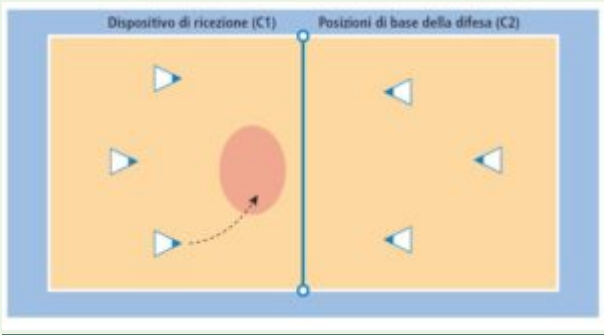
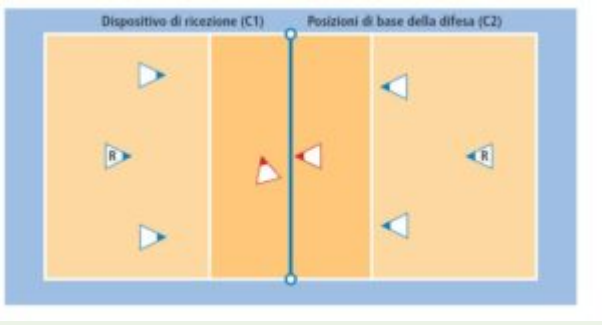


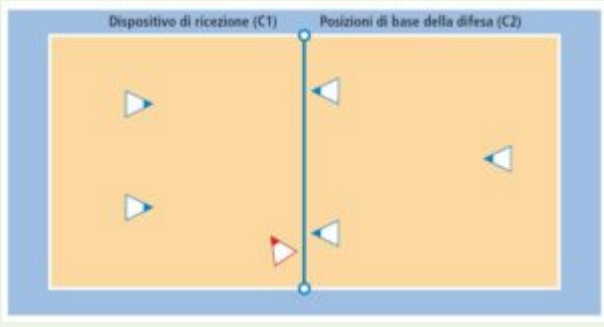
Minipallavolo: Formazione nel sistema di gioco

Nella formazione G+S, la tattica e la tecnica sono sviluppate in parallelo. Il sistema di gioco è sempre scelto in modo da corrispondere alle capacità tecniche dei giocatori. I giocatori sono così in grado di applicare anche nel gioco un gran numero di elementi tattici e tecnici esercitati negli allenamenti.

Se i bambini sono in grado di controllare più o meno la palla quando la ricevono, è sensato posizionare un palleggiatore vicino alla rete. Se invece questa competenza non è ancora presente, è più utile organizzare la ricezione e il gioco in un triangolo aperto. È per esempio possibile giocare 3:3 con i seguenti tre sistemi:

<p>Sistema di gioco per principianti</p>	<p>3:3 con punta dietro</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Tutti giocatori a rete • Passaggio in funzione della situazione
<p>Elementi tattici</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Colpire le zone libere (fuoco di campo, ferro di cavallo, ragnatela) • Evoluzione del gioco con 3 tocchi • Ricezione al centro (casa)
<p>Elementi tecnici</p>	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Bagher (tecnica di base)</u> • <u>Palleggio in avanti (alzata alta)</u> • <u>Servizio dal basso</u>
<p>Condizioni</p>	<p>Non è definito chi riceve: in funzione della situazione si decide chi riceve il passaggio. Le</p>

	<p>palle sono giocate senza troppa forza in una forma ad arco. Il gioco è lento, non vi sono attacchi veloci e duri.</p>
Vantaggi	<ul style="list-style-type: none"> • Area di responsabilità ridotta • Ricezione alta da centro campo • Chi riceve corre verso la palla
Difficoltà	<ul style="list-style-type: none"> • Ricezione nello spazio vuoto • Bisogna chiarire i ruoli per i passaggi
Sistema di gioco per avanzati	<p>3:3 con punta davanti</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Tutti i giocatori a rete • Passaggio in funzione della posizione
Elementi tattici	<ul style="list-style-type: none"> • Colpire le zone libere (fuoco di campo, ragnatela, ferro di cavallo) • Organizzare la difesa con muro • Copertura
Elementi tecnici	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Bagher (ricezione frontale)</u> • <u>Rincorsa per la schiacciata</u> • <u>Movimento del colpo drive</u> • <u>Muro (spostamenti)</u>

Condizioni	La ricezione diventa più precisa e arriva al palleggiatore. Le palle sono più veloci. Il palleggiatore è in grado di lanciare le palle verso un obiettivo (passaggio con angolatura). Le palle di attacco sono eseguite nel salto, è necessario un giocatore che blocchi (muro).
Vantaggi	<ul style="list-style-type: none"> • Ricezione in un punto fisso • Ruoli chiari: il giocatore vicino alla rete esegue le alzate
Difficoltà	<ul style="list-style-type: none"> • Spesso la ricezione è troppo vicina alla rete • Grande area di responsabilità • Passaggio nell'angolo
Sistema di gioco per esperti	<p>Due giocatori a rete</p>  <p>Il diagramma mostra una rete di pallacanestro con un muro di difesa. A sinistra, due giocatori (triangoli grigi) sono in posizioni di ricezione (C1). A destra, tre giocatori (triangoli grigi) sono in posizioni di base della difesa (C2). Un giocatore (triangolo rosso) è in posizione di attacco vicino al muro. Una linea verticale blu indica il muro di difesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tutti i giocatori a rete • Passaggio a destra
Elementi tattici	<ul style="list-style-type: none"> • Sfruttare la larghezza della rete • Organizzare la difesa con muro • Copertura
Elementi tecnici	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Bagher in difesa</u> • <u>Varianti di battuta</u> • <u>Muro (salto)</u>
Condizioni	La ricezione è così precisa che anche i passaggi

	veloci possono essere contrattaccati in modo duro. Il gioco è così veloce che il tempo a disposizione per spostarsi nel muro è molto limitato e per questo ci vogliono 2 giocatori che bloccano. Il giocatore che blocca, e che in quel momento non blocca, si stacca dalla rete per raggiungere la difesa.
Vantaggi	<ul style="list-style-type: none"> • Due giocatori che bloccano (muro) • Sono possibili diverse combinazioni di attacco
Difficoltà	<ul style="list-style-type: none"> • Due attaccanti davanti al giocatore che passa • Il campo dovrebbe essere più lungo rispetto al classico campo da minipallavolo

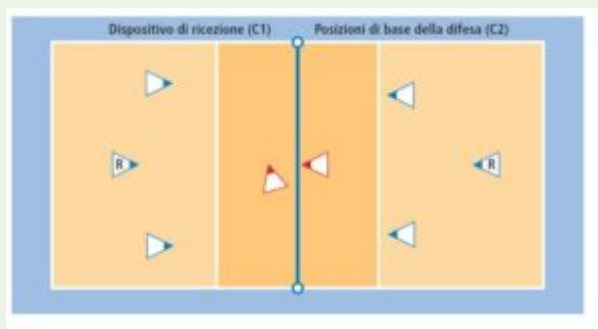


Scegliere il sistema di gioco che corrisponde al gruppo e all'obiettivo di apprendimento. Per la categoria U13 e i principianti, il sistema con punta dietro è il più adatto perché garantisce un gioco fluido e uno svolgimento divertente.

La formazione per la forma di gioco 4:4 si basa fondamentalmente sul 3:3 e conduce verso il gioco 6:6. Si aggiunge il ruolo del giocatore di fondo: dopo il servizio, resta nelle retrovie e può saltare da dietro la linea dei 2m solo per un attacco. Non può toccare la palla nella zona rete sopra il limite della rete. Pertanto non può bloccare

Sistema di gioco 4:4

Diamante



- 3 giocatori a rete, 1 giocatore di fondo (R)
- Palleggio a posizione 3

Elementi tattici

- Ricezione nella fascia da 3 (zone)
- Sfruttare la larghezza della rete
- Organizzare la difesa con muro
- Copertura
- Assumere il ruolo del palleggiatore

Elementi tecnici

- Bagher (ricezione frontale)
- Palleggio indietro
- Rincorsa per la schiacciata
- Movimento del colpo drive (da dietro)
- Muro (spostamento e salto)
- Servizio dall'alto

Condizioni

La ricezione diventa più precisa e arriva al palleggiatore. Il palleggiatore è in grado di lanciare le palle verso un obiettivo (passaggio con angolatura). Il palleggiatore ha l'opzione per passaggi indietro o per attacchi verso la zona di fondo. Le palle di attacco sono eseguite nel salto, è necessario un giocatore che blocchi.

Vantaggi

- Uso dell'attacco verso la zona di fondo

	<ul style="list-style-type: none">• La posizione 3 blocca in tutte le posizioni -> preparazione muro centrale nel 6:6• Chi serve diventa il giocatore della zona di fondo che difende le palle lunghe -> preparazione posizione 6 nel 6:6
Difficoltà	<ul style="list-style-type: none">• Disponibilità nell'attacco, offrirsi• Dialogo, la comunicazione diventa molto più importante!

Le forme di gioco e la lezione presente in questo tema del mese fanno riferimento a questo sistema di gioco.

Fonte: Nicole Schnyder-Benoit, capodisciplina G+S Pallavolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO