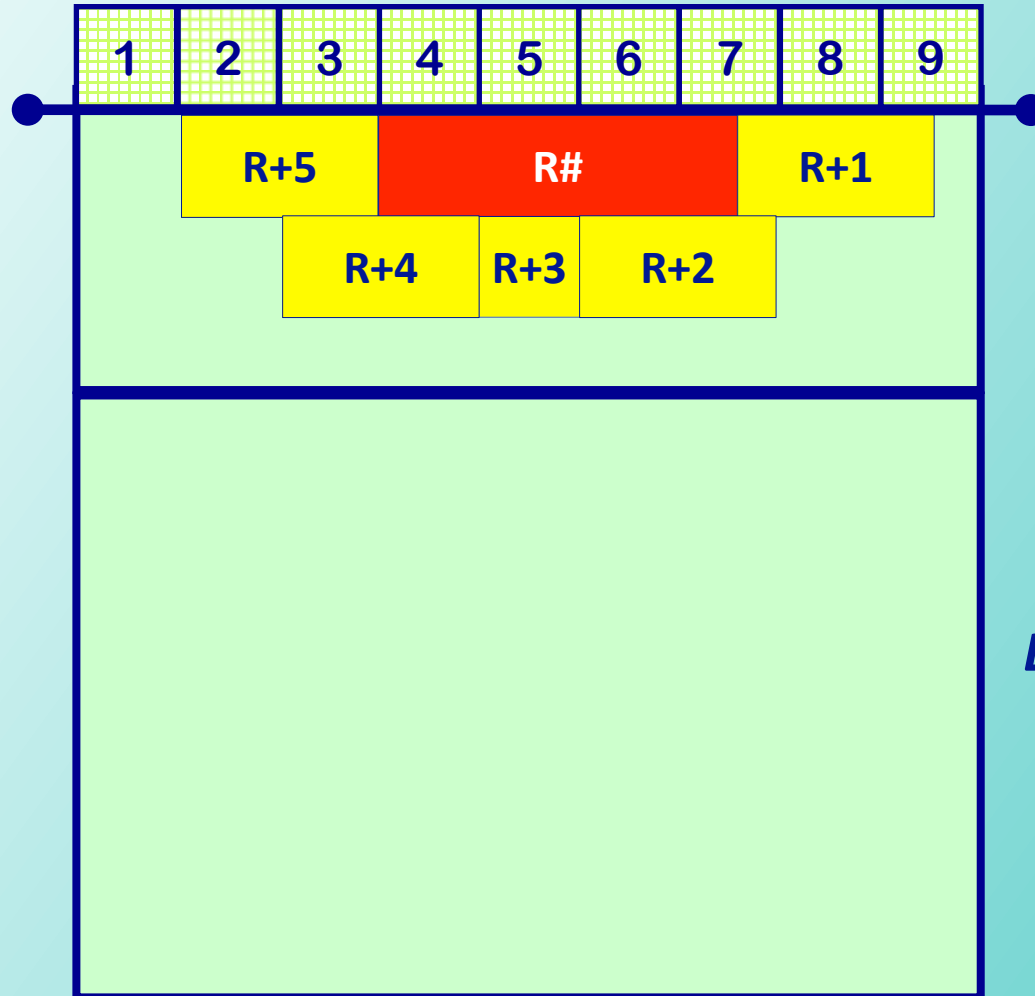
AREA-TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione perfetta



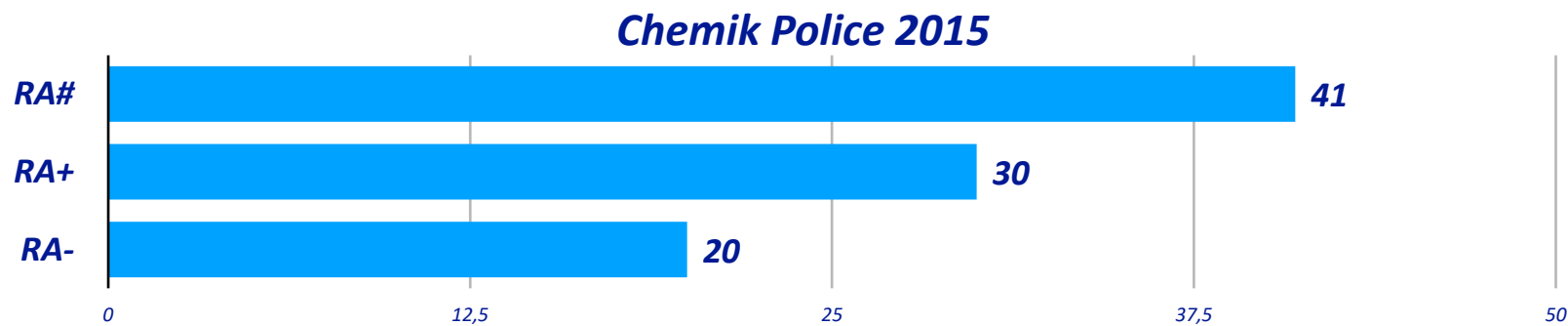
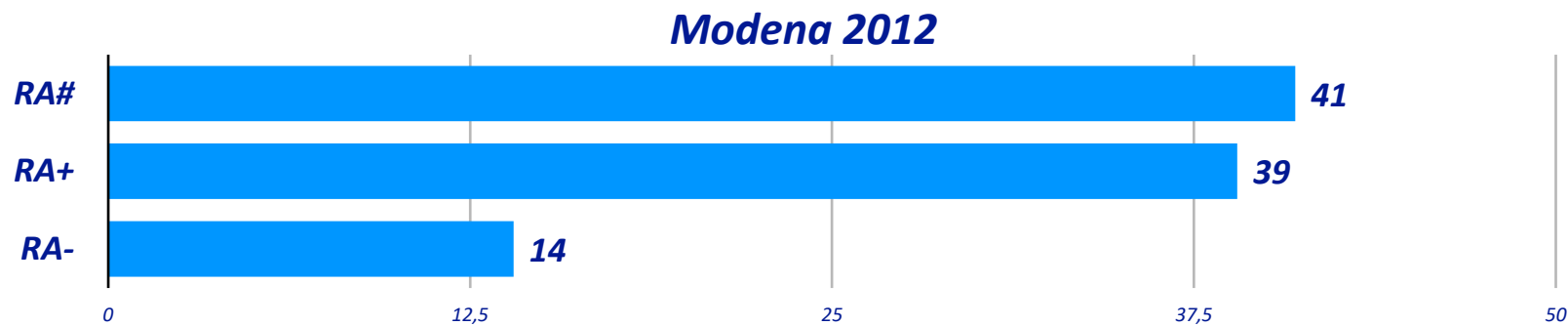
AREA-TARGET DELLA RICEZIONE

Ricezione positiva

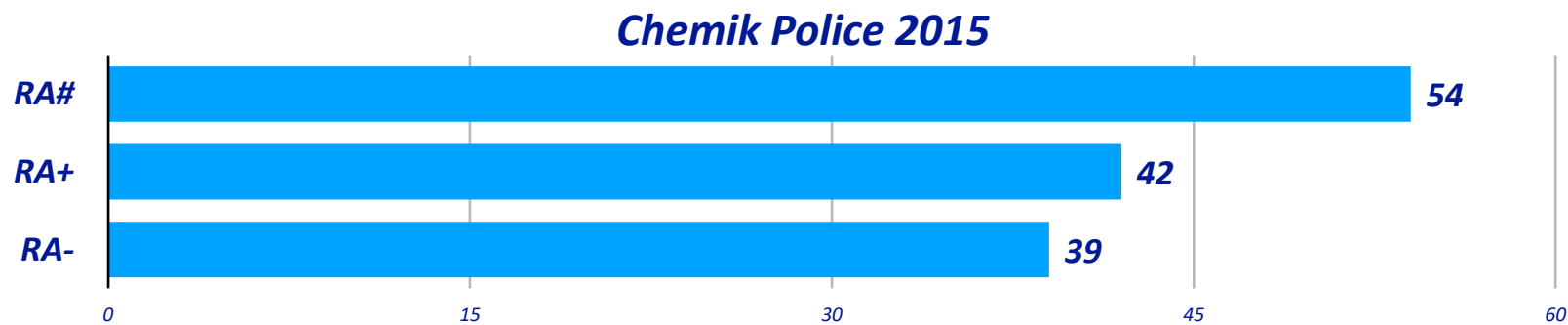
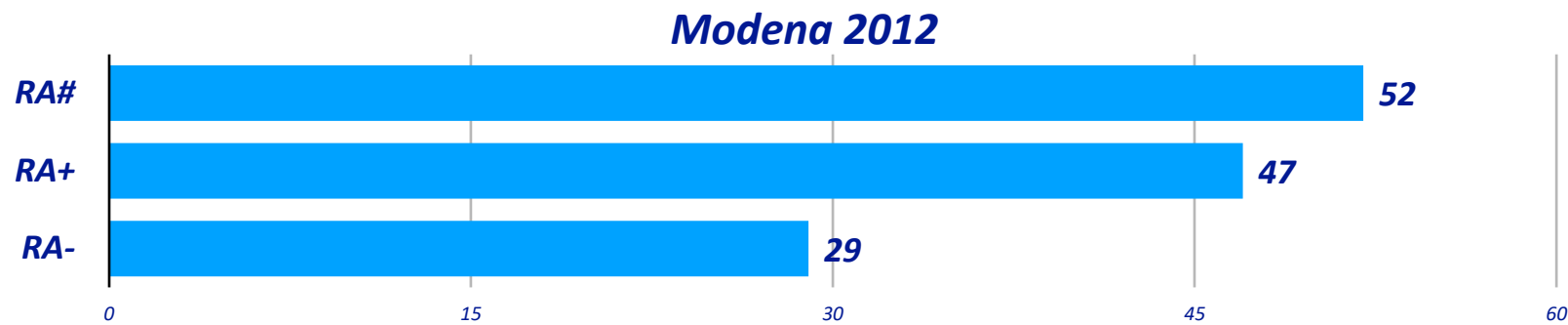


*è la zona del campo in cui
L'ALZATRICE
può ancora giocare
comodamente
L'ATTACCO DI PRIMO TEMPO*

EFFICIENZA DELL'ATTACCO DOPO RICEZIONE



POSITIVITA' DELL'ATTACCO DOPO RICEZIONE



LINEE-GUIDA PER LA COSTRUZIONE DI UN SISTEMA DI RICEZIONE



SISTEMA DI RICEZIONE



tutte le giocatrici devono focalizzarsi sulla giocatrice avversaria in battuta



*il sistema deve prevedere
**RICEVITRICI PRIMARIE e
RICEVITRICI SECONDARIE***



SISTEMA DI RICEZIONE



gestione degli spazi

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione degli spazi



*sistema di ricezione
con 3 ricevitrici primarie*



*sistema di ricezione
con 2 ricevitrici primarie*

SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto

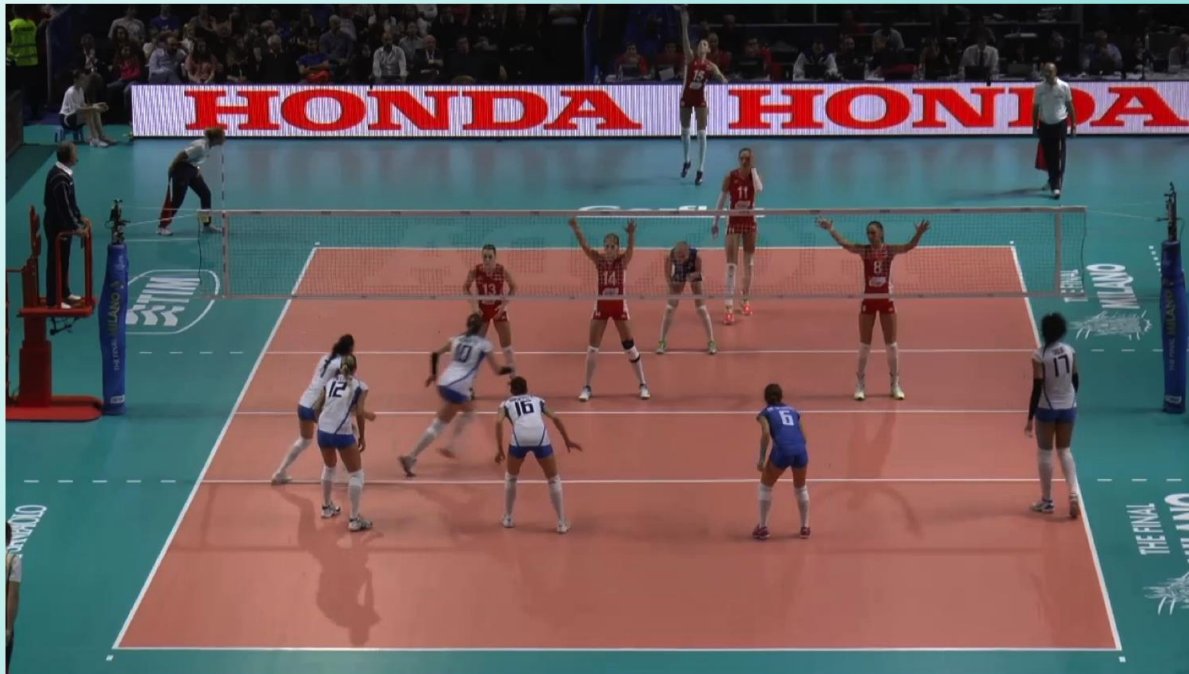


SISTEMA DI RICEZIONE

gestione delle zone di conflitto



ADATTAMENTI E AGGIUSTAMENTI DEL SISTEMA DI RICEZIONE STANDARD



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

ADATTAMENTI E AGGIUSTAMENTI DEL SISTEMA DI RICEZIONE STANDARD



a seconda della zona di provenienza della battuta



da zona 1



da zona 6



da zona 5

ADATTAMENTI E AGGIUSTAMENTI DEL SISTEMA DI RICEZIONE STANDARD

a seconda dell'abilità tecnica delle giocatrici



*libero in z1
battuta da z1*



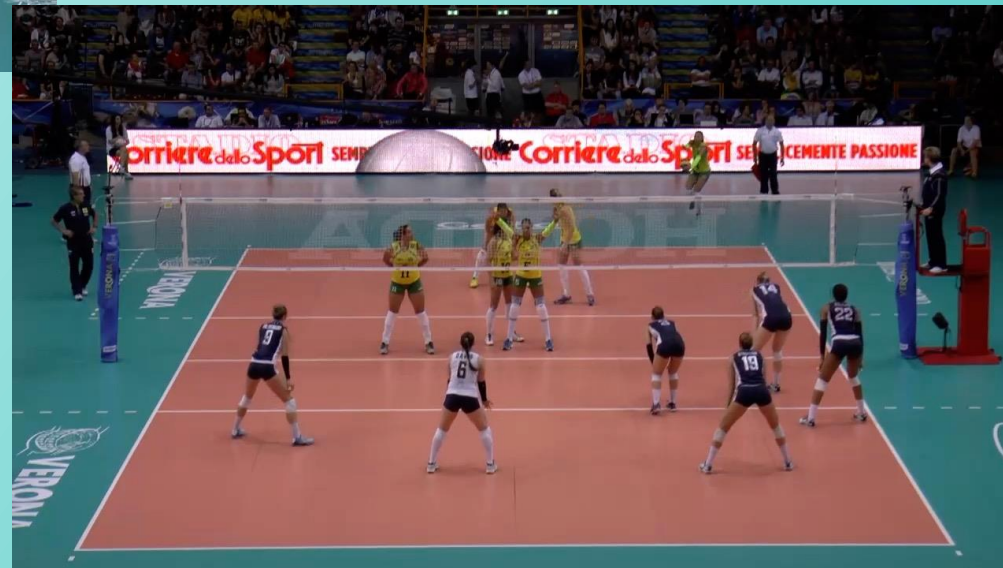
*libero in z1
battuta da z5*

ADATTAMENTI E AGGIUSTAMENTI DEL SISTEMA DI RICEZIONE STANDARD

a seconda dell'abilità tecnica delle giocatrici



*libero in z6
battuta da z1*



*libero in z6
battuta da z5*

ADATTAMENTI E AGGIUSTAMENTI DEL SISTEMA DI RICEZIONE STANDARD

a seconda della convenienza tattica



SISTEMA D'ATTACCO



SISTEMA D'ATTACCO

nell'impostazione del sistema di attacco

SPAZIO e TEMPO

sono parametri decisivi



SISTEMA D'ATTACCO

CONCETTI DA CONSIDERARE SUL PIANO DELLO SPAZIO



*“giocare” con la
LUNGHEZZA DELLA RETE*



*utilizzare la
PROFONDITA' DEL CAMPO*

SISTEMA D'ATTACCO

CONCETTI DA CONSIDERARE SUL PIANO DEL 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*

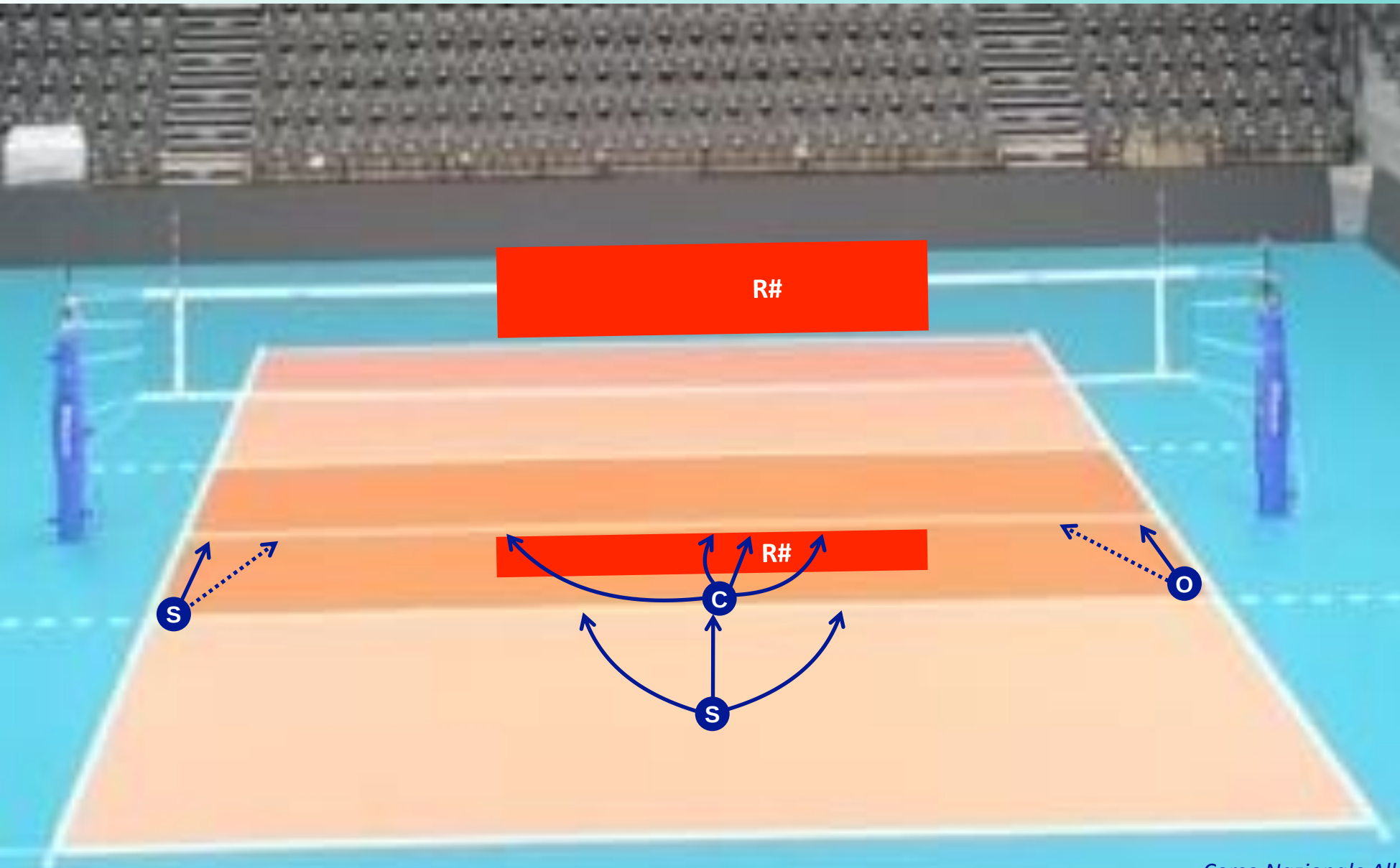


CRITERI SU CUI IMPOSTARE IL SISTEMA DI ATTACCO



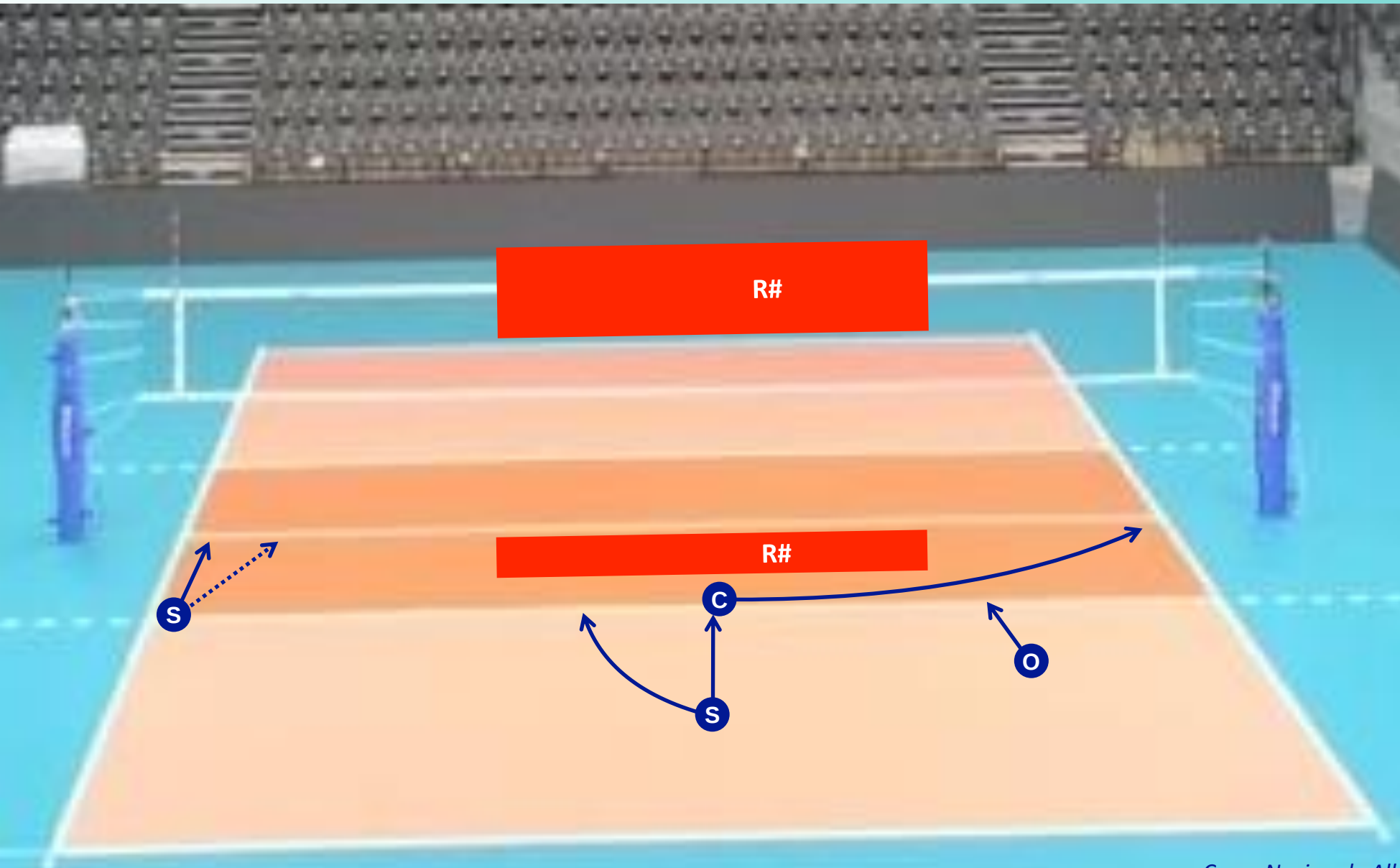
SISTEMA D'ATTACCO

alzatrice in seconda linea



SISTEMA D'ATTACCO

alzatrice in prima linea



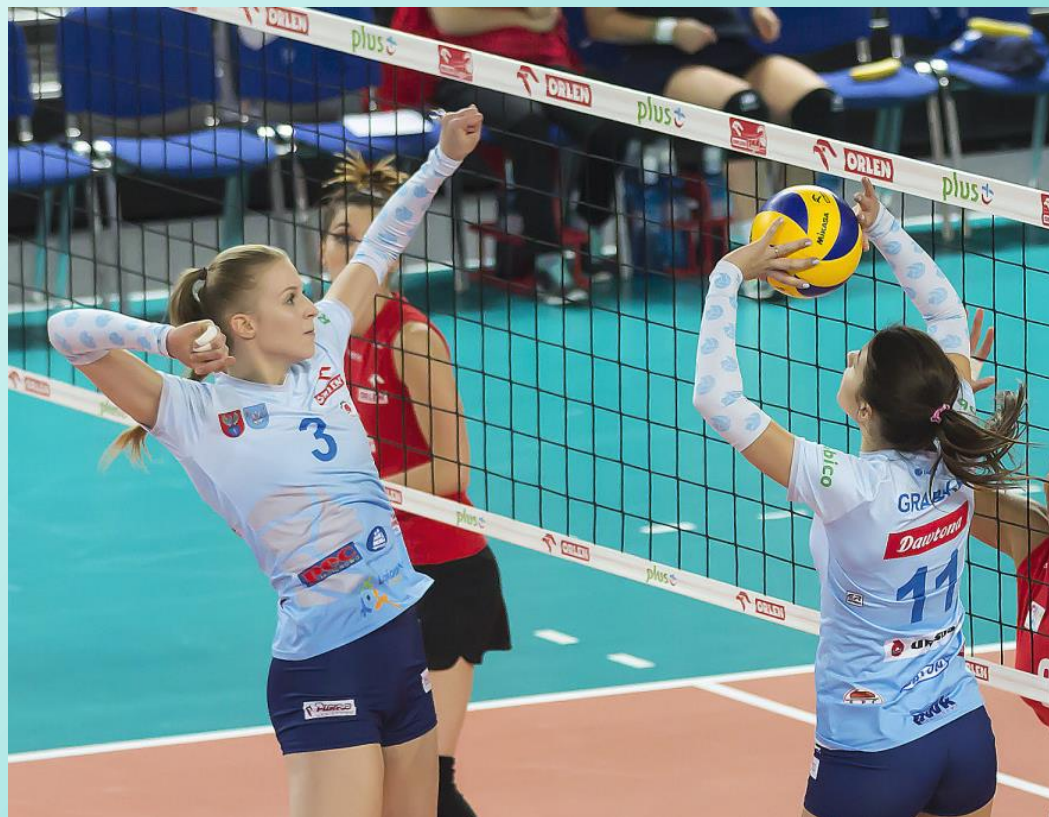
SISTEMA D'ATTACCO

LE CAPACITA' DELL'ALZATRICE



SISTEMA D'ATTACCO

IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO



*giochi
che dipendono
dalla
POSIZIONE
DELL'ALZATRICE*

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

*giochi
eseguiti
dopo
**RICEZIONE POSITIVA
(R+)***

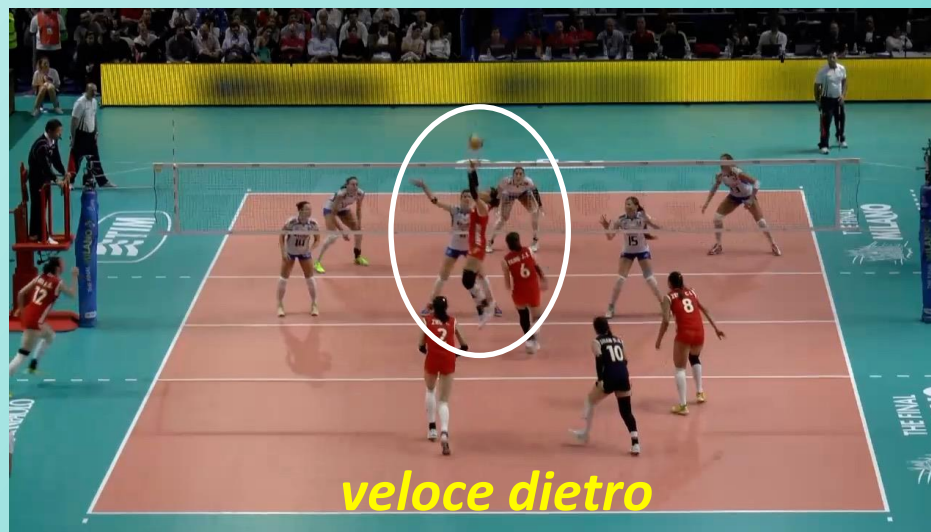
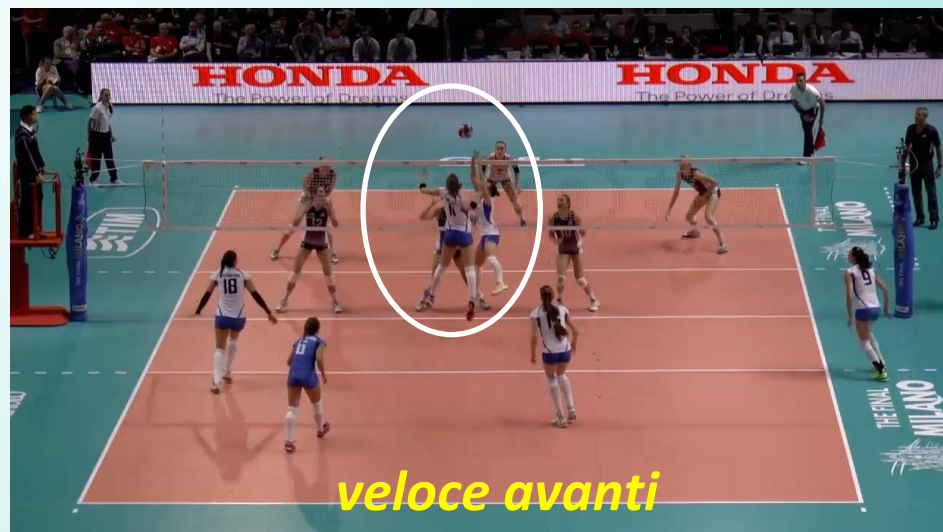
SISTEMA D'ATTACCO

GIOCHI DI ATTACCO DI ATTACCO DI PRIMO TEMPO



IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

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



SISTEMA D'ATTACCO

veloce avanti (1)



SISTEMA D'ATTACCO

veloce dietro (2)



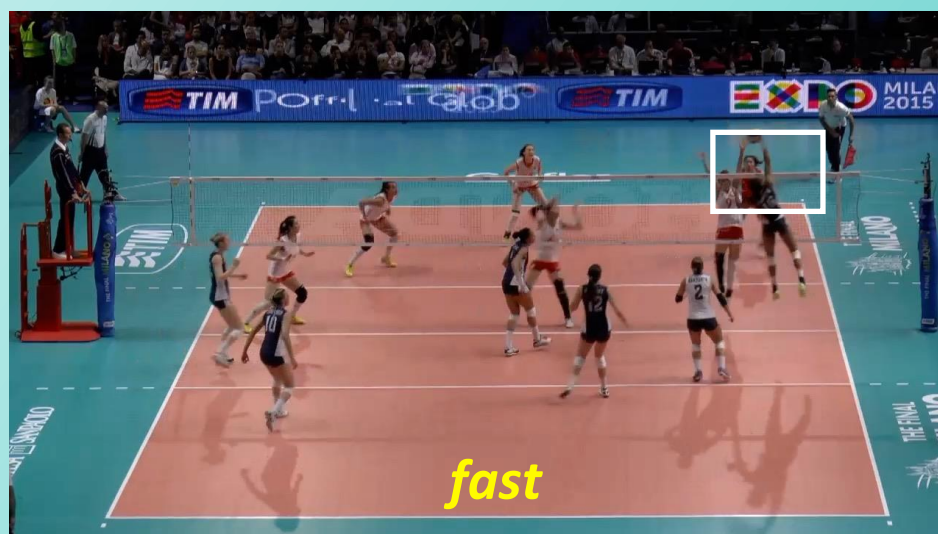
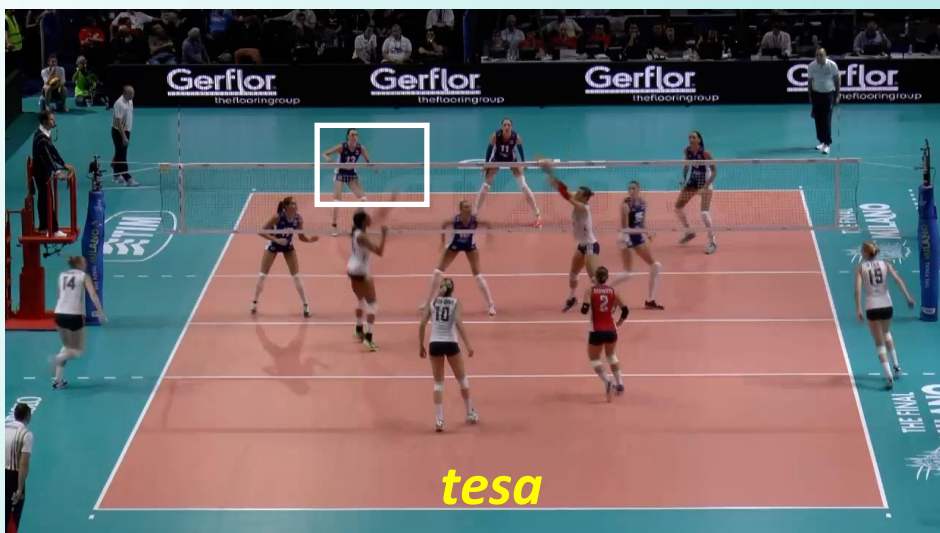
SISTEMA D'ATTACCO

veloce dietro spostata (B)



IL TEMPISMO ESECUTIVO DELL'ATTACCO DI PRIMO TEMPO

la centrale va sempre verso lo stesso punto della rete



SISTEMA D'ATTACCO

tesa (7)



SISTEMA D'ATTACCO

veloce al centro della rete (A)



SISTEMA D'ATTACCO

fast



GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)



RICEZIONE +1



RICEZIONE +2



RICEZIONE +3



RICEZIONE +4



RICEZIONE +5

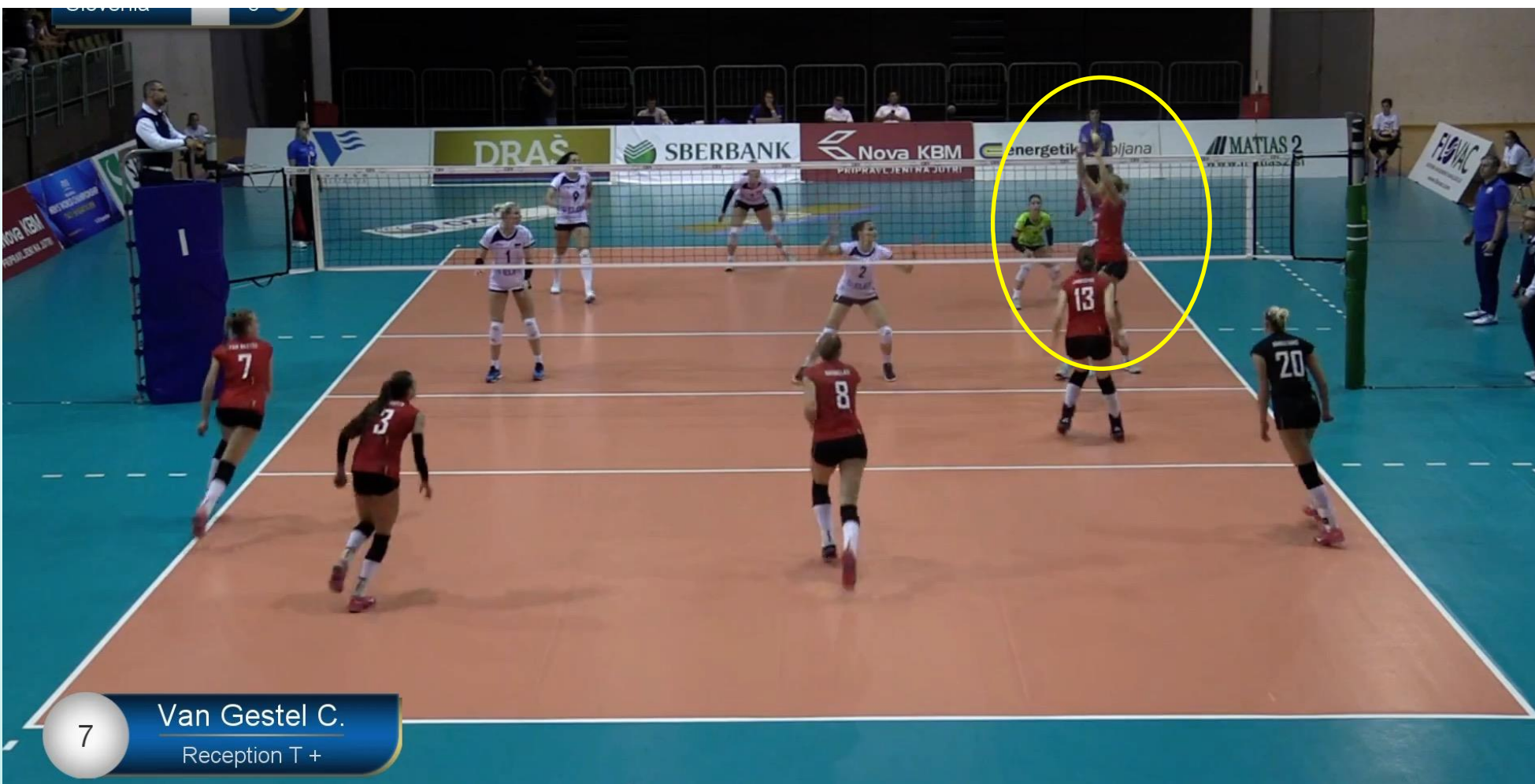


RICEZIONE +6



GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)

RICEZIONE +1



7

Van Gestel C.
Reception T +

GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)

RICEZIONE +2



3

Vovk A.
Reception T +

GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)

RICEZIONE +3



13

Sobocan A.
Reception T +

GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)

RICEZIONE +4



3

Vovk A.
Reception T +

GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)

RICEZIONE +5



3

Vovk A.
Reception T +

GIOCHI DI PRIMO TEMPO ESEGUITI DOPO RICEZIONE POSITIVA (R+)

RICEZIONE +6



SISTEMA D'ATTACCO

GESTIONE DEL COLPO D'ATTACCO



colpi fuori dal muro



colpi piazzati e pallonetti



colpi contro il muro

SISTEMA D'ATTACCO

POSSEDERE ALMENO UNO O DUE PUNTI DI FORZA



SISTEMA D'ATTACCO

IL SISTEMA DELLE CHIAMATE



SISTEMA D'ATTACCO

COINVOLGERE TUTTE LE ATTACCANTI



SISTEMA D'ATTACCO

CONTRATTACCO DOPO COPERTURA





GIUSEPPE CUCCARINI

E-mail: beppe.cuccarini.volley@gmail.com

Twitter: @beppe.cuccarini

LinkedIn: Giuseppe Cuccarini