

Considerazioni sulla tattica: che cosa è, come si usa, quando si usa

La progressione didattica della tecnica pura dei fondamentali, e delle azioni di gioco, costituisce un argomento di discussione già di per se, però trova mille altre accezioni se la confrontiamo alla progressione didattica della tattica. Generalmente si ritiene che la tattica sia uno strumento mediante il quale l'atleta possa gestire a suo piacimento la tecnica; riconoscendone la validità di questa affermazione; NON si può pretendere che l'atleta giovane, o anche più evoluto, possa, da un momento all'altro, USARE tatticamente le sue abilità tecniche. Né da altro canto si può pensare che la sola tattica sia sufficiente a DOMINARE la tecnica; ecco allora che è necessario rispondere immediatamente a questa domanda: prima la tecnica o la tattica? La risposta può essere una sola: entrambe devono essere curate CONTEMPORANEAMENTE, poiché l'una integra alla perfezione l'altra. Come già detto prima, non si potrà pretendere al principiante di capire ed eseguire principi tattici, data l'impossibilità tecnica a simili situazioni, tuttavia si dovrà richiedere una ripetizione NON MECCANICA, tale da consentire la nascita e lo sviluppo di una MENTALITÀ TATTICA che è il substrato indispensabile alla futura esecuzione di tecniche particolari, o di adattamenti di tecniche, RICHIESTE all'improvviso. Ad esempio: vediamo tantissimi giocatori/ici NON essere in grado di adattarsi a ciò che un avversario fa ripetutamente, in un tempo ragionevolmente breve. La causa è da ricercare nella mancata progressione di difficoltà a livello mentale che la sua crescita tecnica ha incontrato; facendogli fare le cose per ABITUDINE, senza pensare.

Come si può cominciare ad instaurare questa mentalità tattica, questo atteggiamento mentale? Innanzitutto la risposta ce la danno le caratteristiche del gruppo che alleniamo. Ad esempio, a livello di principianti potremo inserire, anziché il palleggio, il LANCIO-PRESA con OBIETTIVI TATTICI. Basterà infatti, NON FAR eseguire MECCANICAMENTE una sequenza di spostamenti, ma variarla in continuazione. Già con questo avremo attivato un atteggiamento mentale diverso nei confronti del gioco della pallavolo oltre al singolo fondamentale: il pensiero e il suo utilizzo.

In questo concetto trova spazio anche la integrazione tecnica/tattica e il loro procedere/migliorare di pari passo. Non si potrà infatti richiedere scambi diretti in palleggio/bagher fino a che non c'è una tecnica sufficiente (esempio: spostamenti a croce non in sequenza ordinata), come non si potrà richiedere una quantità di alternative troppo elevata (esempio: spostamenti a croce) fino a che non esisterà una predisposizione mentale sufficiente, NON PER FARLO BENE (sarebbe troppo facile = meccanico), ma a cercare, di farlo (sempre con l'utilizzo del pensiero).

Questi concetti (ATTEGGIAMENTO MENTALE e MENTALITÀ TATTICA) sono la base della tattica e solo la loro costante ripetizione porta a far sì che poi l'atleta RISPONDA immediatamente alle richieste, sia SUE che ESTERNE (compagni, allenatore). Da notare che lo stesso riscaldamento può, e DEVE, essere impostato su questi principi. Per esempio basterà obbligare l'atleta, una volta lanciata la palla da un altro, a dirigersi dalla parte opposta, per vedere la difficoltà di reazione (a uno schema non abitudinario). Si può applicare ciò anche a giochi con e/o senza la palla; in ogni caso, ciò che veramente è importante è che NIENTE VENGA FATTO PER ABITUDINE. I temi introduttivi fin qui esposti trovano subito applicazione in un concetto molto vasto della pallavolo: i rapporti spaziali con gli avversari (avversario si sposta in quel modo allora anche noi ci spostiamo di conseguenza) e con i compagni (difensore di posto 5 va per pallonetto quindi il resto della difesa copre la sua azione). È un concetto molto importante che DOVRA' essere ben presente negli allenamenti, sia per principianti che atleti evoluti, ovviamente in maniere diverse.

Questo UTILIZZO DELLO SPAZIO nella maniera ottimale, riveste grande importanza nella pallavolo ed è da tenere ben presente che, nonostante le dimensioni ristrette e immutabili del campo, e la stessa

posizione di campo magari sempre occupata. NON ESISTE un rapporto spaziale costante coi compagni e in dipendenza degli avversari. Ogni situazione potrà portare a delle compensazioni, in negativo e in positivo, di tale rapporto (spostamenti più a dx o più a sx) al fine unico di "giocare" al meglio (tatticamente). Come già detto prima, il fattore che scatenerà tale o tali comportamenti dovrà essere costantemente allenato e STIMOLATO. Così la "futura" comprensione del gioco avversario e le contromosse difensive scaturiranno col tempo, SOLO SE GLI ASPETTI DI STIMOLAZIONE detti in precedenza saranno stati rispettati. Questo aspetto, un pochino meccanico perché dipende dall'avversario (che rientra perfettamente nel campo visivo), è sicuramente più facile del rapporto spaziale coi compagni (occorre visione periferica). Tradotto in situazione di gioco, specialmente difensiva, significa che, se io difensore di posto 6 vedo il 5 avanzare per il pallonetto, allora dovrò coprire anche la sua zona d'origine. Tuttavia non dovrò ignorare il comportamento dell'avversario e procedere a tale spostamento solo se opportuno (la valutazione di 5 poteva anche essere errata). QUESTO E' UN ASPETTO PRIORITARIO: adattato alla situazione di gioco (ognuna è diversa), si dovrà far sì che i compagni COMPENSINO la decisione/il comportamento di un solo giocatore, sia che questo sia stato corretto o meno. Nell'aspetto difensivo questo concetto trova pratica comprensione, come nella copertura di attacco; ma è, e deve essere, applicabile a tutti i fondamentali per diventare la base del GIOCO DI SQUADRA.

Quindi l'allenamento deve contenere questi principi sin dalla giovane età, chiaramente in forme e modi adatti. Si dovranno fare tutti quei giochi che comportino necessariamente un RAPPORTO SPAZIO-TEMPORALE coi compagni/e, sia singoli che a gruppi. Predisponendo ad esempio 1 o più persone nel semicampo e facendoli muovere a piacimento, coloro o colui/lei nell'altro semicampo dovranno IMITARE oppure fare l'opposto di ciò che viene fatto dal compagno nell'altro campo. Così ho già creato un rapporto spaziale con l'avversario (perché è nel campo di lui) e non ho standardizzato una reazione al medesimo stimolo (richieste diverse: imitare o fare l'opposto). [Esempio: A in campo 1 e B in campo 2. B deve imitare A. Se A tocca angolo zona 1 anche B lo farà, oppure farà l'opposto, oppure avrà sequenze diverse] Aggiungendo 1 persona o più a svolgere le richieste di "IMITAZIONE", per esempio tenendosi per mano, introdurrà anche il rapporto coi compagni. Ci saranno quindi 2 variabili contemporaneamente più una nuova componente che è il problema SUCCESSIVO e di importanza basilare: UN COMUNE GIUDIZIO DELLE SITUAZIONI. Questo è un obiettivo che si potrà raggiungere con mesi, anni di lavoro, ma deve costituire una delle priorità del lavoro dell'allenatore. Bisogna cioè far sviluppare la singola capacità di giudizio, sia per se stessi che per gli altri, NON OPPRIMENDOLA col giudizio superiore e insindacabile dell'allenatore, ma STIMOLANDO ognuno a giudicare. In questo modo l'allenatore potrà dare una "impronta" omogenea alla MENTALITÀ TATTICA degli allievi, stimolando e magari interrogando chi non sembra farlo di per se e correggendo immediatamente chi è sulla strada sbagliata. Mai comunque imporre il proprio pensiero, ma pian piano arrivare a far sì che il METRO DI GIUDIZIO SIA UNIFORME. (Se pensiamo al gioco, le situazioni dove occorre una capacità di giudizio comune sono molteplici e frequentissime: profondità di ricezione, posizionamento difensivo, gioco d'attacco etc. etc.). Tutto ciò va COSTANTEMENTE praticato dalla più giovane età se si vuole avere poi un atleta PENSANTE e non AUTOMATICO.

SISTEMI DI GIOCO

Indipendentemente dal sistema adottato (esempio: posto 6 avanzato), E' IMPORTANTE insegnare e allenare tutte le posizioni (difensive ad esempio) a tutti i giocatori (anche evoluti, magari in precampionato). Lo si può fare nei sistemi più consoni al livello tecnico dei giocatori; dalla situazione di gioco al lancio della palla verso 2 atleti uno più lontano e uno più vicino. (Si divideranno i palloni a seconda della lunghezza: concetto fondamentale della difesa). Come già detto, l'importante è che si

IMPARI a valutare correttamente l'azione di gioco e a valutarla globalmente (la valutazione deve essere di tutti e non di un singolo poiché anche chi non sarà interessato dal primo tocco dovrà poi fare determinate cose). Per far ciò occorrerà anzitutto un grande lavoro sul singolo per migliorare il suo RAPPORTO con la palla. Nel caso della difesa sarà importante, e non è così facile ottenerlo, che si sappiano distinguere bene le traiettorie che richiedono interventi in COMPRESSIONE e quelle che richiedono l'ESTENSIONE. Si vedono infatti molti/e giocatori/ici associare difese in compressione a traiettorie che richiederebbero l'estensione e viceversa oppure palloni corti non difesi causa caduta all'indietro. L'errore di molti allenatori è di CONSIDERARE ERRATO IL GESTO TECNICO, sottovalutando invece la causa principale: il rapporto SPAZIO-TEMPORALE con l'attrezzo (palla). Ecco quindi che NON è il gesto tecnico da correggere/modificare, MA E LA RISPOSTA MOTORIA a quella situazione che non è esatta. Ecco allora che compito dell'allenatore giovanile è quello di dare il NUMERO MAGGIORE DI INFORMAZIONI POSSIBILI, per far fronteggiare all'allievo/ala gamma più vasta di situazioni che poi gli si presenteranno una volta evoluti. Ecco quindi la comparsa, dietro valutazione e differenziazione, abbastanza precoce o comunque a seguire da vicino gli altri, di tutti i colpi laterali che daranno all'allievo ORIZZONTI TECNICI/TATTICI DIVERSI. L'elemento spazio – temporale è dominante nella schiacciata ad esempio. Un rapporto corretto consentirà poi al giocatore di INTERPRETARE il gesto dell'avversario (lo riconoscerà); si ritorna quindi all'integrazione tecnico/tattica. La mentalità, tattica (atteggiamento mentale) e un corretto rapporto SPAZIO/TEMPORALE sono quindi i PRIMI PASSI VERSO LA TATTICA INDIVIDUALE. Valutazioni corrette (capacità di giudizio uniforme) DOVRANNO quindi, essere fatte nello stesso modo sia dalla 1ª linea (uomini, di muro) che dalla 2ª linea (difensori). Lo scopo è duplice: da una parte il continuo miglioramento delle capacità tattiche individuali e dall'altra l'individuazione di una tattica collettiva. E' chiaro che quest'ultima potrà essere efficiente SOLO SE i giocatori sono in grado di rispondere positivamente alle richieste tattiche (DISCIPLINA TATTICA).

Da qui il passo successivo è un'attenta analisi, a tutti i livelli, delle caratteristiche dell'avversario per impostare tatticamente una partita. Dovremo conoscere nei dettagli l'attacco avversario, le sue direzioni, la percentuale di 1º tempo con i 2 centrali separatamente, etc. etc.; inoltre una valutazione del palleggiatore avversario, e della ricezione avversaria. Di conseguenza scaturiranno le nostre contromosse difensive che richiedono quindi la sopraddetta DISCIPLINA TATTICA. A livello di singola posizione difensiva in campo, chiarita la situazione ideale per cui BISOGNA INSEGNARE più COSE POSSIBILI, è anche vero che ci sarà il difensore che si troverà più a suo agio nelle difese in estensione e chi in compressione. La difesa, pertanto, dovrà tenere conto di questi aspetti nella impostazione tattica. Analogamente il tipo di prevalenza nell'attacco avversario influenzerà le scelte della difesa. A livello femminile, la minor capacità a muro e la velocità della palla, fa sì che la difesa dei posti 1 e 5 avvenga molto più dentro al campo di quando non succeda nel maschile. Vengono infatti privilegiati gli interventi laterali piuttosto che quelli frontali. La velocità della palla lo consente; è chiaro che la didattica deve tenerne conto già dalla giovane età così come deve tenere conto di diverse tipologie di attacco. In sostanza, NON bisogna insegnare un solo tipo di partenza (più o meno arretrata) e un solo tipo di colpo, ma PARTENZE DA POSTI DIVERSI E COLPI DIVERSI in relazione alle percentuali dell'attacco avversario. Bisogna tenere bene presente però che la tattica deve essere sempre una SCELTA, e mai una disposizione meccanica di pupazzi in campo. Nella tattica di squadra deve quindi esserci sempre posto per la tattica del giocatore (MAI COSTRIZIONE, MA SEMPRE SCELTA). Questo è anche il principio che deve portare poi al posizionamento specifico difensivo (ARTE DISCIPLINATA di BRUNORO).

Simonetta AVALLE