

La pallavolo e la tecnica

*La pallavolo ha la reputazione di uno sport “tecnico”.
Cosa ricopre quest’affermazione ?*

1. Che cos’è uno sport tecnico ?

Approfondendo la questione emerge che l’uso di questo termine sottolinea che le abilità utilizzate nella pallavolo sono molto specifiche a questo gioco. In altre parole, le abilità acquisite nella vita corrente o in altri sport sono poco efficienti nel volley. Ciò implica che, in un discorso ordinario, per giocare in modo interessante, bisogna apprendere delle tecniche.

Sottoscriviamo quest’affermazione osservando che, passata la fase del novizio, c’è l’insieme di tutti gli sport ed è là che risiede il loro interesse educativo.

Se ci sono delle specificità nelle abilità utilizzate nella pallavolo, queste risiedono in obblighi specifici.

Il primo è l’obbligo di tempo legato al divieto di tenere il pallone. Vi insistiamo molto perché è il cuore del gioco e che risiede là **una posta in gioco essenziale della formazione dei giocatori.**

Tutte le tecniche della pallavolo, con la notevole eccezione del servizio, mirano a rispondere a quest’obbligo di tempo e non sono validate che in questo contesto.

L’esperienza ci mostra che i giocatori che hanno una solida esperienza nei giochi di “palla vivente” (in particolare gli sport di racchetta) si adattano più rapidamente e meglio a questa dimensione.

2. Che cos’è una tecnica ?

Si dice che qualcuno è abile quando è efficace in un compito.

Le abilità nella pallavolo sono state, come in altri sport e in altre attività umane, elaborate, modificate e selezionate nel corso della storia della pratica.

È ragionevole pensare che un giocatore che inizia la pallavolo, e che non ha mai visto giocare, utilizza gli stessi percorsi per risolvere i problemi che hanno fatto i primi giocatori della storia del volley.

Bisogna chiedergli di reinventare le soluzioni prodotte da più di un secolo di pratica? No, ben inteso. Rischierebbe di essere un pallavolista “pensionato” prima di essere un pallavolista efficace.

Le soluzioni efficaci inventate dai giocatori sono state vietate quando sembravano minacciare lo sviluppo del gioco (per esempio il muro diretto su servizio) sia modellizzate per essere trasmesse sotto forma di tecniche. È ben questa la definizione di tecnica: **un'abilità trasmessa**. Una maniera di fare efficace, affidabile, economica, che si può insegnare.

3. Insegnare il gesto perfetto ?

A rischio di impressionare, si può dire che le pratiche comportano tanta incertezza in quanto nella pallavolo il gesto perfetto non esiste!

Cioè non esiste nell'assoluto come una soluzione da riprodurre in modo identico. Faremo un'eccezione per il servizio, ma si può affermare che nel corso di un match nessun giocatore ripete due volte lo stesso gesto per la semplice ragione che non si trova mai nelle stesse costrizioni di tempo, di spazio e d'opportunità tattica.

Nello sport, si può così osservare o anche misurare dei parametri dell'azione motoria in cui i valori non sono mai identici ma in cui la combinazione ogni volta differente risponde a principi stabili.

I giocatori molto bravi sono caratterizzati dalla loro capacità di riprodurre, con regolarità, il gesto più efficace nella situazione presente. Ciò significa che essi realizzano ogni volta il miglior compromesso possibile in una situazione particolare partendo da principi permanenti che fondano l'efficacia.

Ciò significa che per insegnare la tecnica vuol dire:

- permettere agli allievi di accedere alle soluzioni efficaci accumulate nel corso della storia del gioco;
- estrarre i principi che fondano l'efficacia e i parametri sui quali essi possono giocare secondo le condizioni;
- associare ogni tecnica allo scopo mirato (il motivo dell'azione, ciò che cerco di realizzare) e alle condizioni nelle quali si agisce.

Questi principi e parametri, ci siamo sforzati di estrarli sotto forma di «riferimenti» in schede di situazioni d'apprendimento e d'osservazione. È appropriandosi di questi riferimenti che i giocatori diventano capaci di adattarsi. È necessario, piuttosto che isolare il gesto, esaminare la globalità dell'azione.

Per esempio, per una ricezione di servizio, l'analisi è la seguente:

- che cosa cerco di fare (bersaglio, altezza di traiettoria)? (lo scopo mirato è chiaro?).
- Che cosa ho fatto? (risultato dell'azione).
- Dov'ero all'inizio dell'azione? (piazamento).
- In quale momento mi sono messo in movimento? (attenzione, vigilanza, tempo di reazione).
- Com'erano i miei piedi al momento della ricezione della battuta? (orientamento, stabilità).

- Dove ho toccato il pallone in rapporto ai miei appoggi? (equilibrio, distanza).
- Su quale parte del corpo? (superficie di contatto e controllo).

Si estraggono dei principi formulabili. Per esempio:

- se impatto il pallone un po' a destra del suo asse verticale, la traiettoria è deviata a sinistra;
- se do della velocità in bagher con le braccia, modifico l'orientamento della superficie di contatto e perdo della precisione;
- se do la velocità con le gambe, posso controllare l'orientamento di questa superficie ed essere preciso.

Una delle poste in gioco più interessanti dal punto di vista educativo è fare in modo che il giocatore stesso analizzi spontaneamente la sua azione.

Abbiamo visto apparire questo comportamento molto presto, compreso nei giocatori molto giovani, a condizione di favorirlo nel procedimento di "porsi delle domande" e di feedback verso gli allievi. Se essi parlano a se stessi o tra loro, essi mimano: *"dovrei fare in questo modo"* o *"meno in quest'altro modo"*.

Le azioni sono raramente completamente riuscite o sbagliate. Nell'analisi che abbiamo utilizzato nell'esempio precedente, si possono spesso osservare degli aspetti ben gestiti e altri sbagliati. La ricerca di riproduzione di un modello del gesto perfetto, oltre a essere generalmente decontestualizzata, rinvia troppo spesso il giocatore al suo insuccesso. Per contro, l'analisi dei fattori di riuscita o d'insuccesso migliora l'impegno in un processo di padronanza progressiva ben più gratificante.

4. La tecnica o la tattica ?

La tattica è presente dall'inizio del gioco nel principiante sotto una forma elementare. *"Impedire al pallone di cadere nel proprio campo e rinviare il problema (il pallone) nel campo avversario sperando che cada"* è una tattica appagante all'inizio. La tattica risponde alla domanda: **cosa fare?** È quindi l'identificazione degli obiettivi e la loro differenziazione (contrattaccare o passare, schiacciare o pallonetto).

La tecnica risponde alla domanda: **come fare?** È quindi l'altra faccia indissociabile dell'azione di gioco. A misura che la tattica si complessifica, essa richiede la formazione di nuove abilità, l'acquisizione di nuove tecniche. Quest'acquisizione permette di aprire nuove ambizioni tattiche.

5. Vuol dire che "sport tecnico" significa "sport difficile riservato ad età più avanzate" ?

Abbiamo, in un primo documento con allievi dai 7 ai 10 anni (Bevon, Bironneau 1986: *Le volley-ball à l'école*), mostrato che non è vero. Se uno sfasamento esiste, ciò è tra la rappresentazione che si ha della pallavolo degli

adulti esperti ai quali ci si riferisce e quello che possono produrre dei bambini di età scolare primaria o secondaria.

In realtà, se non si prova a ricalcare il gioco dei bambini o degli adolescenti che iniziano sul modello esperto, la pallavolo è molto accessibile in forme di pratica adattate alle età e ai quadri d'intervento.

Pertanto, **si conserva in questa forma di pratica**, che appaiono differenti dalla pratica di riferimento (la pallavolo adulta di competizione), **l'essenziale della logica del gioco e dei problemi di gioco**. Così, l'apprendimento apre **senza rottura** verso una pratica specializzata di livello elevato.

Ci sembra importante affermare che, anche se le forme si modificano nel corso dell'evoluzione del gioco e del giocatore, nei principi di base *“niente di ciò che era vero all'inizio dell'apprendimento diventa falso se si prosegue la propria pratica”*. Per esempio, certe soluzioni come il rinvio diretto, molto efficace nei principianti in condizioni di cattivo piazzamento dei giocatori e/o di assenza di ripiazzamento del servitore, si praticano poco in un gioco evoluto poiché le condizioni non si presentano più. Tuttavia, se si presentano, questa ritorna una soluzione efficace.

Traduzione da
www.enseignerlevolleyball.com