

Pallavolo – Tecnica: Muro: salto, spostamenti (passo accostato, passo incrociato)

L'intenzione del muro è di bloccare le possibilità di attacco dell'avversario. Per posizionarsi correttamente, il giocatore si sposta sempre con passo accostato o con passo incrociato.



Foto 2 2: posizione di base – Foto 3 e 4: salto



Sequenza di immagini: passo incrociato

Filmato: passo accostato

Ambito di utilizzazione

1. Coprire una zona (protetta dal muro), per consentire alla propria difesa di disporsi in campo
2. Coprire la direzione principale dell'attacco avversario
3. Fare punto

Tattica individuale

- Sapere quali avversari sono a rete
- Trovarsi tempestivamente sul punto di stacco, per poter saltare senza indugi
- Osservare l'attaccante (timing)

Osservazione: A seconda delle abilità e del livello tecnico si può avere una diverse scala delle priorità.

Fonte: Foerster, M. (2016). Pallavolo: Giocare a pallavolo. Macolin: Ufficio federale dello sport UFSP



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP