

CORSO PER ALLENATORI SECONDO E TERZO LIVELLO GIOVANILE

IL SISTEMA DI GIOCO COME STRUMENTO FORMATIVO

Relatore: prof. Gerardo Pedullà

OBIETTIVO GENERALE DEL MODULO

Dalla definizione di “sistema di gioco” alla valutazione dello stesso, sia come mezzo per esprimere un adeguato livello prestativo tecnico, tattico e fisico della squadra, sia come strumento per progettare il percorso formativo degli aspetti comportamentali, agonistici e mentali del giocatore, fornendo ad esso l’esperienza necessaria per un percorso in cui si sviluppano parallelamente la componente tecnico-coordinativa e quella tattico-comportamentale.

TRE DOMANDE, UNA RISPOSTA

- ❑ **Perché ci si avvicina alla pallavolo?**
- ❑ **Quando giochiamo, quanto siamo allenati al gioco?**
- ❑ **A che scopo allenarsi?**

Marco Paolini: *“È fondamentale che i ragazzi vengano in palestra per accrescere e consolidare le loro sicurezze motorie nei gesti specifici della pallavolo e non, al contrario, per accumulare insicurezze su ciò che ancora non sanno fare bene.”*

A volte si chiede ai giocatori di fare un esercizio ponendo l'attenzione solo sul farlo bene, mentre ogni esercizio deve essere visto come strumento per imparare a giocare.

IL CONCETTO DI “SISTEMA DI GIOCO”

I sistemi di gioco costituiscono un momento formativo essenziale ed irrinunciabile

Il sistema di gioco è l'insieme delle regole che organizzano le competenze individuali...

- sia nel sistema formativo quando, proprio attraverso il sistema di gioco, l'allenatore può programmare l'utilizzo in gioco degli apprendimenti tecnici che si concretizzano nel tempo

- sia nel sistema di competizione, quando dovrà essere bassa l'incidenza dell'errore

e, nella sua accezione formativa, determina che...

- dal programma tecnico scaturisce l'insieme di regole del sistema di gioco e non viceversa

IL CONCETTO DI “SISTEMA DI GIOCO”

***l'allenatore programma l'utilizzo in gioco
degli apprendimenti tecnici
che si concretizzano nel tempo***

Non è opportuno chiedere agli atleti di adattarsi ad un modello di gioco “ideale” per il quale vi siano ancora ostacoli di tipo tecnico e tattico. Se lo facessimo, rischieremmo di “accumulare insicurezze” e, di conseguenza, sviluppare demotivazione. Una frase ricorrente in palestra è “non ci riesco”, pronunciata spesso da chi non ha sufficiente motivazione per mettersi in gioco, ma, con altrettanta frequenza, che ha origine da richieste non adeguate nei confronti dell'atleta. Far sparire “non ci riesco” dal linguaggio dei nostri giovani, significa calibrare le richieste, dapprima di tipo fisico e tecnico, ma, al momento delle scelte di squadra, anche di tipo tattico, con inserimenti gradualmente che possano essere affrontati con fiducia e serenità.

IL CONCETTO DI “SISTEMA DI GIOCO”

*“dal programma tecnico scaturisce
l’insieme di regole del sistema di gioco”*

È altrettanto inopportuno scegliere il sistema di gioco cui si intende arrivare senza aver fatto i conti con le competenze degli atleti. Osserviamo i nostri atleti, stabiliamo gli aspetti tecnici da introdurre, sviluppare o migliorare, fissiamo delle priorità, poiché una squadra giovanile non è formata da professionisti a nostra disposizione e quindi certamente ci mancherà il tempo per fare tutto: sulla base degli obiettivi che abbiamo **ragionevolmente** stabilito, decidiamo il programma tecnico che porterà ad individuare moduli di gioco adeguati alle caratteristiche presenti nella squadra. L’acquisizione di prontezza e sicurezza nell’affrontare le situazioni di gioco che si presenteranno sarà il segnale che gli obiettivi che ci eravamo posti sono all’orizzonte e che possiamo iniziare a programmare gli *step* successivi.

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: L'ATTACCO

...nella pallavolo femminile

Primo *step*: attacco di secondo tempo da posto 4 e posto 2 e insegnamento della palla alta (sia per l'attacco di cambio palla che per il contrattacco)

Secondo *step*: inserimento di un attacco/contrattacco nella fascia centrale della rete (primo tempo vicino all'alzatore e/o attacco da seconda linea da posto 6)

Terzo *step*: velocizzazione dell'attacco/contrattacco laterale con introduzione di *super* da posto 4 e posto 2 e delle tecniche con stacco ad un piede

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: L'ATTACCO

...e in quella maschile

Primo *step*: attacco di secondo tempo da posto 4, posto 2 e posto 1 e insegnamento della palla alta (sia per l'attacco di cambio palla che per il contrattacco)

Secondo *step*: inserimento di un attacco/contrattacco nella fascia centrale della rete (primo tempo vicino all'alzatore e/o attacco da seconda linea da posto 6)

Terzo *step*: velocizzazione dell'attacco/contrattacco laterale con introduzione di *super* da posto 4, posto 2 e posto 1

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: LA RICEZIONE

Identificazione dell'errore: conflitto o errore tecnico

Marco Paolini: *“È il fondamentale in cui, più di ogni altro, è necessario rendersi conto delle predisposizioni morfologiche dei ragazzi. Sarà inutile, infatti, impegnarsi a lavorare molto con chi non ha una buona vista oppure ha un cattivo piano di rimbalzo nel bagher.”*

La situazione di gioco ci condurrà più facilmente a dissipare il dubbio se il ripetersi degli errori sia conseguenza di conflitto o errore tecnico. Alcuni atleti ricevono meglio dopo un avanzamento, altri dopo un arretramento; fermo restando che dovremo allenare entrambe le abilità, sarà possibile, in un'ottica di economicità degli sforzi dell'atleta (e nostri), pur alla ricerca del migliore risultato, adottare situazioni tattiche che ovvino al limite mostrato?

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: LA RICEZIONE

Dall'errore alla strategia di sviluppo tecnico e del sistema di ricezione

Ecco quindi che, sorprendentemente, l'errore, come il dolore in tema di diagnosi e prognosi, ha una funzione strategica in quanto consente di stabilire su cosa e come intervenire.

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: LA BATTUTA

Lo sviluppo del fondamentale come arma tattica, cioè come prima forma di attacco

Due scuole di pensiero:

- la battuta come autentico momento d'attacco

⇒ **scelta tecnica**

- il complesso battuta-muro-difesa, cioè il sistema di organizzazione del gioco

⇒ **scelta tattica**

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: LA BATTUTA

Definire le strategie individuali ottimali

Marco Paolini:

“Evitare assolutamente due errori consecutivi: è inutile cercare di mettere in difficoltà l’avversario se per ottenere ciò commettiamo tanti errori in battuta; meglio sbagliare poco e se l’avversario riuscirà a ricevere sempre bene, ci saranno, comunque, buone possibilità che sbagli in attacco o che abbiano successo il nostro muro e la nostra difesa.”

“Variare continuamente il tipo di servizio: è la tattica che funziona meglio contro qualsiasi avversario. Insegniamo ai nostri ragazzi a battere lungo, corto, teso, floating, da vicino, da lontano dal fondo campo e anche in salto: sarà molto meglio che non chiedere loro, ogni volta, di battere su tizio o su caio.”

PRIORITÀ NEI FONDAMENTALI PRINCIPALI: LA BATTUTA

Lo sviluppo del fondamentale parallelamente allo sviluppo della ricezione

La ricezione va allenata prevalentemente in situazione di gioco: l'esercizio di sintesi battuta-ricezione è un'ottima occasione per valutare l'efficacia di entrambi i fondamentali e consente a ciascuno di svilupparsi, anche in considerazione del fatto che l'errore in allenamento ha ben altro peso rispetto alla gara.

CONCLUSIONI

È possibile sviluppare una pallavolo globale insegnando la tecnica nelle situazioni e correggendola analiticamente.