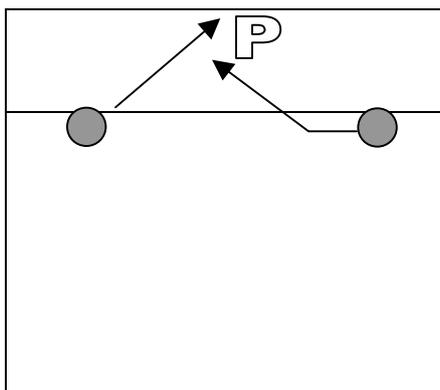
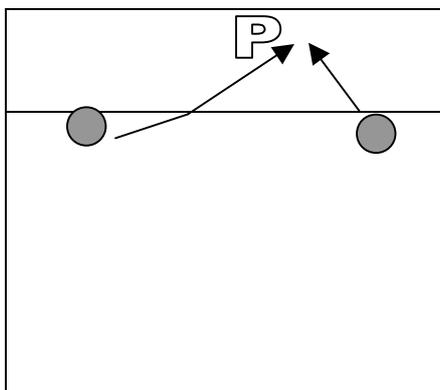


## SEGNALAZIONE SCHEMI D'ATTACCO NELLA PALLAVOLO FEMMINILE



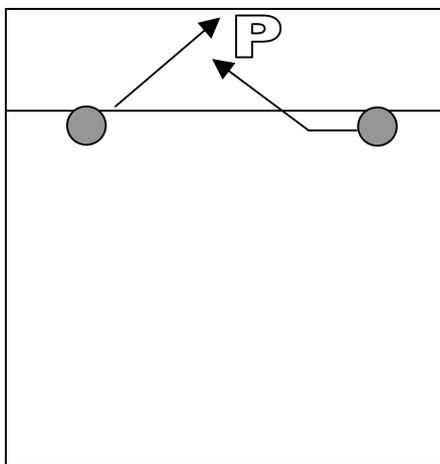
### UNO

Primo tempo avanti, vicino al palleggiatore (30/40 cm.)



### DUE

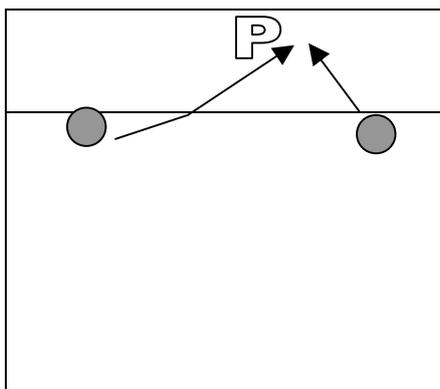
Primo tempo dietro, vicino al palleggiatore (30/40 cm.)



### TRE

Secondo tempo davanti al palleggiatore. Palla alta circa 1,5 mt. staccata 60/80 cm. da rete.

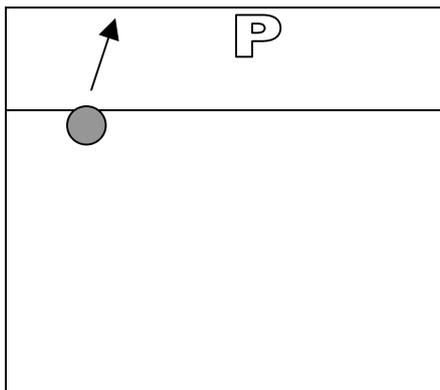
Abbinato ad un primo tempo può diventare uno schema ad incrocio.



### QUATTRO

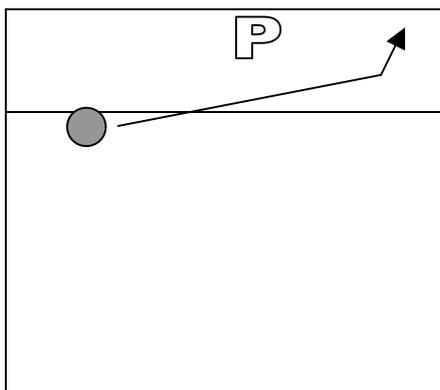
Secondo tempo dietro al palleggiatore. Palla alta circa 1,5 mt., staccata 60/80 cm. da rete.

Abbinato ad un primo tempo può diventare uno schema ad incrocio.



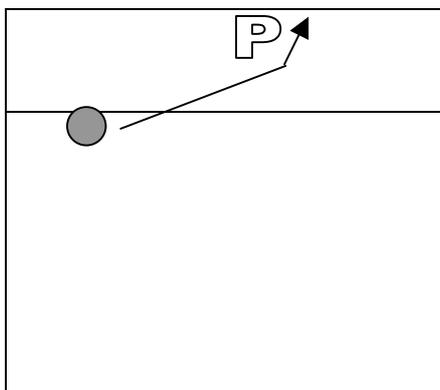
**CINQUE**

Primo tempo avanti, da attaccare a circa 2 mt. dal palleggiatore.



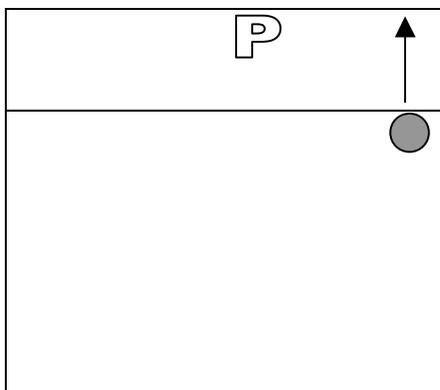
**FAST LUNGA**

Primo/secondo tempo dietro il palleggiatore, traiettoria tesa che viene attaccata in posto 2 ad 1 mt. dall'astina, con stacco ad un piede a 2 mt. circa dall'astina.



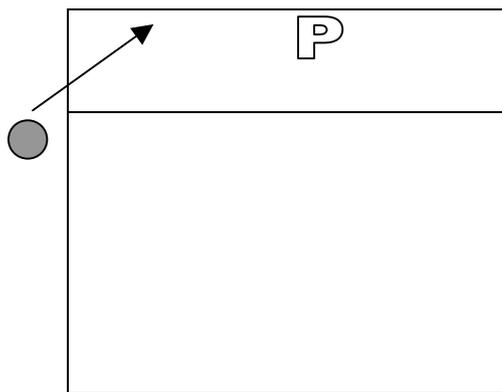
**FAST CORTA**

Primo/secondo tempo dietro il palleggiatore che viene attaccata in posto 3, con stacco ad un piede.



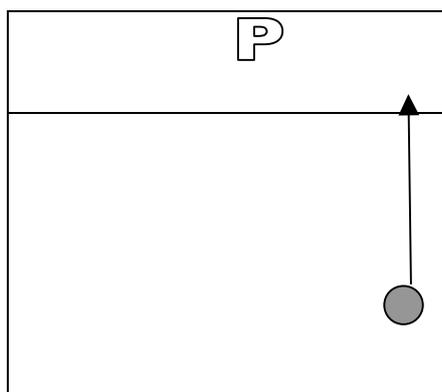
**SEI**

Secondo tempo dietro il palleggiatore. Palla alta circa 1,5 mt., staccata 60/80 cm. da rete.



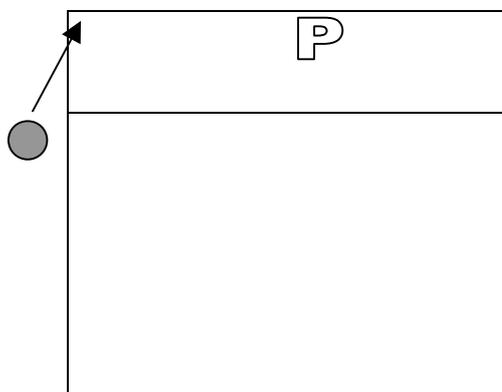
**SETTE**

Secondo tempo avanti il palleggiatore. Palla alta circa 1,5 mt., staccata 60/80 cm. da rete a circa 1,5 mt. dall'astina.



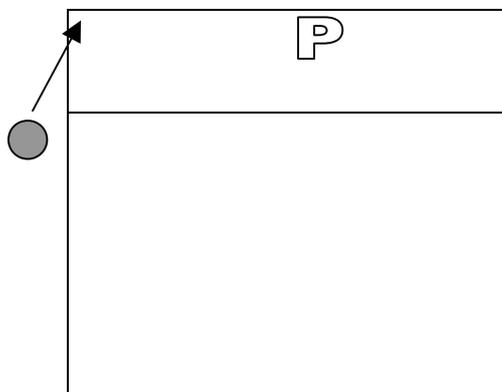
**OTTO**

Secondo tempo per attacco 2.a linea. Palla alta circa 1,5 mt., staccata 2,5 mt. da rete.



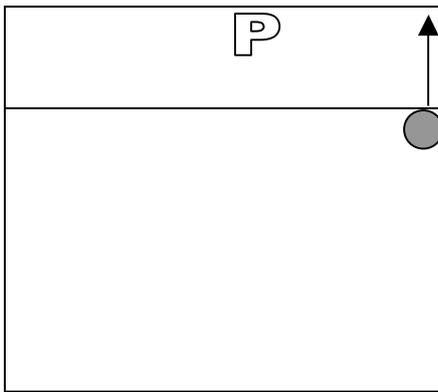
**NOVE**

Secondo tempo avanti il palleggiatore. Palla alta circa 1,5 mt., staccata 60/80 cm. da rete.



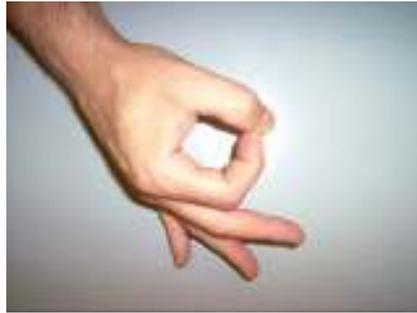
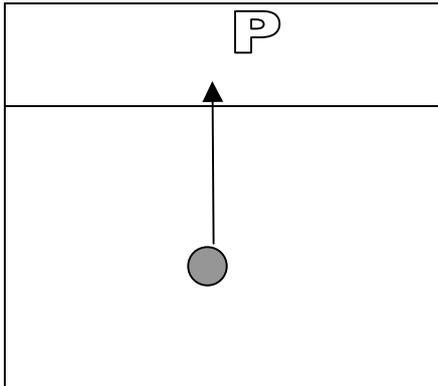
**SUPER posto 4**

Primo/secondo tempo avanti il palleggiatore. Palla alta circa 0,5/0,6 mt., staccata 50/60 cm. da rete.



**SUPER posto 2**

Primo/secondo tempo dietro il palleggiatore. Palla alta circa 0,5/0,6 mt., staccata 50/60 cm. da rete.



**ZERO (pipe)**

Secondo tempo per attacco 2.a linea. Palla alta circa 1,5 mt., staccata circa 2,5 mt. da rete.

**NOTE TECNICHE E TATTICHE**

- Quella sopra illustrata è una proposta di gestione delle chiamate del gioco d'attacco da utilizzarsi con una squadra femminile evoluta.
- Usiamo chiamate con numeri dispari avanti al palleggiatore e numeri pari dietro il palleggiatore.
- E' il palleggiatore che decide che tipo di palla servire ai suoi attaccanti sulla base delle indicazioni dell'allenatore ed in base alla sua interpretazione tattica del match; gli altri giocatori non possono ne devono interferire con queste scelte. Solo nel caso di ricostruzione su difesa l'attaccante può segnalare la sua posizione con l'esclamazione "Sl.." o simile.
- Il palleggiatore deve:
  1. innanzitutto effettuare alzate precise;
  2. liberare gli attaccanti dal muro avversario con palle veloci e combinazioni di gioco efficaci (con ricezione buona palleggiare in salto ed usare i polsi);
  3. servire palle che mettano in condizione i suoi attaccanti di sfruttare al meglio le loro caratteristiche;
  4. saper giocare contro il muro/difesa avversaria + debole.
- Le segnalazioni del palleggiatore si riferiscono sempre ad attacchi di 1° e 2° tempo da eseguirsi con ricezione o appoggio buono. Nel caso di palla brutta si esegue attacco palla alta in 3° tempo senza segnalazione preventiva.
- Come regola generale:
  - nel 1° tempo l'attaccante deve saltare prima del palleggio;
  - nel 2° tempo l'attaccante esegue passo/stacco "sul" palleggio;
  - nel 3° tempo l'attaccante esegue passo stacco dopo il palleggio (in generale passo stacco quando la palla raggiunge l'apice della parabola).

- Nelle alzate di 1° tempo, il palleggiatore deve indirizzare la palla verso la mano dell'attaccante che ha già saltato e che, caricando con gomito alto, fornisce un riferimento visivo al palleggiatore.
- Le alzate di 2° e 3° tempo devono essere sempre uguali per tutti gli attaccanti, salvo scegliere, in base alle caratteristiche dei singoli giocatori, di chiamare attacchi diversi a seconda delle circostanze; non è pensabile ad es. che il palleggiatore sia in grado di dare una 9 diversa per ognuno dei giocatori di palla alta; deve dare la 9 sempre uguale e precisa, sono poi gli attaccanti che devono trovare il giusto tempo di rincorsa.
- Con ricezione molto staccata da rete non è possibile eseguire 1° tempo; mentre con ricezione sui 2 mt., 2,5 mt. possiamo giocare un 1° tempo "forzato" scegliendo:
  - di eseguire un primo tempo con attaccante che stacca comunque appena dietro la linea che corre parallelamente alla rete e passa all'altezza dei piedi del palleggiatore (servono centrali che prendono la palla molto alta; + per maschile);
  - di eseguire un primo tempo con attaccante che stacca vicino a rete ma che si allontana orizzontalmente dal palleggiatore trasformando ad es. una UNO in CINQUE.
- Se il palleggiatore non chiama schemi diversi, con ricezione da 1° tempo gli attaccanti di palla alta in posto 2 e 4 attaccano sempre palla spinta (6 e 9).
- Il primo tempo serve anche come finta per liberare da muro a 2 gli attaccanti di posto 2 e 4; in linea generale:
  - con la 5 liberiamo l'attaccante di posto 2 o la seconda linea di posto 1;
  - con la 2 o la fast liberiamo l'attaccante di posto 4.

Diego Ubbiali