

DAI AL TUO ATTACCO UNA RICEZIONE DI QUALITÀ

di Karch Kiraly *

* *Atleta della Squadra Nazionale USA di Pallavolo Maschile - Campione Olimpico*

Parliamo dell'attuale sistema di ricezione istituito nel 1983 da **Doug Beal**.

Il metodo dei due ricettori è stato il maggior successo per la **Nazionale Americana di Pallavolo Maschile**, ma non è stata una innovazione proprio americana.

Ho iniziato a giocare a livello internazionale nel 1977 ai mondiali juniores in Brasile e li ho scoperto che era possibile la **ricezione a due**. L'Unione Sovietica mi stupì per la sua abilità in ricezione usando solo due ricettori nel comune Beach Volley.

I sovietici usavano solo due dei quattro in quella formazione. Dominarono assolutamente tutti gli avversari, inclusi gli Usa con un livello di controllo di palla cui non avevo mai assistito in atleti così alti.

La differenza fra gli altri sistemi di ricezione a due ed il nostro è semplice: noi usiamo sempre gli stessi giocatori in ogni rotazione.

In cinque delle sei rotazioni li abbiamo anche posizionati allo stesso modo, con un giocatore a destra ed io a sinistra guardando la rete.

Questo significa che l'85 % delle volte i due giocatori stanno nella stessa zona quando gli avversari battono. Le altre squadre hanno i loro ricettori in zone diverse, con diverse persone intorno in ogni rotazione.

Ora noi abbiamo visto i molti vantaggi del sistema; ci sentiamo molto confortati perché molto raramente abbiamo cambiato posizione; ed ancora più importante, il sistema permette di usare due giocatori per fare il lavoro di cinque.

Se calcoliamo tutte le linee di prese di decisione richieste da cinque persone anziché due, vediamo che il numero di combinazione diventa straordinariamente ridotto.

Il lavoro di squadra e la riunificazione di più decisioni sono molto più semplici con due persone che con cinque.

Le aree di responsabilità sono più facilmen-

te definite con due persone. È richiesta molta meno comunicazione: un canale tra due persone comparato con undici canali per il lavoro comune di cinque persone.

I due ricettori migliorano la loro concentrazione quando tutte le prese di decisione estranee e le comunicazioni sono eliminate.

Nonostante l'obbligo della rotazione e le severe regole di sostituzione, a pallavolo è possibile un certo ambito di specializzazione.

Quando due giocatori possono concentrarsi solamente sulla ricezione, tutti gli altri possono aiutarli a decidere se il servizio è dentro o fuori da un punto più vantaggioso e possono prepararsi ad attaccare.

In questo modo anche gli altri giocatori possono concentrarsi più facilmente.

Gli altri giocatori sono liberati dall'onere della ricezione e i ricettori sono liberati da ostacoli fisici.

Uno dei vantaggi più grandi è che l'allenatore può usare esclusivamente i due ricettori migliori e con ciò può assicurarsi una più alta percentuale di ricezioni perfette.

Tutti gli altri giocatori che non ricevono, non dovranno nemmeno preoccuparsi tutte le volte che l'altra squadra proverà a colpirli sui loro punti deboli.

Questi giocatori potranno sviluppare più confidenza e concentrazione sulla potenza del loro gioco.

Se voi allenatori sentite di avere due ricettori precisi, mobili, responsabili per questo sistema e volete provarlo ecco alcune chiavi per avere successo.

Entrambi i ricettori devono essere inclusi nell'attacco.

È conveniente, ma non necessario, piazzare opposti i due giocatori nella ricezione.

È necessario essere sicuri di tirar fuori dalle sei rotazioni ogni possibile ordine di partenza che si ha in mente.

Non conosco nessuno degli attuali ricettori che possono assumersi la responsabilità di ricevere per metà campo ed andare in 1° tempo nello schema di attacco; se voi ne scoprite qualcuno per favore non fatelo giocare contro di noi!

I due ricettori devono quindi essere separati almeno da una posizione per potere avere sempre un attaccante di primo tempo anche con attacco a due.

Una volta decisa la linea da seguire, bisogna dedicare una alta percentuale del tempo di allenamento (*come noi abbiamo fatto per più anni*) a ricevere il servizio e poi immediatamente ad attaccare diversi tipi di alzate.

- a) *Ricezione a sinistra ed attacco a sinistra.*
- b) *Ricezione a sinistra ed attacco al centro.*
- c) *Ricezione a sinistra ed attacco sulla antenna di destra.*
- d) *Esercizi sulla ricezione a destra.*

Tutti gli esercizi seguono una progressione attraverso palle facili lanciate sulla rete, poi battute facili fino eventualmente ai più difficili che gli altri giocatori possono fare.

Devono essere capaci di ricevere da qualsiasi parte del campo ed attaccare da qualsiasi altra. Devono anche essere in grande condizione fisica nel caso in cui gli avversari decidessero di battere su un solo giocatore per tutta la partita.

Un altro punto chiave che questi giocatori devono imparare è quando correggere la posizione.

Se gli avversari stanno battendo solo sull'altro compagno ricettore ci si può spostare mezzo metro verso di lui mentre l'avversario sta aspettando per coprire più campo.

L'avversario può essere indotto a battere su di voi poiché avete lasciato scoperta una zona di campo più ampia, per tornare alla posizione originale nel momento in cui l'avversario si alza la palla per battere.

Talvolta gli avversari provano una strategia che ci piace. Scelgono di servire corto in prima linea pensando di poterci stancare dato che questi giocatori dovranno ricevere prima di ogni rincorsa di attacco.

Questo ci piace poiché la battuta degli avversari diventa assolutamente prevedibile.

Il punto più difficile della ricezione a due è sapere quale ricettore copre il centro del campo.

C'è voluto almeno un anno di tempo perché io e *Berzins* migliorassimo il lavoro di squadra in silenzio per evitare che la palla cada senza essere toccata.

Anche dopo avere giocato insieme per anni chiamiamo chi riceve il servizio.

Questo serve ad eliminare ogni dubbio e a non lasciare al caso, così ogni ricezione possibile è perfetta.

Il sistema è certamente più esigente sia sotto il profilo fisico che mentale specialmente se gli avversari decidono di battere su di un giocatore per tutta la partita.

Per esempio ai Mondiali, durante l'epica lotta contro i sovietici questi batterono su *Berzins* ogni volta.

Non solo ha dovuto sopportare tre ore e trentasei minuti di ricezione e attacco, ma io dovevo rimanere all'erta nei vari casi in cui un sovietico potesse erroneamente servire su di me.

Quell'incontro fu tremendamente pesante per lui fisicamente e per me mentalmente.

Il ricettore deve essere in grado di ricevere in un angolo e fare la rincorsa in diagonale per attaccare dall'angolo opposto.

Infine se gli avversari usano la battuta in salto due giocatori non possono in alcun modo coprire l'intero campo.

In questa situazione è necessaria la *ricezione a tre*. Se la vostra squadra incontra un forte battitore in salto portare un terzo ricettore in zona 1 come se stesse servendo.

La ricezione a tre è attualmente usata dalla *Nazionale Femminile USA*.

Penso che presenti gli stessi vantaggi della ricezione a due anche se ad un grado minore.

Se una squadra volesse avere qualche tipo di attacco dalla seconda linea deve liberare almeno un giocatore dai compiti della ricezione.

Attualmente a livello internazionale le donne non usano l'attacco di seconda linea come parte integrante del sistema offensivo quindi non ci vedremo molti sistemi di ricezione a due.

Le donne in virtù di una rete più bassa possono servire molto più difficile degli uomini e ricevere è più difficoltoso.

Una ricezione a due è più difficoltosa, ma ricordiamoci che niente è impossibile.

L'ALZATORE

È probabilmente il giocatore più importante in molti dei sistemi attuali, perché quasi tutti usano l'attacco con un alzatore; ma come abbiamo discusso a lungo il lavoro del palleggiatore è incredibilmente più facile con una buona ricezione.

Molti non lo hanno ancora ben realizzato, ma io, benchè non sia molto abile nel palleggiare sono orgoglioso di come la nostra squa-

dra vinse il campionato Norceca; dopo che **Jeff Stork** si infortunò ed io palleggiai nel set finale.

Tutti i punti che perdemmo furono il risultato di miei errori!

Questo significa quanto sia importante il palleggiatore quando è causa di tutti i punti con i suoi errori.

L'alzata più difficile ed importante che il palleggiatore deve padroneggiare è la palla alta per i martelli.

Questo perché gli avversari hanno più tempo per organizzare il muro e quando si è di fronte ad un muro a due o a tre l'alzata deve essere precisa.

Questo è il caso che si verifica spesso quando la squadra ha appena faticato per ottenere un buon gioco difensivo, ed ha l'opportunità di ottenere un punto.

Piazzare quell'alzata ad un metro dalla rete, piuttosto che tre, da una distanza di dieci o più metri, può fare la differenza; specialmente se vi è un attaccante basso come me che prova a fare un punto contro un grande muro!

Quando si riceve, l'attacco di una squadra è meglio strutturato e preparato di quando si è sulla difensiva; perciò l'alzatore deve essere ancora più preciso quando si offre l'opportunità di ottenere un punto. La squadra deve sviluppare un **"killer instinct"** ottenendo punti con autorità brutale ogni volta che si ha una chance.

In questo modo una squadra può macinare gli avversari e l'alzatore gioca un ruolo cruciale.

Talvolta una squadra confida troppo su uno o due attaccanti, ignorando la varietà d'attacco. Se l'incontro si prolunga, questi giocatori saranno troppo stanchi per dare il loro contributo verso la fine.

L'alzatore dovrebbe coinvolgere ciascun giocatore dell'attacco, dando una ragionevole dieta di alzate di cui sfamarsi, altrimenti il ritmo del giocatore può essere disturbato.

Confidando su un solo attaccante la squa-

dra cade in un gioco troppo elementare e prevedibile e gli avversari possono anticipare l'alzata e disporre di un muro a due o a tre ogni volta.

Un'altra cosa che riguarda l'alzatore è che cosa fa un'avversario che ha posizionato di fronte un muro a tre.

Se ci sono due giocatori enormi ed uno che cammina sotto la rete stando dritto, proverà su quello più basso!

D'altro canto se l'avversario non ha una evidente stanchezza, non avrà paura ad andare contro il muro più alto.

Il gigante può non aspettarsi questa tattica. Infine l'alzatore deve continuamente creare nuove situazioni se il gioco si scopre.

L'allenatore gioca un ruolo critico come consigliere, poiché per un giocatore è quasi impossibile valutare obiettivamente la progressione di un incontro.

L'elenco totale dei problemi potrebbe essere valutato e riesaminato durante l'incontro dell'allenatore e dal suo staff.

Le domande che si pongono possono essere:

- a) ***Chi è stato il più efficace in passato contro questi avversari?***
- b) ***Quale muro dovrebbe evitare l'attaccante e quale deve invece essere attaccato?***
- c) ***Quale attaccante è stato più efficace nell'ultima alzata?***
- d) ***Cosa sappiamo dalle ultime quattro alzate?***
- e) ***Quale è stato l'attaccante che ha iniziato nei set?***

Tirando le somme il palleggiatore deve fare il raziocinante in campo, deve essere una estensione della filosofia del suo allenatore, e deve valersi di strategie regolari e poi ripeterle a lungo fino a quando gli avversari saranno del tutto sconcertati.

Allora... la vittoria sarà matura e pronta da raccogliere.