

SISTEMI DIFENSIVI NELLA PALLAVOLO FEMMINILE

(di G. Guidetti – Supervolley 2/98)

Pallavolo maschile e pallavolo femminile da sempre sono due mondi sostanzialmente molto diversi, e non solo per gli aspetti più apparenti come velocità della palla, importanza di un fondamentale rispetto all'altro, durata delle partite, potenza delle schiacciate... Piuttosto, la distanza sta nell'interpretazione vera e propria del gioco pallavolo.

Mi spiego meglio: a livello maschile, sia in campo italiano che comunque in campo internazionale, praticamente tutte le squadre giocano alla stessa maniera: ricezione a due con i martelli per la battuta "flot", a tre (raramente a quattro) per la battuta in salto, difesa sempre con 2/0/4 (o talvolta 3/0/3), battuta in salto quasi sistematica e via dicendo. Che in campo ci sia Casa Modena, o la nazionale olandese, o l'Italia, o una squadra qualsiasi di serie B, più o meno l'assetto tattico è uguale per tutti. Perché questo? Forse per una questione di modelli ben definiti, ossia squadre che per lunghi periodi hanno vinto tanto: prima gli Stati Uniti di Doug Beal, poi l'Italia di Velasco, ora l'Olanda. Fatto sta che la pallavolo maschile ha canoni ben definiti che tutti o quasi rispettano.

Nella pallavolo femminile non è affatto così. In campo internazionale esistono differenze sostanziali tra le varie nazioni sia per quanto riguarda la gestione della fase punto che quella di cambio palla. Perché succede? Difficile rispondere. Forse perché la squadra che sta vincendo più di tutte attualmente, Cuba, gioca (o almeno giocava) con il doppio palleggiatore: una formula molto difficile da emulare. O forse perché nella pallavolo femminile il singolo fa ancora troppa differenza (vedi Phipps, vedi Mireya, vedi Jelic) e così ogni squadra viene costruita intorno alla sua stella. O forse per una questione di culture pallavolistiche che a livello femminile sono più radicate e difficili da cambiare.

Ma la realtà delle cose rimane questa: nelle ultime Olimpiadi le prime tre squadre classificate (Cuba, Cina e Russia) difendevano e ricevevano con tre moduli assai diversi tra loro che andremo ora ad analizzare partendo dal **SISTEMA DI DIFESA**.

Le recenti Olimpiadi, dunque hanno proposto tre diversi sistemi di difesa vale a dire quello **RUSSO** (2/1/3 col centro mediano avanzato), quello **CUBANO** (2/1/3 col centro mediano arretrato), quello **CINESE** (2/0/4 col centro mediano ovviamente arretrato).

LA VIA RUSSA

Il **SISTEMA RUSSO**, quello adottato da sempre dall'intramontabile Karpol, viene utilizzato anche in buona parte dalla Croazia, dall'Ucraina, da molte squadre giovanili e, per esempio, anche dal Soliera in serie A2. Il concetto è semplice: due persone a muro, generalmente sulla diagonale, 3 persone in difesa "lunga" (il terzo di rete, il posto 1 e il posto 5, sia che si attacchi da 4 che da 2), una persona fissa per i pallonetti o i palloni toccati da muro (il posto 6). Generalmente il posto 6 è occupato per tre rotazioni dall'alzatore che così è molto agevolato nell'entrata e nei giri successivi dal difensore più debole, o come nel caso della Russia, dall'opposto che talvolta sceglie anche di rimanere lungo (in special modo contro attaccanti che amano colpire la palla sopra al muro). I pregi di questo sistema sono lampanti: molta chiarezza nei compiti difensivi (i difensori stanno sempre nelle stesse posizioni), molta specializzazione, palleggiatore sempre comodo all'alzata, difficoltà per l'attaccante avversario a cui viene tolto un colpo d'attacco, ossia il pallonetto. La Russia, prima dell'avvento di Cuba, ha vinto tanto e ha sempre utilizzato questo sistema, ma con questo non si può dire che la Russia vincessero solo grazie a questo sistema difensivo (anzi), e comunque Karpol non ha intenzione di cambiarlo. È un modulo difensivo che toglie di fatto una persona dalla difesa: lo puoi fare con il muro della Russia, da sempre uno dei più alti del mondo, quindi difficilmente superabile verticalmente ma solo orizzontalmente, però con muri "normali" non è proprio il massimo, anche perché

molti palloni vanno proprio a finire sopra od in mezzo al muro, in posto 6 appunto, che il più delle volte è scoperto. Inoltre è un sistema pieno di zone vuote contro una squadra che gioca molto spinto sulle bande.

Con questo modulo di difesa il sistema di muro è ovviamente quello a lettura, con una grossa predominanza, sui palloni laterali, a lasciare libera la parallela, compito difensivo del posto 1 contro attacco da 4 o del posto 5 contro attacco da 2 e da 1.

LA VIA CUBANA

Passiamo ora al **MODULO CUBANO**. Anche in questo caso, come in quello russo (non a caso entrambe le formazioni possono contare su muratrici formidabili e molto alte) esiste sempre una persona incaricata di coprire il pallonetto. A differenza dei sovietici, però, i tecnici cubani hanno stabilito che contro l'attaccante di posto 4 il pallonetto è sempre del posto 1, mentre contro l'attaccante del posto 2 il pallonetto è compito del posto 5. Dove andrà dunque il posto 6? Sicuramente starà lungo e, come si dice in gergo, raddoppierà sempre la parallela anche se in questo caso non si può parlare di raddoppio vero e proprio. Contro il posto 4, il 6 cubano si avvicina alla linea laterale di posto 1 e talvolta contro determinati attaccanti va addirittura a toccarla con il piede destro per prendere palloni puliti che passano alla destra del muratore di posto 2. Il posto 4 e il posto 5 difendono la diagonale fuori dal muro. Stessa cosa, speculare, da 2. Anche in questo caso il sistema di muro generalmente più usato è quello sulla diagonale dell'attaccante coprendo dunque la zona 6 con le mani del muro.

Pregi e difetti? Anche in questo caso c'è molta facilità per quanto riguarda i compiti difensivi, vale a dire «è sempre così», c'è poco spazio per la cosiddetta lettura. Inoltre anche qui l'attaccante avversario sa di avere a disposizione un colpo in meno, il pallonetto, e quindi è costretto a tirare sempre. Un difetto molto evidente di questo tipo di difesa è l'estrema difficoltà per il posto 6 ad arrivare sempre nella giusta posizione di difesa. Mi spiego: mettiamo che il posto 6 parta dalla zona 5/6 per difendere una possibile veloce dietro, ma il gioco si sviluppa invece con una palla tesa in banda su un attaccante per il quale si è deciso in precedenza di murare la diagonale. Risultato: la zona rimane del tutto sguarnita, sia in prima linea che in seconda linea. Inoltre contro attaccanti che giocano molto sulle mani alte o provano a passare sopra al muro, una persona in meno in difesa è un vantaggio troppo grande per la squadra avversaria. Ma è anche vera un'altra cosa: Cuba ha vinto tanto e sta continuando a vincere con questo modulo difensivo che quindi, probabilmente, rappresenta l'optimum per le caratteristiche della rappresentativa cubano. In serie A1 femminile nessuno utilizza in maniera sistematica il sistema di difesa cubano tranne, talvolta, la Cermagica Reggio Emilia, che tende ad avere quasi sempre il posto 1 corto.

LA VIA CINESE

Ed eccoci infine al **SISTEMA CINESE**, un "2/0/4" leggermente diverso da quello maschile che permette però alla Cina, squadra non dotata di grossi martelli di essere una delle più forti squadre al mondo. Ecco dunque una prima grossa differenza rispetto agli altri moduli: non esiste una persona fissa incaricata di difendere il pallonetto, ma questo non significa che il pallonetto cada anzi. Il posto 6 quindi è sempre lungo ma il suo raggio d'azione non è più, come per il posto 6 di Cuba, di 9 metri, bensì di 4 o 5 al massimo, a seconda delle scelte tattiche fatte in precedenza. Contro un attacco da posto 4, con il muro che copre la "rincorsa" dell'attaccante. Il posto 1 sarà sui 6,5 metri circa con il piede destro vicinissimo o, a volte, sopra alla linea laterale; il 4 scenderà circa sui 3,5 metri per la difesa; il posto 5 generalmente starà fuori dal muro; il posto 6 raddoppierà la parallela (vale a dire starà a 2,5/3 metri dalla linea laterale e a 7/8 metri dalla rete) oppure triplicherà la diagonale (tre metri circa dalla linea laterale, questa volta di sinistra, sempre a 7/8 metri dalla rete) per

tutti i palloni sporchi che possono passare sopra al muro. Il posto 1 è responsabile di tutta la fascia di parallela, pallonetti compresi, il posto 5 della palla forte fuori dal muro, il posto 4 della diagonale stretta o del pallonetto verso il centro del campo, il posto 6 avrà compiti diversi a seconda della tattica prestabilita.

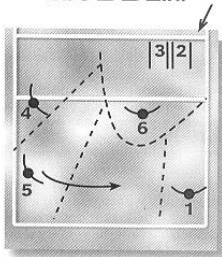
Questo metodo, che viene anche utilizzato da Velasco nell'Italdonne e che io stesso uso alla Cemar Rubiera come quasi tutti gli altri miei colleghi di club, è molto simile a quello utilizzato dallo maggior parte delle squadre maschili di club e o livello internazionale. Questo difesa, chiaramente, comporta lo cosiddetto "lettura" non solo a muro ma anche in difesa. Il difensore laterale deve leggere se l'attaccante colpirà lungolinea o effettuerà pallonetto, il terzo di rete dovrà capire se l'avversario giocherà una "diagonale" stretta oppure un pallonetto, il posto 6 dovrà prima vedere se esiste il buco in mezzo al muro da andare a coprire quindi, se il muro è compatto, optare se raddoppiare la parallela o triplicare la diagonale (quest'ultima opzione è decisamente la più usata in campo internazionale).

L'importanza dello capacità di prevedere quello che farà l'attaccante avversario è dunque decisamente alla base di questo modulo. E, ovviamente, questo sistema di giocare la fase punto prevede un lunghissimo e attentissimo lavoro di squadra per una perfetta correlazione muro-difesa, che mai come in questo caso è così fondamentale. Da allenare molto inoltre, è la capacità difensiva individuale, in modo tale che il difensore possa difendere bene ogni tipo di pallone e capire il più spesso possibile cosa sceglierà l'attaccante avversario. Sicuramente, infatti, per questo tipo di sistema occorrono giocatrici dotate di un'ottima tecnica difensiva individuale, perché nessuno viene escluso dall'azione di difesa o relegato al solo compito di difendere un eventuale pallonetto.

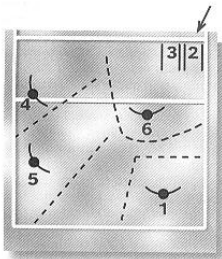
Quali di questi tre sistemi è il migliore e quale il peggiore? La Russia ha vinto tutto, Cuba attualmente non ha rivali e la Cina è sempre sul podio grazie soprattutto alla sua straordinaria difesa. Dunque apparentemente tutti e tre questi sistemi sono molto validi, anche se io preferisco decisamente il terzo perché è molto più libero, permette il contrattacco da posto 6 (così efficace nel femminile), è ordinato e compatto anche in situazione di muro a 1, permette molte più varianti tattiche e responsabilizza nell'azione di difesa ogni giocatore. Ma la realtà delle cose è che anche in questo caso, come del resto vedremo nell'assetto tattico di ricezione, ogni modulo è più o meno giusto in base agli atleti che un allenatore ha a disposizione e che alla fine, cosa ancora più importante, la vera differenza tra una difesa e l'altra sta nella tecnica individuale. Kiraly sarebbe comunque stato un fenomeno sia con la difesa italiana che con quella russa, Jenny Lang Ping, attuale tecnico dello nazionale cinese, era una fuoriclasse quando giocava in Cina e ha dimostrato di esserlo anche qui in Italia con tutto un altro sistema di gioco. Il consiglio che posso dare, quindi, è che prima di tutto bisogna imparare bene la tecnica individuale, in difesa come in ogni altro fondamentale; quindi si potrà arrivare a parlare di tattico. Una cosa comunque penso che sia chiara: ritornando al concetto iniziale, la pallavolo femminile dà molto più spazio a diverse "interpretazioni", tutte con una loro logica ben precisa.

E vedrete quanto le cose cambieranno tra le varie mentalità quando parleremo di ricezione.

RUSSIA



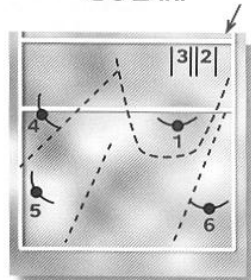
Attacco da posto 4,
muro sulla diagonale



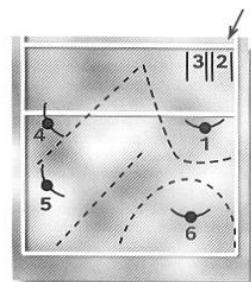
Attacco da posto 4,
muro sulla parallela

N.B.: tutti gli schemi sono disegnati
per attacchi da posto 4. La difesa su
attacco da posto 2 è speculare

CUBA

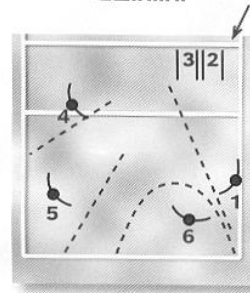


Attacco da posto 4,
muro sulla diagonale

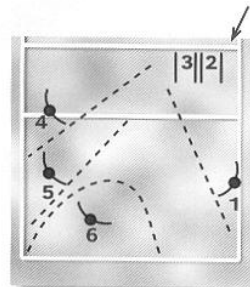


Attacco da posto 4,
muro sulla parallela

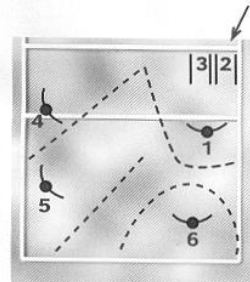
CINA



Attacco da posto 4,
muro sulla rincorsa, 6 che raddoppia



Attacco da posto 4,
muro sulla rincorsa, 6 che triplica



Attacco da posto 4,
muro sulla parallela, 6 che raddoppia