

CHIAMATE PER GLI SCHEMI DI ATTACCO

di M. Cacciatori & A. Chiappini – (Supervolley 5/02)

Cari amici di Supervolley, ho riassunto in maniera sintetica con l'aiuto del nostro viceallenatore Alessandro Chiappini le nostre abituali chiamate per l'attacco che facciamo a Bergamo.

Molti gesti sono assolutamente identici a quelli che vedete chiamare agli alzatori della maschile. Solo qualche schema può essere diverso, ma in linea di massima ormai quasi tutti i palleggiatori, anche in nazionale, seguono un codice simile. Ovviamente, lo dico per i principianti, non sono compresi qui i palloni di terzo tempo, le palle alte: sono scontate, non occorre avvertire prima gli attaccanti.

Ogni squadra, ovviamente, ha le sue differenze e piccoli segreti. Qui ho elencato il nostro sistema di attacco per i palloni più usati.

Palla 1

La palla 1 è un primo tempo giocato molto vicino alla palleggiatrice. Si indica con il dito indice.

Palla C

La palla C è un primo tempo appena più spostato rispetto alla 1, ma sempre abbastanza vicino alla palleggiatrice (palla che scorre un po' oltre il muro). Si indica con pollice e indice ricurvi.

Palla 7

La palla 7 è un primo tempo giocato a 2,5 mt circa dalla palleggiatrice (tesa al centro). Si indica con pollice e indice tesi.

Palla 2

La palla 2 è un primo tempo dietro, vicino alla palleggiatrice, staccando ad un piede. Si indica con indice e medio tesi.

Palla B

La palla b è un primo tempo dietro appena più aperto rispetto alla 2, staccando ad un piede. Si indica con indice e medio che si aprono e chiudono.

Fast

La palla fast è un primo tempo dietro, attaccato nell'ultimo metro di rete di posto 2, staccando ad un piede. Si indica con pollice e mignolo aperti.

Palla 5

La palla 5 è un secondo tempo attaccato da posto 4. Si indica con la mano aperta (cinque dita)

Palla 9

La palla 9 è un secondo tempo attaccato da posto 4 ma circa 2 mt più corta rispetto alla 5. Si indica con mano aperta pollice chiuso.

Palla 3

La palla 3 è un secondo tempo normalmente giocato in combinazione con un primo tempo (incrocio), che porta l'attaccante di posto 2 ad attaccare in posto 3. Si indica con pollice indice e medio.

Super

La palla super è una palla molto veloce attaccata da posto 4. Si indica con mano aperta in movimento (i maschi usano mignolo e pollice, come io chiamo la Fast).

Palla 0

La palla 0 (zero) è un attacco di seconda linea da posto 6. Si indica con pollice e indice uniti a formare uno 0.

Palla 8

La palla 8 è un attacco di seconda linea da posto 1. La indico col pugno.

Un pugno e una carezza

Chiamare con una sola mano ben più di dieci schemi si può. Gli alzatori riescono con sole cinque dita, utilizzando un codice internazionale, a chiamare dieci numeri. L'uno è l'indice, il due indice e medio e così via. La presenza del pollice indica i numeri dal cinque in su: quindi pollice e indice significano sette e non due. Il pugno è il dieci.

Ve lo spieghiamo perché le chiamate di Maurizia, per un accordo con le compagne, differiscono leggermente. A questi schemi ne aggiungiamo uno, anche se meno usato dalla 105 Foppapedretti; la palla A, giocata più di rado con Marcela Ritschelova. E' un primo tempo con finta di attacco in tesa (7), che si trasforma in attacco di primo tempo vicino (1 o C). Si indica con la punta delle dita accostate al pollice



La parabola del buon palleggiatore



Vi sintetizziamo qui le traiettorie ideali del pallone.

Palle avanti

- Primo tempo avanti
- Traiettoria per la palla 7, il primo tempo staccato
- Secondo tempo, una palla alta con parabola più bassa rispetto al terzo tempo
- Terzo tempo, la tipica palla alta
- Traiettoria per la super, un pallone che se non fosse intercettato dall'attaccante dovrebbe in teoria partire dritto verso le tribune

Palle dietro

- Primo tempo dietro
- Secondo tempo dietro. Se l'attaccante fosse in seconda linea la traiettoria deve essere sufficientemente alta per il suo tempo di rincorsa
- † La traiettoria ideale per attaccare la fast. Teoricamente, un'ottima alzata mantiene la palla alla stessa altezza lungo tutta la rete; consente alla centrale di colpire la palla dove vuole per mettere fuori tempo il muro che la insegue