

RICEZIONE DI SQUADRA

di A. Salinger – Traduzione a cura di B. Feltri (Hi-Tech Volley set-ott98)

FORMAZIONI PER LA RICEZIONE

Le regole di gioco permettono una grande varietà di formazioni per la ricezione.

Siccome il palleggiatore non partecipa alla ricezione, si avranno a disposizione per questa funzione i cinque restanti giocatori. In alcune formazioni, tutti e cinque i giocatori sono piazzati in maniera che ognuno abbia la possibilità di ricevere il servizio. Altre formazioni prevedono l'impiego di quattro, tre, o due giocatori nell'area in cui è più probabile che giunga il servizio avversario.

Quando considera quale formazione gli convenga usare per la ricezione, l'allenatore dovrebbe ricercare:

*Lo sfruttamento massimo del potenziale della squadra nel fondamentale della ricezione.

*L'ottenimento di una situazione favorevole ad un attacco efficace.

Siccome la ricezione è, essenzialmente, la preparazione del primo attacco, non si può considerare l'una senza l'altro.

L'allenatore deve valutare l'abilità dei suoi giocatori in ricezione e sistemarli in una formazione che sfrutti il loro talento, in conformità con la sua filosofia d'attacco.

LA PREPARAZIONE DELLA SQUADRA ALLA RICEZIONE

E' importante che ogni giocatore raggiunga la propria posizione di partenza, nell'ambito della formazione di ricezione, il più celermente possibile dopo la fine dell'azione precedente. Questo dà più tempo alla squadra per ritrovarsi, concentrarsi e organizzare l'attacco.

Nella posizione iniziale ci si prepara in tre maniere:

1. Ogni giocatore controlla se si trova effettivamente nella propria posizione rispetto ai compagni, come previsto dalla formazione di ricezione.
2. Il palleggiatore e gli attaccanti concordano fra di loro, con il codice usato dalla squadra, le modalità dell'attacco.
3. La preparazione mentale di ogni giocatore in ricezione inizia quando questo comincia a concentrarsi sul battitore.

Appena completata questa preparazione iniziale, ogni giocatore assume la postura di attesa.

Alcune squadre raggiungono la postura di attesa al segnale verbale di uno dei componenti, altre prendono lo spunto da una determinata fase dell'azione del battitore. Per evitare un eccessivo impegno fisico e mentale, il giocatore non dovrebbe assumere troppo anticipatamente la postura di attesa, e cioè prima che il battitore sia pronto per servire. Nello stesso tempo, però, il giocatore deve focalizzare il proprio sguardo sul battitore prima possibile. Ciò gli permetterà di avere maggior tempo per stimare la distanza tra il battitore e lo sfondo, e quindi perfezionare la percezione della profondità.

FORMAZIONE A "W"

La formazione a "W" è anche chiamata "ricezione a cinque", perché tutti e cinque i giocatori sono potenziali ricevitori. Questa formazione è molto usata dalle squadre femminili: alle Olimpiadi del 1984. Otto delle dieci squadre partecipanti, incluse Cina, Giappone e USA, usarono questa formazione.

Con un allenamento appropriato e disponendo degli elementi adatti, quella a "W" è la più efficace formazione di ricezione. In più è molto adattabile e si presta molto bene all'attacco, specialmente per quello in combinazione. I giocatori possono essere facilmente spostati da una parte all'altra del campo, così che un attaccante possa agire da ogni punto della rete.

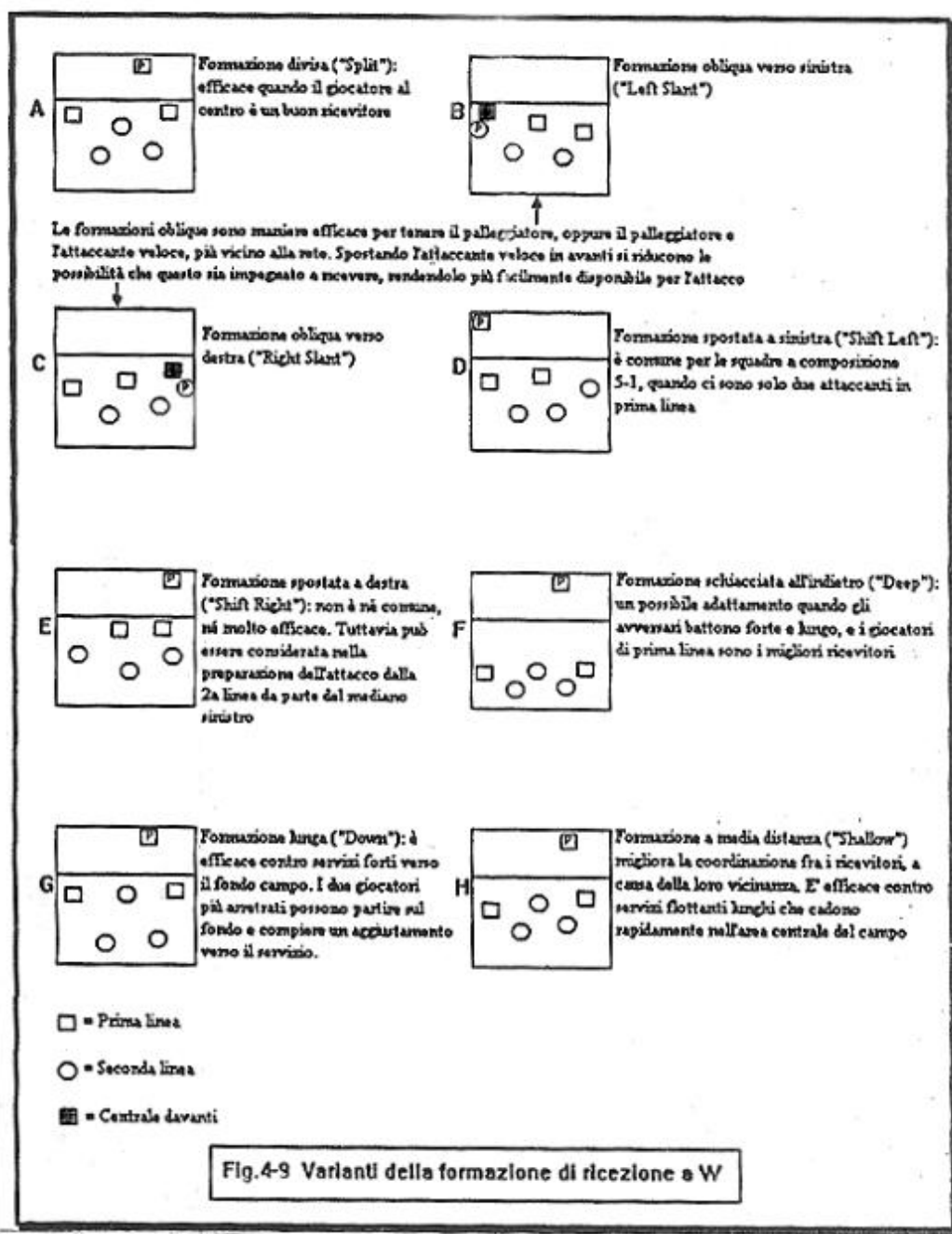
La formazione a "W", però, richiede che ogni componente della squadra sia un buon ricevitore. Richiede anche che i giocatori siano organizzati nel gestire i palloni loro assegnati nelle varie zone del campo. A causa dell'alto numero di giocatori impegnati in ricezione, si ha la creazione di molte "zone franche"; onde evitare esitazioni o collisioni fra i giocatori, le traiettoria e le aree di responsabilità devono essere chiaramente definite.

La figura 4-8 illustra la tradizionale formazione di ricezione a "W", in cui i tre ricevitori più avanzati sono ad un'uguale distanza dal battitore su un arco di cerchio; i due ricevitori dietro sono posizionati su un secondo arco di cerchio, sempre a distanza costante dal battitore.

La formazione a "W" tradizionale può essere variata sia cambiando i rapporti fra i giocatori, sia

spostandola interamente più avanti o più indietro. La figura 4-9 mostra alcune delle varianti più comuni di tale formazione. Le principali ragioni per modificare la formazione a "w" di base consistono:

1. Nel posizionare il palleggiatore di seconda linea in una posizione migliore, o per metterlo in grado di raggiungere più velocemente possibile il bersaglio primario.
2. Nel porre un attaccante di primo tempo in una posizione più prossima alla rete. Questo riduce le possibilità che debba ricevere e lo porta più vicino alla posizione di attacco. Spesso il fatto di ricevere elimina l'attaccante dal gioco veloce, o ne rallenta considerevolmente l'azione. Spostando l'attaccante veloce sotto rete lo si rende libero di pensare solamente all'attacco.
3. Nell'assegnare al miglior ricevitore l'area in cui è più probabile che arrivi il servizio, così che riceva più palloni dei ricevitori scarsi.
4. Nello spostare l'intera formazione in una posizione più avanzata o più arretrata in campo, adattandosi alle tendenze dei battitori avversari.



FORMAZIONE A "W CON SCORRIMENTO DIAGONALE"

È una modificazione della formazione a "W" standard. La squadra femminile USA delle Olimpiadi

del 1984 sviluppò e usò con successo la "W a scorrimento diagonale" per alcuni anni. Questo sistema fu sviluppato per fare da complemento alla tecnica particolare di ricezione della squadra, che è stata nella prima sezione di questo capitolo. La figura 4-10 illustra il piazzamento, l'area di responsabilità e le rotte di spostamento per ogni posizione in ricezione. Ogni giocatore è frontale rispetto al battitore. Il piede destro è più avanti del sinistro, e la spalla destra è più vicina alla rete rispetto alla sinistra (vedere "Postura di attesa" nella precedente sezione). In tal modo, i giocatori che stanno sul lato destro del campo (mediano ed ala destra) sono molto più angolati rispetto alla rete dei giocatori che stanno a sinistra (mediano ed ala sinistra). Il centro avanti è a circa 0,6-1,8 m dietro la riga dei 3 m, sulla sinistra rispetto al centro del campo. L'ala destra è posta a circa 2 m dalla riga dei 3 m, e ad altri 2 m dalla riga laterale destra. L'ala sinistra è a circa 1,8 m dalla riga dei 3 m e a 0,9-1,2 m dalla riga laterale sinistra. Il mediano sinistro è a circa 2,5 m dalla riga laterale sinistra e a circa 2 m dalla riga di fondo campo. Il mediano destro è a circa 1,8 m dalla linea di fondo e a 2,7 m da quella laterale destra. Ogni giocatore ha una specifica area di competenza che può essere percorsa secondo le rotte di spostamento designate. Queste rotte si sviluppano diagonalmente e sono assegnate in modo che i giocatori si possano muovere per il campo, e quindi allinearsi perpendicolarmente alla palla, senza entrare in collisione con i compagni. Esse derivano naturalmente dall'orientamento del giocatore nella postura di attesa.

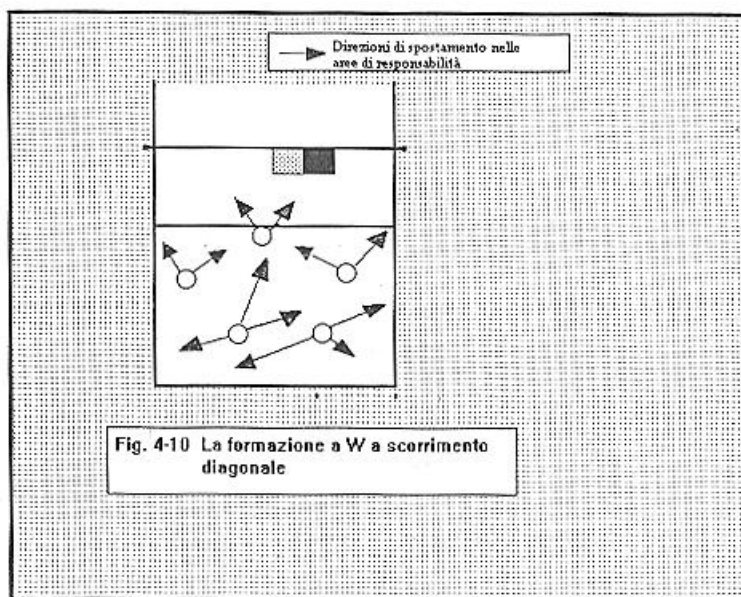
Quando si esegue un bagher di ricezione, l'azione delle braccia dovrebbe essere sempre da sinistra verso destra in senso trasversale rispetto al busto, eccetto che in quello effettuato nell'area "2" (fig. 4-6). Il centro avanti è responsabile per le palle che gli giungono davanti e per quelle che possono essere raggiunte con un passo verso sinistra. L'ala sinistra è responsabile per le palle frontali e per quelle corte che gli arrivano sui lati. L'ala destra è responsabile per le palle che gli cadono davanti ed anche per le palle corte leggermente a destra o a sinistra.

Il mediano sinistro ha le responsabilità maggiori. Deve raccogliere le palle che cadono corte oltre l'ala sinistra e il centro avanti, così come quelle che cadono fra di essi, nella sua rotta di spostamento. Inoltre è addetto alla zona compresa fra l'angolo dietro a sinistra e il centro del campo. Le palle alte che passano sopra il suo capo sono del mediano destro.

Dopo il mediano sinistro, il mediano destro è il secondo più importante ricevitore in campo. Copre l'area al di là dell'ala destra diagonalmente e deve ricevere le palle lunghe oltre il mediano sinistro, inoltre ha anche la responsabilità di tutto l'angolo destro. In generale, lo spostamento in avanti del mediano destro è limitato a un passo solo.

Considerando la posizione in campo del mediano sinistro e la dislocazione del bersaglio, sembra alla prima occhiata che debba essere il mediano destro, invece del sinistro, a ricevere le palle dirette verso il centro del campo. La Nazionale femminile USA tentò questa scelta, che non rese molto. Il problema riguardava le palle in diagonale che arrivavano sul centro. Queste palle potevano cadere corte o andare lunghe verso l'angolo destro. Il tenere il mediano sinistro per i palloni che cadono sul centro del campo libera il mediano destro dalle decisioni in merito a quali palle ricevere fra quelle lunghe e quelle corte. Quando il mediano destro vede la palla sul lato destro, slitta semplicemente verso destra. Se la palla è corta, la riceve il mediano sinistro. Se è, viceversa, lunga, sarà il mediano destro a riceverla.

Quando si ricevono palle al centro del campo, il mediano sinistro dovrebbe fare ogni tentativo per mettersi in condizione di ricevere la palla con un'azione da sinistra a destra. A volte la palla sarà troppo veloce e il mediano sinistro non potrà fare altro che estendere le braccia verso destra. In tal caso, non dovrebbe tentare di passare la palla verso il bersaglio primario (fig. 4-1), perché questa potrebbe facilmente sfuggire verso il lato destro, ma dovrebbe invece abbassare la spalla sinistra



per dirigere la palla verso il bersaglio secondario.

La ricezione è una responsabilità collettiva. Tutti i membri della squadra devono vedere e rispondere insieme alla traiettoria del servizio. Ciò include il palleggiatore, che dovrebbe fare uno sforzo consapevole per non interferire con il controllo visivo dei compagni con la palla. I giocatori che non sono impegnati a ricevere in quel momento devono mantenere sotto controllo visivo il ricevitore e seguire la traiettoria della palla verso il bersaglio.

Se un giocatore non vede la ricezione, la sua scelta di tempo sarà sbagliata e sarà fuori sincronismo col delicato meccanismo dell'attacco. Il contatto visivo con la ricezione viene mantenuto girandosi sempre dalla parte del servizio. Quindi, quando la palla arriva sul lato destro, il giocatore si dovrebbe voltare verso il lato destro, e viceversa. A volte il giocatore si troverà direttamente sulla traiettoria della palla. Quando ciò avviene, deve aprirsi seguendo quella che viene chiamata "rotta di ricezione". Se, per esempio, la traiettoria del servizio passa fra l'ala destra e la linea laterale, il giocatore non dovrebbe spostarsi verso la linea laterale, ma piuttosto girarsi in senso orario, facendo un passo all'indietro col piede destro verso il centro del campo. In tal modo, l'ala destra evita di incrociare la rotta di ricezione del mediano destro, e può mantenere il contatto visivo con la palla. Conseguentemente, come regola, quando una palla passa sul lato destro di un giocatore, egli si deve aprire verso questa direzione, facendo un passo indietro per liberare la zona. Similmente, quando la palla arriva a sinistra, il giocatore si apre verso sinistra.

I giocatori dovrebbero imparare a chiamare i loro palloni con un "Mia!", e anche a chiamare i palloni fuori o dentro. Il mediano destro dovrebbe chiamare le palle dubbie per l'ala destra e per il mediano sinistro. Il mediano sinistro dovrebbe chiamarle per l'ala sinistra e per il mediano destro. Tutti i giocatori dovrebbero essere coinvolti in questo compito.

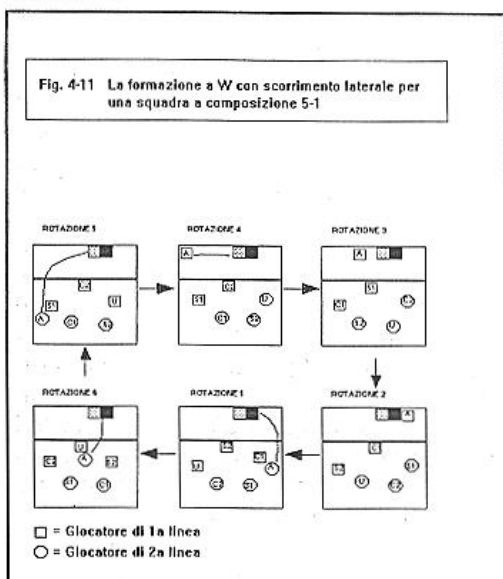
I principi descritti per questa particolare formazione a "W" possono essere applicati facilmente ad altre formazioni di ricezione a cinque giocatori, così come a formazioni con numero minore di ricevitori.

APPLICAZIONE DELLA FORMAZIONE A "W" SECONDO LA COMPOSIZIONE DELLA SQUADRA

La figura 4-11 illustra la formazione a "W obliqua" nelle sue sei rotazioni per una squadra a composizione 5-1. Si noti la posizione dell'alzatore e la traiettoria di penetrazione dalla seconda linea. Da posizione di mediano destro o di mediano sinistro, il palleggiatore dovrebbe penetrare con una traiettoria esterna, per raggiungere la rete, invece di passare tra i ricevitori di prima linea (centro avanti e ala sinistra, o centro avanti e ala destra). Questi tragitti eliminano la possibilità che il palleggiatore interferisca con la ricezione dei giocatori di seconda linea, passando davanti alla loro visuale.

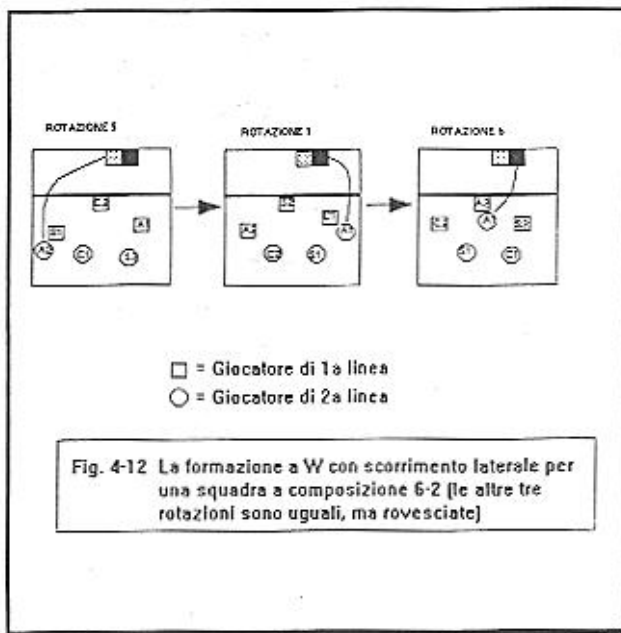
In aggiunta, nelle rotazione 2, 3 e 4, la squadra è adattata in un modello di formazione "spostata a sinistra", in cui i due attaccanti di prima linea si trovano rispettivamente al centro e a sinistra (fig. 4-9). Una formazione "divisa", con i due attaccanti ai lati, o una formazione "spostata a destra", con l'attacco dal centro e dall'ala destra, sono altre scelte possibili, in queste rotazioni, e vanno valutate

in base alle correlazioni che si creano fra ricezione e attacco. La ricezione con l'attacco dai lati dovrebbe essere considerata ogni volta che il giocatore a destra dietro nella rotazione (U, C2, A1) è un ottimo ricevitore o un pessimo ricevitore. Quando è un ottimo ricevitore, può rimanere dietro a destra, come mostrato dalla figura 4-9a. Se invece questo giocatore è un cattivo ricevitore, la squadra ha due scelte. Una, ovviamente, è quella di passare alla formazione spostata a sinistra. Ma se la squadra volesse mantenere l'attacco dai lati per ragioni tattiche (ad esempio, per eseguire una veloce dietro), il ricevitore scarso al mediano sinistro potrebbe essere nascosto di qualche grado spostandolo vicino alla riga dei 3 m, facendo arretrare il centro mediano. Generalmente, quando il ricevitore al mediano destro nella rotazione non è un buon ricevitore, è meglio usare la formazione spostata a sinistra, che porta questo ricevitore scarso nell'area "3", una zona nella quale è difficile battere efficacemente.



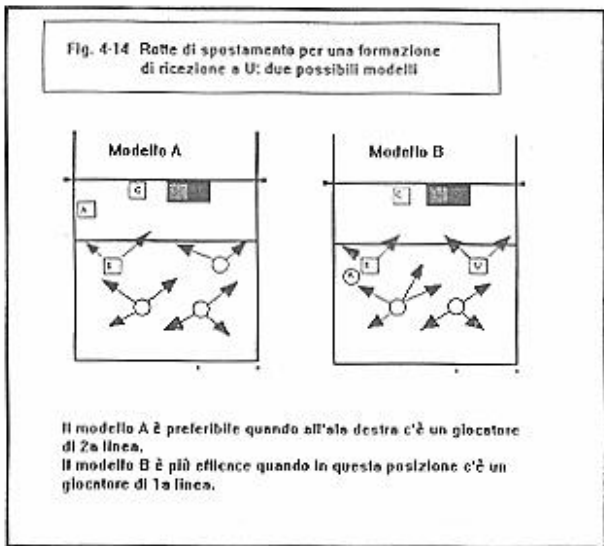
A parte le considerazioni sulla ricezione, però, l'allenatore deve anche valutare in che misura la formazione "divisa" è funzionale al suo schema d'attacco. La formazione spostata a destra deve essere adottata solo se il mediano sinistro è un forte attaccante. La formazione spostata a sinistra è usata da una squadra che ha un forte attaccante. La formazione generalmente la più osservata è quella con il mediano a sinistra. L'osservazione accurata di tutte e sei le rotazioni, mostrate nella figura 4-11, rivela che in ogni rotazione il modello di ricezione è lo stesso. L'importanza di questa osservazione sarà trattata nel capitolo "Priorità dell'attacco ricezione".

La figura 4-12 illustra la posizione della traiettoria di squadre a composizione 6-2, le altre tre rotazioni sono uguali, ma rovesciate. Come già detto, nella composizione 6-2, l'alzatore di seconda deve sempre penetrare, per utilizzare anche l'altro palleggiatore in attacco.



FORMAZIONI DI RICEZIONE CON QUATTRO GIOCATORI

Quando i giocatori sono parecchio abili o di taglia fisica notevole, può essere utilizzata una formazione di ricezione a quattro. I giocatori di alta statura occupano molto spazio, per cui hanno l'effetto di ridurre le aree scoperte in cui la squadra avversaria può servire. Inoltre generalmente coprono le aree più velocemente dei giocatori piccoli.

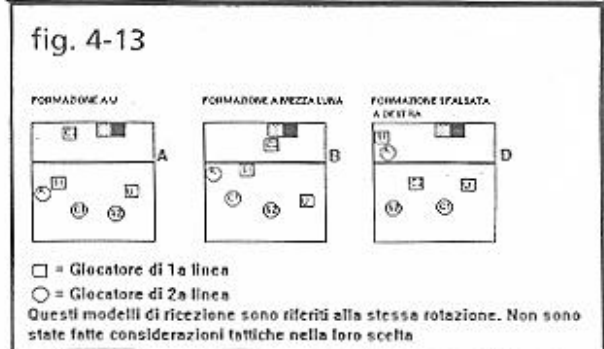


Le formazioni di ricezione a quattro sono spesso usate dalle squadre maschili. I maschi sono normalmente più rapidi delle donne e, giocando con una rete più alta, si trovano a ricevere dei servizi più lenti, con una parabola più alta rispetto a quella dei servizi femminili. Le formazioni di ricezione a quattro possono assumere diverse forme:

- Formazione a forma di "U" (fig.4-13a).
- Formazione a mezza luna (fig. 4-13b).
- Formazione sfalsata a sinistra o a destra (fig. 4-13c, d).

I vantaggi della formazione a quattro includono:

- L'eliminazione di un ricevitore scarso dalla formazione di ricezione.
- Il proteggere un attaccante dal servizio.
- Il raggruppamento in un lato del campo di due o tre attaccanti.
- Il tenere il palleggiatore più vicino alla rete.

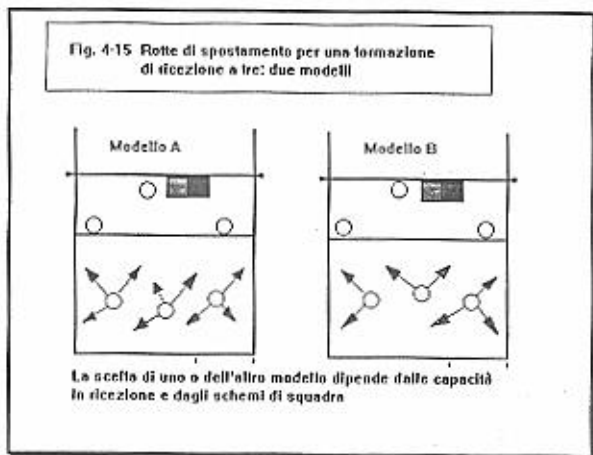


La formazione a "U" (o un'altra formazione di ricezione a quattro) può essere usata in congiunzione con la formazione a "W", nella rotazione in cui il palleggiatore è in posizione di mediano sinistro (fig. 4-13a e 4-11/rotazione 1) ed ha difficoltà ad arrivare in tempo nella sua

area di alzata sotto rete. Spostando sia l'attaccante (A1) che il palleggiatore (S1) più vicino alla rete, si aiuta quest'ultimo giocatore a raggiungere più rapidamente il bersaglio.

La figura 4-14 mostra due possibili modelli per la divisione delle competenze del campo fra i ricevitori principali organizzati in una formazione di ricezione a "U". Si noti la somiglianza delle rotte di spostamento fra questa formazione e quella a "W" con scorrimento diagonale (fig. 4-10).

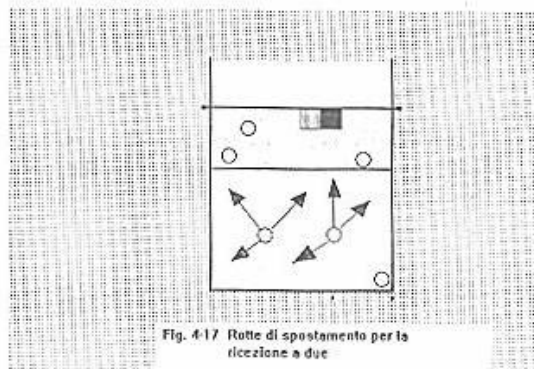
FORMAZIONI A DUE O TRE RICEVITORI



Nella ricezione a tre vengono usati solo i tre ricevitori migliori (fig. 4-15), nascondendo il palleggiatore e gli altri due giocatori, che potrebbero essere ricevitori scarsi o attaccanti veloci. L'uso della ricezione a tre offre maggior libertà nella modificazione della formazione di ricezione, e ci sono meno conflitti di competenza fra i giocatori. Però ci sono due difficoltà: la prima è che ogni ricevitore ha un maggior spazio da coprire; la seconda deriva dal fatto che spesso il palleggiatore debba partire lontano dalla rete (fig. 4-16), nel caso in cui gli stessi tre giocatori ricevano in tutte e sei le rotazioni.

Questa formazione non è molto usata tra le squadre femminili, mentre lo è tra quelle maschili. Siccome la rete femminile è più bassa, il servizio è normalmente più veloce e le donne, in generale, non sono rapide come gli uomini (benché possano essere più abili nei fondamentali). Fino alle Olimpiadi del 1976, la squadra femminile URSS utilizzò la ricezione a tre con relativo successo. La figura 4-16 mostra come adattare una formazione di ricezione a tre in maniera da ottenere solo due tipi di disposizione in campo dei ricevitori.

La formazione di ricezione periodicamente dalle Alle Olimpiadi del 1984 la ottenne molti successi questa formazione è quando gli stessi due attaccanti veloci, o dei dovrebbero essere due comunque, con il recente che proibiscono di murare utilizzo della battuta in può diventare molto vulnerabile. Semplicemente, non permette di avere abbastanza tempo di reazione perché i due ricevitori possano coprire da soli le loro aree di responsabilità.



a due (fig. 4-17) fu tentata squadre dell'est europeo. squadra USA maschile con essa. Questa particolarmente efficace giocatori ricevono sempre Per non ostruire uno degli martelli, o degli opposti, ci ricevitori principali. Ora, cambiamento delle regole il servizio, e col crescente salto, questa formazione

FORMAZIONI CON PRIORITÀ DELL'ATTACCO SULLA RICEZIONE E VICEVERSA

La ricezione e l'attacco da ricezione sono profondamente correlati. Di conseguenza, solo un'accurata scelta della ricezione e dell'attacco possono sfruttarli in pieno entrambi.

Ci sono due approcci generali nella scelta dei modelli di ricezione in una formazione a "W": il modello con "priorità della ricezione" e il modello con "priorità dell'attacco". Il primo si basa sulle capacità della squadra in ricezione. Il secondo enfatizza gli schemi di attacco della squadra. Per creare armonia tra la ricezione e l'attacco, ogni strategia di ricezione deve essere accoppiata con una filosofia complementare per l'attacco. Ci sono due concetti base per l'attacco: la strategia a tempo singolo, e la strategia a tempo multiplo. Nella strategia a tempo singolo, ogni attaccante è allenato principalmente nell'attacco su un solo tempo, o sulle alzate alte, o su quelle veloci. Quindi i centrali attaccano solo in primo tempo (alzate veloci e relativamente basse), mentre i martelli ai lati attaccano solo in secondo tempo (alzate più alte). Nella strategia a tempo multiplo, ogni giocatore della squadra deve saper attaccare bene entrambi i tempi.

Le squadre che usano l'attacco a tempo singolo devono dare la priorità all'attacco, nella stesura della formazione di ricezione. Con la strategia a tempo singolo, la formazione di ricezione deve essere concepita in maniera tale che gli attaccanti veloci siano posti vicino alla rete, prossimamente al punto da cui partirà l'alzata. Ciò riduce le possibilità che loro ricevano e li pone in condizione di attaccare più velocemente possibile. La figura 4-18 illustra le varianti della formazione di ricezione a "W", adattata per gli attaccanti veloci (si confrontino le figure 4-11 e 4-18).

Le squadre che usano la strategia a tempo multiplo possono permettersi di sfruttare al meglio le capacità di ricevere. In queste circostanze, l'allenatore sceglie un modello a "W", che sembra dare i migliori risultati in ricezione, e questo modello viene mantenuto in tutte le sei rotazioni senza speciali aggiustamenti per gli attaccanti veloci (fig. 4-11). La squadra femminile USA utilizzò la formazione a "W" con priorità alla ricezione accoppiata con la strategia dell'attacco a tempo multiplo.

Le squadre maschili usano spesso la ricezione a quattro, tre e anche due ricevitori principali. Quando la ricezione è buona (ciò avviene quando i ricevitori principali forniscono prestazioni ad alto livello di efficienza e precisione), queste formazioni permettono alla squadra di adottare il concetto dell'attacco a tempo singolo, e di mantenere lo stesso modello di ricezione in tutte le rotazioni. In queste formazioni, l'attaccante di primo tempo o l'attaccante dalla seconda linea possono sempre essere dispensati dalle responsabilità dell'attacco; in più non c'è bisogno di cambiare il modello di ricezione. Nelle formazioni con meno di quattro giocatori, il maggior peso della ricezione dovrebbe gravare sui martelli o sull'opposto. La difficoltà maggiore di queste formazioni è che spesso costringono il palleggiatore ed uno o più attaccanti di prima linea a partire lontani dalla rete (si veda la figura 4-16, rotazioni 1 e 6).

FORMAZIONI DI RICEZIONE NASCOSTE

In tali formazioni di ricezione, gli attaccanti di prima linea vengono spostati all'indietro in ricezione, per apparire agli avversari come giocatori di seconda linea (fig. 4-19). Se gli avversari non controllano accuratamente l'ordine di rotazione, potranno confondere e trascurare di murare questo attaccante nascosto. Questo tipo di formazione non può essere eseguito in maniera continuata perché gli avversari potrebbero presto accorgersene.

Uno stratagemma simile può anche essere usato per spostare un buon ricevitore dalla prima alla seconda linea, onde rimpiazzare un ricevitore scarso. Un ricevitore di seconda linea che venga posto in prima linea potrebbe essere utilizzato nello schema di attacco come finta; in questa maniera, l'attacco fa uso di quattro persone invece delle solite tre, e il muro avversario potrà confondersi.

Nella scelta degli schemi d'attacco con la ricezione nascosta, l'allenatore dovrebbe considerare il rischio momentaneo di perdere un attaccante, che potrebbe trovarsi coinvolto in una situazione d'emergenza in ricezione, essendo in una zona in cui è molto probabile che arrivi un servizio. L'allenatore dovrebbe anche considerare che quando quattro giocatori partecipano all'attacco, la copertura d'attacco diventa più complicata e meno efficiente.

Meno sono i ricevitori, e maggiore è la varietà delle possibili formazioni nascoste. Ogni squadra dovrebbe avere nel suo repertorio alcune formazioni nascoste da usare sporadicamente durante il gioco.

Ogni volta si discute di formazioni di ricezione nascoste, alcuni allenatori e giocatori cominciano a confondersi perché non hanno chiaramente capito le regole che governano i falli di posizione e l'ordine di rotazione. Molto semplicemente, queste sono le regole da ricordare:

1. Il centro avanti deve essere fra l'ala sinistra e l'ala destra.
2. Il centro avanti deve essere più avanti del centro dietro.
3. Il centro dietro deve essere fra il mediano sinistro e il mediano destro, e dietro al centro avanti.
4. Il mediano sinistro e il mediano destro devono essere rispettivamente dietro all'ala sinistra e all'ala destra.

Non si confonda ciò con quello che riguarda la posizione dei giocatori opposti (in diagonale) fra loro nell'ordine di rotazione. Talvolta è perfettamente regolare portare un giocatore di seconda linea più avanti del suo opposto. Questo è il caso del terzo esempio mostrato dalla figura 4-19, in cui A1 è più avanti di A2, anche se A2 è in prima linea. Si noti che A1 è tuttavia a destra rispetto al centro dietro (C2) ed è anche dietro al giocatore all'ala destra, che è il palleggiatore. Viceversa, A2 è posto alla sinistra di C1 e più avanti rispetto al mediano sinistro, che gioca opposto.

A più bassi livelli di gioco, specialmente nelle partite giovanili, è spesso una buona idea avvertire

l'arbitro dell'adattamento della vostra formazione nascosta prima dell'incontro. Altrimenti egli potrebbe non controllare correttamente la formazione ed erroneamente chiamare un fallo di posizione o di rotazione. Anche se l'arbitro si accorge immediatamente dell'errore e corregge la chiamata, si perde l'elemento sorpresa.

ADATTAMENTO DELLA FORMAZIONE AI DIFFERENTI TIPI DI SERVIZIO

I diversi tipi di servizio possono richiedere leggeri adattamenti sia nella tecnica che nella formazione di ricezione.

Un servizio flottante può essere ricevuto circa all'altezza delle anche. I servizi a rotazione in avanti dovrebbero essere ricevuti più vicini al suolo, più o meno all'altezza delle ginocchia. Sui servizi flottanti i piedi dovrebbero essere leggermente più larghi che sui servizi a rotazione, così che il ricevitore possa adattarsi agli imprevedibili spostamenti laterali della palla.

Un servizio a rotazione laterale dall'esterno (la palla ruota in senso antiorario) dovrebbe essere ricevuto sul lato destro del busto, con la spalla sinistra più bassa della destra; un servizio con rotazione laterale interna (la palla ruota in senso orario) dovrebbe essere ricevuta sul lato sinistro del busto.

Rispondendo a un servizio flottante che proviene dalla linea di fondo campo o da circa 2 m oltre questa linea, la formazione di ricezione dovrebbe stare lunga (fig. 4-9g). In risposta a un servizio flottante eseguito da molto lontano dal fondo campo, la formazione dovrebbe spostarsi in avanti e diventare più corta e centrale (fig. 4-9h). Per i servizi con rotazione dall'alto, che sono normalmente eseguiti dalla linea di fondo campo, i due ricevitori più arretrati dovrebbero essere a 2 m dal fondo, e la formazione dovrebbe essere completamente schiacciata. Per i servizi a rotazione dall'esterno, la stessa formazione dovrebbe spostarsi leggermente verso destra.

Il servizio in salto richiede tre ricevitori in seconda linea.

CONSIDERAZIONI SUL TEMPO

Quando si sceglie una formazione di ricezione, l'allenatore dovrebbe capire la difficoltà che richiede il coprire un'area di 81 mq. sotto severe limitazioni di tempo. Le misurazioni computerizzate fatte dal Centro di Ricerca di Coto durante i Mondiali femminili dei 1981 in Giappone, mostrarono che l'altezza media raggiunta dalla palla nella traiettoria del servizio è di circa 365 cm, e che la velocità media della palla è di circa 15,5 m/s, cioè di 58 km/h. La velocità massima media di spostamento delle giocatrici in ricezione è di circa 15,5 m/s (13 km/h).

Il lasso di tempo medio tra il rilascio della palla da parte della battitrice ed il contatto con la ricevitrice è di circa 1,2".

Usando questi dati, la figura 4-20 illustra quanta area di campo possono coprire cinque giocatrici. I cinque triangoli rappresentano le posizioni delle giocatrici in campo in una formazione a "W". I cerchi rappresentano l'area che ogni giocatrice è capace di coprire. L'area fu calcolata col presupposto che il tempo di volo della palla fosse di 1", e che la velocità media di ogni giocatrice fosse di 2,5 m/s in avanti e di 2,2 m/s all'indietro. La figura mostra che gli angoli destro e sinistro del campo, la parte centrale vicino al fondo campo, e le zone entro l'area di attacco sono particolarmente vulnerabili. Comunque, la parabola necessaria per oltrepassare la rete rende molto difficile servire una palla forte nei 3 metri.

Le osservazioni fatte durante le competizioni maschili mostrano che la velocità della palla in un servizio in salto non dà al ricevitore più di 0,85" per rispondere. Presa insieme alle recenti regole che proibiscono il muro sul servizio, la temibile velocità di questo tipo di servizio impone la necessità di ritornare a schierare in ricezione più di due uomini.