



ELEMENTI DI OSSERVAZIONE DELLE TECNICHE NEL SETTORE GIOVANILE

Docente Alessandro Bruni
Materiale e ricerca Prof. Oscar Maghella



“Non c’è vento favorevole per chi non sa dove andare”

- Seneca -



Premessa

L'attività giovanile deve avere un obiettivo prioritario: la formazione e la qualificazione. L'eventuale risultato agonistico è una conseguenza della corretta formazione e della appropriata ed individualizzata caratterizzazione. Tutto ciò potrà essere favorito solo da una attenta e consapevole programmazione.



L'osservazione come strumento di lavoro

**Ogni programma,
nello specifico in ambito motorio,
deve essere sottoposto a costante verifica e
valutazione.**

**E' la qualita' della risposta
a confermare la qualità della proposta
NON VICEVERSA**

Osservare e monitorare, poi se necessario, valutare.



Peculiarità della programmazione

Percorso ciclico costituito da



Fasi che prevedono:



Analisi



Definizione degli obiettivi



Verifica



Programmazione a lungo termine

Previsione del livello di qualificazione:

- Medio livello di qualificazione
- Alto livello di qualificazione



Le tecniche e la prestazione

Indici di correlazione delle tecniche al risultato nei vari livelli di qualificazione:

- **Basso livello:** servizio – ricezione – difesa
- **Medio livello:** attacco – servizio – difesa
- **Alto livello:** attacco – muro – contrattacco - (battuta M)



Modelli prestativi didattici

I modelli tecnici rappresentano uno **strumento didattico** di assoluto valore, tramite i quali poter realizzare comparazioni, simulazioni ed anche analisi con finalità didattiche da proporre ai giovani atleti nel corso dell'apprendimento e della stabilizzazione delle varie tecniche.

E' compito indispensabile dell'allenatore, soprattutto quando gestisce le fasi sensibili dell'apprendimento motorio, CONOSCERE E SAPER RICONOSCERE GLI ELEMENTI DELLA TECNICA individuabili nei modelli di riferimento.



Considerazioni

SONO DOVERI DELL'ALLENATORE:

- **Guardare la pallavolo giocata**
- **Documentarsi**
- **Osservare prima di valutare**
- **Chiedere prima di giudicare**
- **Confrontarsi prima di affermare**
- **Verificare prima di inventare**
- **Mettere in discussione il proprio lavoro sulla base della corrispondenza, non del risultato.**



Una Ipotesi

Dalle tassonomie tecniche

Alla valutazione “operativa”



3) Le valutazioni tecniche

Palleggio didattico (passaggi)

Palleggio d'alzata

Bagher didattico (passaggi) (Bagher di costruzione)

Bagher di ricezione

Attacco rincorsa

Attacco colpo

Muro

Interventi Difensivi

Battuta

Esercitazioni di gioco

Attitudini Tattiche - Attitudini Morali



Tassonomie tecniche: il palleggio didattico

1	Postura di attesa
2	Osservazione > anticipo: colpo di riferimento > ricerca palla > chiamata
3	Spostamenti
4	Rapporto spaziale con la palla
5	Orientamento
6	Flessione dorsale polsi
7	Postura mani
8	Postura gomiti
9	Azione polsi
10	Azione dita
11	Reattività polso/dita/mani (uscita veloce palla)
12	Azione arti superiori
13	Traiettorie, altezze, angoli
14	Il centrale
15	Il libero



La scheda di valutazione

data			PALLEGGIO DIDATTICO						BAGHER DIDATTICO						ATTACCO RINCORSA						ATTACCO COLPO						
ATLETA	AA	Ruolo	1	2	3	4	5	T	1	2	3	4	5	T	1	2	3	4	5	T	1	2	3	4	5	T	T
			APRE BENE LE MANI NELL'APPROCCIO ALL'ESECUZIONE DEL PALLEGGIO	PALLEGGIA AVANTI E DIETRO SENZA MODIFICARE LA POSIZIONE PRIMA DEL TOCCO	SPOSTA I PIEDI E SI RELAZIONA ALLA TRAIETTORIA ANTICIPANDO IL POSIZIONAMENTO CON TUTTO IL CORPO	SI POSIZIONA SOTTO LA PALLA IN ARRIVO IN MODO STABILMENTE CORRETTO	RIESCE A SPINGERE LA PALLA A GRANDE DISTANZA SENZA ADATTARE LA TECNICA	PUNTEGGIO TOTALE PALLEGGIO	PREPARA IL PIANO DI RIMBALZO TESO COMPATTO E DISTANTE DAL CORPO ANCHE DOPO GLI SPOSTAMENTI	GLI ARTI INFERIORI SONO IN SPINTA/IN TENUTA AL MOMENTO DEL TOCCO	SI RELAZIONA ALLA TRAIETTORIA ANTICIPANDO IL POSIZIONAMENTO DEI PIEDI	ORIENTA IL PIANO DI RIMBALZO CON LE SPALLE	ACCOMPAGNA LA PALLA CON IL PIANO DI RIMBALZO DURANTE IL TOCCO	PUNTEGGIO TOTALE BAGHER	LA SEQUENZA DEGLI APPOGGI DELLA RINCORSA E' CORRETTA	IL RITMO DEGLI APPOGGI DELLA RINCORSA E STACCO E' CORRETTO	L'AZIONE DI STACCO E' BREVE CON APPOGGI IN RAPIDA SUCCESSIONE	I PIEDI ALLO STACCO SONO POSIZIONATI CORRETTAMENTE E IN ANTICIPO RISPETTO ALL'ASSE CORPOREO	CONTROLLA LA VERTICALITA' DEL SALTO SU RICHIESTA	PUNTEGGIO TOTALE ATTACCO RINCORSA	ANTICIPA LO SLANCIO DELLE BRACCIA E IL CARICAMENTO PER IL COLPO NELLO STACCO	INIZIA L'AZIONE DI COLPO DELLA PALLA MENTRE IL CORPO SALE	L'AZIONE DEL BRACCIO SX ASSECONDA IL SALTO E STABILIZZA IL CORPO NEL COLPO	GOLPISCE LA PALLA LASCIANDO ANDARE IL BRACCIO E SCARICANDO IL COLPO	DIREZIONA IL COLPO ACCELERANDO IL MOVIMENTO DEL BRACCIO E ANTICIPANDO IL COLPO	PUNTEGGIO TOTALE ATTACCO COLPO	PUNTEGGIO PARZIALE DIDATTICA
								0						0						0						0	0
								0						0						0						0	0
								0						0						0						0	0
								0						0						0						0	0

Valutazione: 0 = aspetto assente o errato – 1 = aspetto non bene identificabile – 2 = aspetto presente non stabile - 3 aspetto presente e stabile



La scheda riassuntiva - promemoria

PALLEGGIO D'ALZATA					BAGHER DI RICEZIONE					ATTACCO COLPO					INTERVENTI DIFENSIVI					ESERCITAZIONI DI GIOCO				
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
LA SPINTA DELLE MANI E' AUTONOMA DALLA SPINTA DEGLI ARTI INFERIORI	L'ALZATA E' COSTANTEMENTE ORIENTATA AL BERSAGLIO	SA DIFFERENZIARE LE TRAIETTORIE DI ALZATA IN ALTEZZA E VELOCITA' DI USCITA	LE MANI RESTANO STABILMENTE CORRETTE NELLE ALZATE DI PALLA ALTA	DENOTA EVIDENTE TENDENZA AD ASSUMERSI RESPONSABILITA' DI 2° TOCCO	USA I PIEDI E GLI ARTI INFERIORI IN MODO FUNZIONALE NEGLI SPOSTAMENTI	SI RELAZIONA AL SERVIZIO SENZA MODIFICARE LE PRIORITA' DEL PIANO DI RIMBALZO	ADATTA IL BAGHER IN MODO RAPIDO E PRECISO ALLA TRAIETTORIA DEL SERVIZIO	IL BAGHER E' STABILMENTE ATTIVO VERSO LA PALLA	DENOTA EVIDENTE TENDENZA AD ASSUMERSI RESPONSABILITA' DI RICEZIONE	ANTICIPA LO SLANCIO DELLE BRACCIA E IL CARICAMENTO PER IL COLPO NELLO STACCO	INIZIA L'AZIONE DI COLPO DELLA PALLA MENTRE IL CORPO SALE	L'AZIONE DEL BRACCIO SX ASSECONDA IL SALTO E STABILIZZA IL CORPO NEL COLPO	COLPISCE LA PALLA LASCIANDO ANDARE IL BRACCIO E SCARICANDO IL COLPO	DIREZIONA IL COLPO ACCELERANDO IL MOVIMENTO DEL BRACCIO E ANTICIPANDO IL COLPO	USA I PIEDI E GLI ARTI INFERIORI IN MODO FUNZIONALE NELLO SPOSTAMENTO E NEL PIAZZAMENTO	RICONOSCE GLI ANGOLI DI PIEGAMENTO DEGLI ARTI INFERIORI IN RELAZIONE ALLA SITUAZIONE	GESTISCE LE SITUAZIONI DI COMPRESSIONE E COMPRESSIONE SPINTA DURANTE GLI INTERVENTI	CONTROLLA LA PRESA DI CONTATTO CON IL TERRENO CON LE TECNICHE DI SGVOLAMENTO ADEGUATE BILATERALI	SPEZZA IL PIANO DI RIMBALZO IN FUNZIONE DELLA TRAIETTORIA E INTENSITA' DELLA PALLA	GESTISCE IN MODO ADEGUATO LE TECNICHE DI BAGHER IN SITUAZIONE	GESTISCE IN MODO ADEGUATO LE TECNICHE DI PALLEGGIO IN SITUAZIONE	UTILIZZA IN MODO CORRETTO ED EFFICACE LA TECNICA DI SCHIACCIATA (ATTACCO) IN SITUAZIONE	RICONOSCE E GESTISCE LE SITUAZIONI DI CONTRAPPOSIZIONE TATTICA CON L'AVVERSARIO	SEGUE IL GIOCO CON CAPACITA' DI ANTICIPAZIONE
PALLEGGIO DIDATTICO					BAGHER DIDATTICO					ATTACCO RINCORSA					MURO					BATTUTA				
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
APPRE BENE LE MANI NELL'APPROCCIO ALL'ESECUZIONE DEL PALLEGGIO	PALLEGGIA AVANTI E DIETRO SENZA MODIFICARE LA POSIZIONE PRIMA DEL TOCCO	SPOSTA I PIEDI E SI RELAZIONA ALLA TRAIETTORIA ANTICIPANDO IL POSIZIONAMENTO CON TUTTO IL CORPO	SI POSIZIONA SOTTO LA PALLA IN ARRIVO IN MODO STABILMENTE CORRETTO	RIESCE A SPINGERE LA PALLA A GRANDE DISTANZA SENZA ADATTARE LA TECNICA	PREPARA IL PIANO DI RIMBALZO TESO COMPATTO E DI STANTE DAL CORPO ANCHE DOPO GLI SPOSTAMENTI	GLI ARTI INFERIORI SONO IN SPINTA IN TENUTA AL MOMENTO DEL TOCCO	SI RELAZIONA ALLA TRAIETTORIA ANTICIPANDO IL POSIZIONAMENTO DEI PIEDI	ORIENTA IL PIANO DI RIMBALZO CON LE SPALLE	ACCOMPAGNA LA PALLA CON IL PIANO DI RIMBALZO DURANTE IL TOCCO	LA SEQUENZA DEGLI APPOGGI DELLA RINCORSA E' CORRETTA	IL RITMO DEGLI APPOGGI DELLA RINCORSA E STACCO E' CORRETTO	L'AZIONE DI STACCO E' BREVE CON APPOGGI IN RAPIDA SUCCESSIONE	I PIEDI ALLO STACCO SONO POSIZIONATI CORRETTAMENTE E IN ANTICIPO RISPETTO ALL'ASSE CORPOREO	CONTROLLA LA VERTICALITA' DEL SALTO SU RICHIESTA	CONTROLLA LE POSTURE DI ATTESA E LA DISTRIBUZIONE DEL CARICO PER L'ANTICIPO DELLO SPOSTAMENTO	RISPETTA IL TIMING DI AZIONE SENZA PERDERE CONTROLLO NELLA SEQUENZA E NELLA FLUIDITA' DEGLI APPOGGI	PADRONEGGIA TECNICHE ADEGUATE DI SPOSTAMENTO E LE LORO COMPONENTI RISPETTO ALLA SITUAZIONE	CONTROLLA L'AZIONE DELLE BRACCIA ED IL TEMPO DI USCITA ATTIVO SOPRA LA RETE	ORIENTA E CONTROLLA IL PIANO DI RIMBALZO IN MODO FUNZIONALE ALLA TATTICA SCELTA ED ALL'ATTACCANTE	ASSUME UNA POSTURA CORRETTA IN FASE DI PREP. NE DEL SERVIZIO ED IN RELAZIONE ALLA TECNICA UTILIZZATA	CONTROLLA IL LANCIO DELLA PALLA IN MODO ADEGUATO ALLA TECNICA UTILIZZATA (AZIONE ARTO DI LANCIO)	CONTROLLA L'ARTO DI COLPO IN MODO SEGMENTARIO STABILIZZANDO LA TRAIETTORIA DI USCITA	E' IN GRADO DI GESTIRE LA DISTANZA E L'ORIENTAMENTO DELLA BATTUTA	E' IN GRADO DI GESTIRE IL PASSAGGIO DELLA PALLA SULLA RETE E LA PROFONDITA' DELLA TRAIETTORIA IN BATTUTA



PALLEGGIO DIDATTICO

APRE BENE LE MANI NELL'APPROCCIO

1 ALL'ESECUZIONE DEL PALLEGGIO

**PALLEGGIA AVANTI E DIETRO SENZA
MODIFICARE LA POSIZIONE PRIMA DEL**

2 TOCCO

**SPOSTA I PIEDI E SI RELAZIONA ALLA
TRAIETTORIA ANTICIPANDO IL**

3 POSIZIONAMENTO CON TUTTO IL CORPO

SI POSIZIONA SOTTO LA PALLA IN ARRIVO IN

4 MODO STABILMENTE CORRETTO

RIESCE A SPINGERE LA PALLA A GRANDE

5 DISTANZA SENZA ADATTARE LA TECNICA



PALLEGGIO D'ALZATA

LA SPINTA DELLE MANI E' AUTONOMA DALLA
1 SPINTA DEGLI ARTI INFERIORI

L'ALZATA E' COSTANTEMENTE ORIENTATA AL
2 BERSAGLIO

SA DIFFERENZIARE LE TRAIETTORIE DI ALZATA
3 IN ALTEZZA E VELOCITÀ DI USCITA

LE MANI RESTANO STABILMENTE CORRETTE
4 NELLE ALZATE DI PALLA ALTA

DENOTA EVIDENTE TENDENZA AD ASSUMENRSI
5 RESPONSABILITA' DI 2° TOCCO



BAGHER DIDATTICO

- PREPARA IL PIANO DI RIMBALZO TESO COMPATTO
E DISTANTE DAL CORPO ANCHE DOPO GLI**
- 1 SPOSTAMENTI**
- GLI ARTI INFERIORI SONO IN SPINTA/IN TENUTA AL**
- 2 MOMENTO DEL TOCCO**
- SI RELAZIONA ALLA TRAIETTORIA ANTICIPANDO IL**
- 3 POSIZIONAMENTO DEI PIEDI**
- 4 ORIENTA IL PIANO DI RIMBALZO CON LE SPALLE**
- ACCOMPAGNA LA PALLA CON IL PIANO DI**
- 5 RIMBALZO DURANTE IL TOCCO**



BAGHER DI RICEZIONE

**USA I PIEDI E GLI ARTI INFERIORI IN MODO
1 FUNZIONALE NEGLI SPOSTAMENTI**

**SI RELAZIONA AL SERVIZIO SENZA MODIFICARE
2 LE PRIORITA' DEL PIANO DI RIMBALZO**

**ADATTA IL BAGHER IN MODO RAPIDO E PRECISO
3 ALLA TRAIETTORIA DEL SERVIZIO**

**IL BAGHER E' STABILMENTE ATTIVO VERSO LA
4 PALLA**

**DENOTA EVIDENTE TENDENZA AD ASSUMERSI
5 RESPONSABILITA' DI RICEZIONE**



ATTACCO RINCORSA

LA SEQUENZA DEGLI APPOGGI DELLA RINCORSA E'

1 CORRETTA

IL RITMO DEGLI APPOGGI DELLA RINCORSA E STACCO

2 E' CORRETTO

L'AZIONE DI STACCO E' BREVE CON APPOGGI IN

3 RAPIDA SUCCESSIONE

I PIEDI ALLO STACCO SONO POSIZIONATI

CORRETTAMENTE E IN ANTICIPO RISPETTO ALL'ASSE

4 CORPOREO

CONTROLLA LA VERTICALITA' DEL SALTO SU

5 RICHIESTA



ATTACCO COLPO

ANTICIPA LO SLANCIO DELLE BRACCIA E IL
1 CARICAMENTO PER IL COLPO NELLO STACCO

INIZIA L'AZIONE DI COLPO DELLA PALLA MENTRE IL
2 CORPO SALE

L'AZIONE DEL BRACCIO SX ASSECONDA IL SALTO E
3 STABILIZZA IL CORPO NEL COLPO

COLPISCE LA PALLA LASCIANDO ANDARE IL
4 BRACCIO E SCARICANDO IL COLPO

DIREZIONA IL COLPO ACCELERANDO IL MOVIMENTO
5 DEL BRACCIO E ANTICIPANDO IL COLPO



MURO

1 CONTROLLA LE POSTURE DI ATTESA E LA DISTRIBUZIONE DEL CARICO PER L'ANTICIPO DELLO SPOSTAMENTO

2 RISPETTA IL TIMING DI AZIONE SENZA PERDERE CONTROLLO NELLA SEQUENZA E NELLA FLUIDITA' DEGLI APPOGGI

3 PADRONEGGIA TECNICHE ADEGUATE DI SPOSTAMENTO E LE LORO COMPONENTI RISPETTO ALLA SITUAZIONE

4 CONTROLLA L'AZIONE DELLE BRACCIA ED IL TEMPO DI USCITA ATTIVO SOPRA LA RETE

5 ORIENTA E CONTROLLA IL PIANO DI RIMBALZO IN MODO FUNZIONALE ALLA TATTICA SCELTA ED ALL'ATTACCANTE



INTERVENTI DIFENSIVI

USA I PIEDI E GLI ARTI INFERIORI IN MODO FUNZIONALE

1 NELLO SPOSTAMENTO E NEL PIAZZAMENTO

RICONOSCE GLI ANGOLI DI PIEGAMENTO DEGLI ARTI

2 INFERIORI IN RELAZIONE ALLA SITUAZIONE (POSTURE)

GESTISCE LE SITUAZIONI DI COMPRESSIONE E

3 COMPRESSIONE SPINTA DURANTE GLI INTERVENTI

CONTROLLA LA PRESA DI CONTATTO CON IL TERRENO

CON LE TECNICHE DI SCIVOLAMENTO ADEGUATE

4 BILATERALI

SPEZZA IL PIANO DI RIMBALZO IN FUNZIONE DELLA

5 TRAIETTORIA E INTENSITA' DELLA PALLA



BATTUTA

1 ASSUME UNA POSTURA CORRETTA IN FASE DI PREP.NE DEL SERVIZIO ED IN RELAZIONE ALLA TECNICA UTILIZZATA

2 CONTROLLA IL LANCIO DELLA PALLA IN MODO ADEGUATO ALLA TECNICA UTILIZZATA (AZIONE ARTO DI LANCIO)

3 CONTROLLA L'ARTO DI COLPO IN MODO SEGMENTARIO STABILIZZANDO LA TRAIETTORIA DI USCITA

4 E' IN GRADO DI GESTIRE LA DISTANZA E L'ORIENTAMENTO DELLA BATTUTA

5 E' IN GRADO DI GESTIRE IL PASSAGGIO DELLA PALLA SULLA RETE E LA PROFONDITA' DELLA TRAIETTORIA IN BATTUTA



ESERCITAZIONI DI GIOCO

GESTISCE IN MODO ADEGUATO LE TECNICHE DI

1 BAGHER IN SITUAZIONE

GESTISCE IN MODO ADEGUATO LE TECNICHE DI

2 PALLEGGIO IN SITUAZIONE

UTILIZZA IN MODO CORRETTO ED EFFICACE LA

3 TECNICA DI SCHIACCIATA (ATTACCO) IN SITUAZIONE

RICONOSCE E GESTISCE LE SITUAZIONI DI

4 CONTRAPPOSIZIONE TATTICA CON L'AVVERSARIO

5 SEGUE IL GIOCO CON CAPACITA' DI ANTICIPAZIONE



ATTITUDINI TATTICHE

E' IN GRADO DI MONTENERE UN COMPITO
1 TATTICO E DI ADEGUARLO ALLA SITUAZIONE

E' IN GRADO DI GESTIRE PIU' OPZIONI
TATTICHE NEL CONTESTO DI UNA SINGOLA
2 AZIONE DI GIOCO

E' IN GRADO DI CAMBIARE STRATEGIA DI
GIOCO NEL CONTESTO DEL SET O DELLA
3 GARA



ATTITUDINI "MORALI"

**E' IN GRADO DI ASSUMERSI
RESPONSABILITA' NELL'APPLICAZIONE**

1 DEL SISTEMA DI GIOCO

**E' IN GRADO DI ASSUMERSI
RESPONSABILITA' NELLA FASE FINALE DEL**

2 SET

MANTIENE LUCIDITA' NEGLI SCAMBI

3 PROLUNGATI DI GIOCO

E' IN GRADO DI EFFETTUARE SCELTE

4 TATTICHE IN AUTONOMIA



I miei recapiti

alessandro.bruni@fipavtoscana.it

**GRAZIE
DELL'ATTENZIONE
E BUON LAVORO**