

## **La correlazione muro – difesa**

### **PREMESSA**

I meccanismi fra muro e difesa sono quanto di più complicato ci sia nella pallavolo, perché prevedono l'intervento di molti fattori, che nella maggior parte dei casi non sono codificabili; questo non vuol dire lasciare la nostra squadra sempre libera di interpretare quanto accade, ma dovremo impegnarci ed ingegnarci per sfruttare al massimo le caratteristiche dei singoli per metterle al servizio della squadra.

### **ANALISI TATTICAEI DIVERSI SISTEMI DI DIFESA IN FUNZIONE DEL MURO**

Prima di andare ad analizzare i diversi sistemi di difesa, è necessario fare una considerazione, vale a dire che tutto ciò che vedremo, sulla disposizione dei vari giocatori in campo, è da intendersi su alzate avversarie effettuate con parabole che permettano tale posizionamento.

Per comodità prenderemo in considerazione, nei primi tre sistemi, attacchi provenienti da zona 4 avversaria che, in maniera speculare, potremo adottare anche per quelli provenienti da zona 2.

### **MURO SUL LUNGOLINEA**

In particolar modo è da adottarsi, quando nella squadra avversaria, vi è un giocatore molto bravo nel mani out. Scopo del muro di zona 2, deve proprio essere quello di prestare la massima attenzione, nel non far effettuare tale colpo all'avversario. I sistemi sono due e più o meno simili.

Le uniche differenze sono nelle competenze di z1 e z6; dove nel primo caso il giocatore di z6 è posizionato lungo dietro al muro (su quanto lungo deve stare influirà l'altezza del muro di z2 e la potenza dello schiacciatore avversario) mentre il giocatore di z1, è fisso a copertura del pallonetto (uno degli errori più comuni, è quello di rimanere con i piedi perpendicolari alla linea dei tre metri, ruotando solo le spalle verso la zona di provenienza dell'attacco). Nel secondo caso la z6 va a triplicare la diagonale lunga, che nel sistema precedente era scoperta, mentre il difensore di z1 starà in una posizione intermedia, rischiando qualcosa sul pallonetto, ma pronto al recupero verso tutte le direzioni delle palle toccate dal muro.

E' preferibile non adottare questa soluzione con il muro di z2 "basso", onde evitare attacchi che vadano a cadere in una zona molto ampia e completamente sguarnita dalla difesa.

### **MURO SULLA MEZZA DIAGONALE**

Il muro deve lasciare soltanto lo spazio necessario per un attacco lungolinea, difendibile dal giocatore di z1; inoltre prevede che i difensori di z4 e z5 siano fuori dal muro sulla diagonale, e il giocatore di z6 lungo in mezzo al muro, pronto ad avanzare nel caso noti un "buco" fra i giocatori di z2 e z3. e' sicuramente la soluzione più adottata nei vari campionati poiché permette di contrastare l'avversario con più di una soluzione; ma è anche vero, che offre allo schiacciatore più di una possibilità per concretizzare in maniera positiva l'attacco. Più o meno lo stesso, avviene con un modulo molto usato nei campionati minori femminili, dove il giocatore di z6 va a difendere il lungolinea, mentre z1 è fissa sul pallonetto; la grossa controindicazione che ha tale disposizione difensiva, è dovuta al fatto che la zona di campo senza alcun giocatore è molto vasta, per cui basta un buon saltatore che attacchi sopra (non necessariamente forte) per mettere in seria difficoltà la squadra avversaria.

### **MURO SULLA DIAGONALE**

Qui il muro deve lasciare lo spazio all'attaccante avversario per poter schiacciare in una porzione di campo che va dalla linea laterale a quell'ipotetico punto di contatto che c'è tra la zona 1 e la zona 6 sulla linea di fondocampo (per quanto riguarda il lungolinea); ed un piccolo triangolo di campo sulla diagonale stretta che viene difesa dal giocatore di z4, mentre la z5 è sulla diagonale stretta fuori dal muro. Una particolare attenzione va posta al rapporto tra i difensori di z6 e z1, i quali non dovranno trovarsi sulla stessa linea ma sfalsati, questo per avere la possibilità di difendere, sia gli attacchi forti addosso, sia quelli leggermente di lato al proprio corpo. Sempre sulla diagonale, è il muro è il muro dove la differenza sostanziale col precedente, è data dal fatto che z4 va a difendere un eventuale pallonetto (ad es. dopo essere saltato su una finta veloce), z5 rimane a difendere la diagonale stretta, z6 è sulla diagonale lunga dietro al muro e il giocatore di z1 difende uno contro uno sul lungolinea un po' più ampio. Questa soluzione ha la sua controindicazione nel fatto che dopo un eventuale difesa (ad es. della zona 1), si può essere costretti a rigiocare solo con una seconda linea da posto 6, visto che il giocatore di z4 può trovarsi in una condizione non ideale per effettuare la rincorsa.

### **MURO SU ATTACCO DI 1° TEMPO**

Ci si può trovare nella condizione di uno contro uno, oppure con l'aiuto da parte degli esterni (z2 o z4). Ovviamente, a seconda di dove è avvenuto il raddoppio, o anche se c'è una scelta ben precisa da parte del nostro giocatore di z3 di esasperare il muro verso una direzione (z5 o z1), il giocatore di z6 si posiziona dalla parte opposta; mentre z1 e z5 stanno fuori dal muro sulle diagonali strette. In campo femminile, è molto meno probabile vedere un attacco chiuso nelle vicinanze dei 3 metri (cosa che invece avviene nel maschile), perciò le giocatrici di z1 e z5 devono stare con un atteggiamento il più possibile pronto ad un breve spostamento, dovuto ad una toccata del muro, della rete o ad un attacco debole leggermente spostato.

### **MURO SU ATTACCO DI 2^ LINEA**

Sull'attacco di 2^ linea proveniente da posto 6, possiamo adottare lo stesso principio adottato per il muro su 1° tempo, con l'unica variante di provare a murare sempre con tre giocatori. A questo punto i difensori di z1 e z5 devono avere la competenza di difendere le diagonali fuori dal muro, e dividersi le responsabilità su eventuali pallonetti indirizzati verso il centro del campo. Mentre z6 è posizionato lungo in mezzo al muro, pronto a recuperare gli attacchi sopra o toccati dal muro, verso tutte le direzioni. Cosa che accade anche su un attacco proveniente da z1, sul quale si è deciso di tenere la diagonale. Dove z5 e z1 difendono rispettivamente lungolinea e diagonale fuori dal muro, e z2 è responsabile della copertura del pallonetto.

### **MURO SU ATTACCO FAST**

Anche il modulo difensivo su cui teniamo il lungolinea è attuabile per contrastare un attacco dalla seconda linea di posto 1. noi però lo prendiamo in considerazione per una disposizione finalizzata a contrastare un attacco tipicamente femminile come la FAST (stacco ad un piede lontano dal palleggiatore). Tale sistema prevede un grosso anticipo nel posizionamento del muro, per evitare di arrivare "volando" verso l'astina; due persone a coprire un eventuale pallonetto e tre a difendere l'attacco forte sulla diagonale. A nostro parere, questa non è la miglior disposizione in quanto è preferibile posizionare il muro dove si concentra il maggior numero di attacchi che, tranne per qualche giocatrice, è statisticamente la zona centrale del campo. Cosa che invece accade mettendo il muro di z4 sulla diagonale, dove lo spostamento da compiere è ridotto, in modo da avere più tempo possibile per fare un notevole ingresso con le mani verso la palla. Il centrale di z3 va a prendere il pallonetto; l'altra giocatrice z2 per quanto possibile si stacca dalla rete; z1 difende uno contro uno l'attacco forte sulla diagonale stretta, mentre z5 e z6 coprono la fetta di campo sul lungolinea.

### **ESERCITAZIONI**

In tutti i fondamentali la progressione didattica è essenziale, a maggior ragione in questo caso dove, per forza di cose, ogni anno si ha a che fare con giocatrici provenienti da esperienze diverse. Se non c'è molto da lavorare sulla tecnica individuale, sicuramente lo si dovrà fare sull'insieme, sulle zone di conflitto e sulle competenze. Noi possiamo fare tutti gli esercizi analitici a gioco fermo, con attacchi da terra, dalle panche ecc..., al fine di fornire alla nostra squadra un'organizzazione di partenza, ma ciò che a noi più interessa potremo meglio ricrearlo con un lavoro globale. Perciò largo alla fantasia, tenendo ben presente su che cosa vogliamo lavorare. Ad esempio, se c'interessa perfezionare il rapporto "muro in diagonale e difesa di z5 e z6" sull'attacco FAST, facciamo un set in cui è obbligatorio il cambio palla con FAST, e diamo 2 punti per tutti i muri vincenti e per tutte le rigiocate punto arrivate da una difesa di z5 e z6; oppure, se vogliamo rimarcare ancora di più l'errore della difesa, diamo due punti all'attacco di cambio palla, ottenuto proprio su di un errore di tale coppia difensiva, e così via. Senza dimenticare che globale non significa solo giocare ma poter far lavorare la squadra in una situazione più reale possibile.

Eraldo Buonavita