

Volleyball: assicurare il rinvio per essere preciso

Nella 2^a media di 1° grado, i programmi sottolineano l'importanza del rinvio della palla nelle competenze attese di livello I (Francia). Alcune sistemazioni, di difficoltà progressiva, aiutano gli allievi a migliorare la percezione del gioco e il controllo del pallone.

La pallavolo è una delle rare attività collettive in cui una maldestrezza si conclude con un arresto del gioco. La traiettoria dei palloni, la disposizione in profondità della propria squadra sul campo e il tempo ridotto per toccare la palla sono tanti elementi che perturbano la presa d'informazione e la visione del gioco del principiante. L'insuccesso sentito dall'allievo è amplificato dallo sguardo degli altri. Favorire la continuità del gioco («non interrompere il dialogo»), allo scopo di mettere il giocatore in situazione di riuscita condiziona il mantenimento della motivazione. Quali forme di sistemazione, in questo spirito, favoriscono congiuntamente la percezione del gioco e il controllo del pallone per permettere a ciascuno di realizzare le sue scelte nelle condizioni ottimali?

Il procedimento

I dispositivi

Allo scopo di «assicurare il rinvio per essere precisi», un'attenzione particolare deve essere apportata alle modalità d'organizzazione delle situazioni.

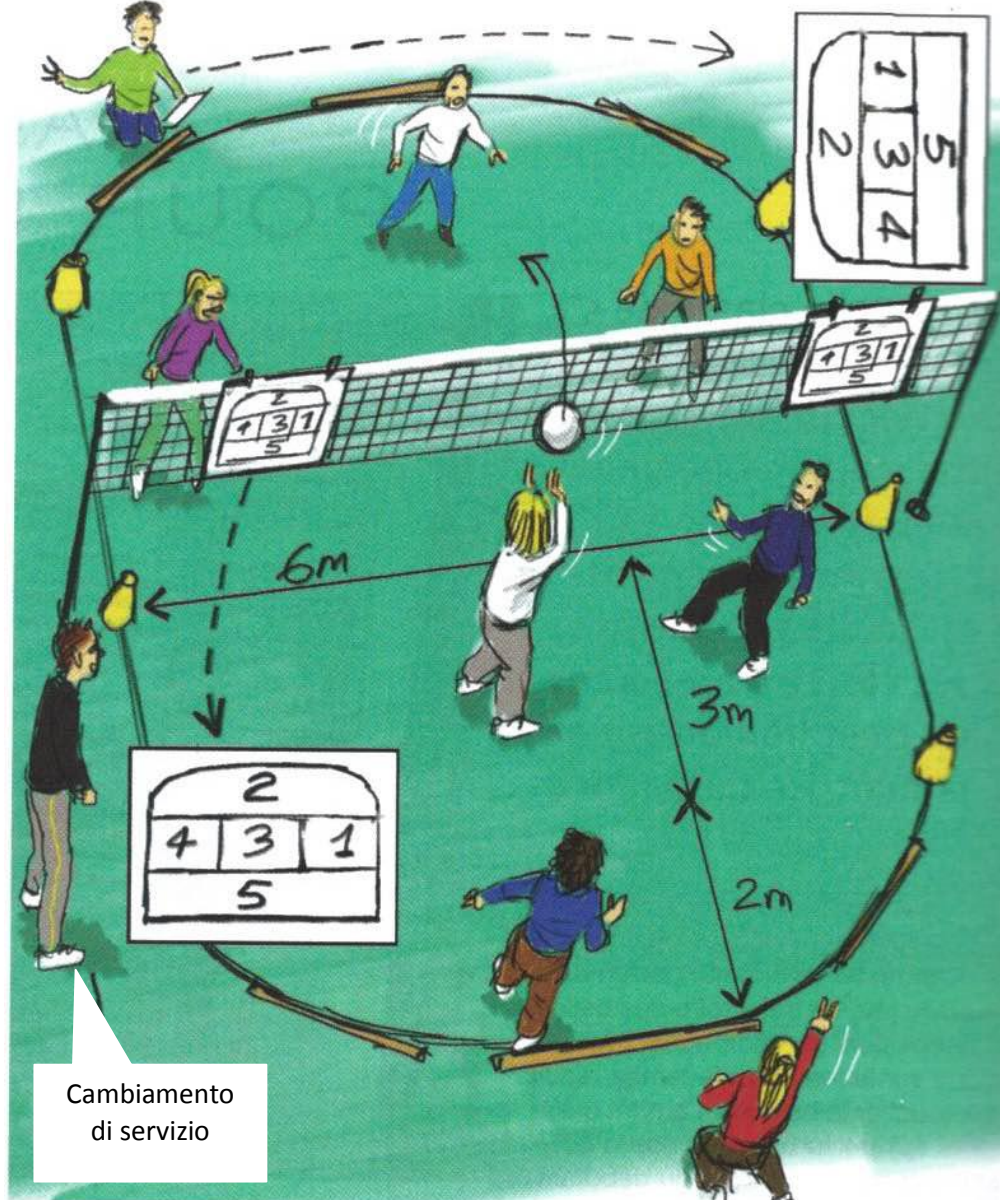
Prima parte del ciclo

Proponiamo agli allievi un'organizzazione in 1 contro 1 al fine di aiutarli a meglio percepire gli spostamenti dell'avversario così come le traiettorie del pallone¹. Tuttavia, venendo frontalmente, il pallone produce una pressione importante sulle dita. Per rimediarvi, chiediamo al giocatore: di impegnarsi a partire dalla metà del suo campo in tocco con 10 dita², di realizzare delle traiettorie di palla a campana, «passando sfiorando il soffitto»³, e di giocare attutendo con 2 tocchi di palla⁴.

Seconda parte del ciclo

Gli allievi giocano in 3 contro 3 e devono realizzare almeno un passaggio prima di rinviare il pallone sul campo avversario. Questa regola dà agli allievi il tempo di costruire collettivamente una risposta⁵. Il gioco con 2 tocchi consecutivi da parte dello stesso giocatore è progressivamente abbandonato, l'angolo descritto tra ricezione e l'invio è molto più importante che durante l'1 contro 1. Durante ciascun tocco di palla, il pallone è deviato, questa deviazione diminuisce la pressione sulle dita e favorisce automaticamente la visione del gioco: il giocatore è obbligato a prendere in considerazione i suoi compagni. Tuttavia, su un solo tocco di palla c'è meno tempo per concretizzare le proprie intenzioni. Così, al fine di facilitare questi passaggi in deviazione (palla non rinviata frontalmente rispetto al giocatore) e la presa d'informazione, noi usiamo dei metà campi più larghi che lunghi. Una zona in semicerchio è tracciata in fon-

do a ciascuna metà campo (*vedi disegno*). Questa sistemazione spaziale determina il posto di ciascun giocatore e facilita la percezione dei compagni. Limita ugualmente il timore della linea di fondo che può sentire il giocatore quando arretra, egli può ormai reperirsi grazie ai coni laterali. Tutte queste disposizioni aumentano il numero di tocchi di pallone per ciascun giocatore.



Il riscaldamento

La progressione dei riflessi miotatici (contrazioni riflesse dei muscoli innescati dai loro propri stiramenti) è da privilegiare durante il riscaldamento.

Una base di esercizi con 2 giocatori e poi con 3, costituisce una routine che determina ciascuna seduta. Questo permette di guadagnare tempo e di rendere gli allievi più autonomi. Sono ugualmente proposti degli esercizi complementari, in legame con la progressione del ciclo. Per esempio, durante un lavoro sull'organizzazione, noi chiederemo ad un giocatore di inviare il pallone successivamente in direzione di ciascun angolo del campo (in un quadrato di 3 x 3 m), poi di cambiare di posto. Due altri giocatori, piazzati sul campo, devono organizzarsi per rinviargli la palla per parecchi passaggi.

La differenziazione

Malgrado tutte queste disposizioni sono pochi gli allievi che rimangono in difficoltà (in particolare quelli che hanno avuto degli esoneri particolari). Si può autorizzare transitoriamente una ricezione a mani aperte e un rinvio in tocco con 10 dita, come al servizio. Ciò permette loro di prendere la palla a mani aperte, a condizione di tenerla «viva» (cioè non fermarla) favorisce la loro progressione e limita il sentimento di esclusione che possono sentire.

Le rappresentazioni e le competenze mirate

Lo statuto dato al tocco di palla costituisce una base per fare evolvere i codici di comunicazione nel corso del ciclo. Utilizzare (e ripetere) un linguaggio alla portata degli allievi, con numerose comparazioni e metafore in accordo con ciò che provano, permette di agire sulle loro rappresentazioni.

Per esempio:

- «lanciare il pallone per meglio piazzarsi al di sotto e vedere dov'è l'avversario», è preferito a «realizza un ammortizzamento»;
- «accompagnare il pallone verso il suolo flettendo i gomiti e piegando le ginocchia» piuttosto che «il pallone non deve toccare il suolo»;
- «far salire il pallone per poter segnare il punto» piuttosto che «difenderlo!»;
- «prendersi le mani perché la palla abbia una traiettoria più alta» piuttosto che «fare un bagher»;
- «deviare la palla per essere preciso» piuttosto che «fare un'alzata»;
- «depositare il pallone sul campo avversario» piuttosto che «attaccare!»

Lo stesso, in ciascuna situazione è essenziale che la formulazione delle competenze attese sia in fase⁶ con la rappresentazione del gioco. Queste competenze devono essere uscite dalle relazioni vissute dall'allievo e della interpretazione che ne ha. Producono nuovi riferimenti che vanno a stimolarlo nella sua progressione. Appaiono più o meno esplicitamente attraverso i loro fondamenti durante i bilanci seguenti lo svolgimento del ciclo.

Per esempio:

- assicurare solo un rinvio in situazione di 1 contro 1;
- fare 2 tocchi successivi del pallone per rinviarlo;
- fare 2 tocchi con il pallone per farlo scendere nel luogo auspicato;
- spostarsi rapidamente sugli avampiedi per arrivare equilibrato sotto il pallone; lasciarlo mettere sulla punta delle dita per rinviarlo;
- far salire il pallone per gli altri in situazione di 3 contro 3;
- in parecchi, fare salire il pallone parecchie volte per meglio farlo discendere nel luogo auspicato;
- organizzarsi per assicurare il rinvio e mettere l'altra squadra in difficoltà.

Queste competenze, tradotte in parecchi criteri con indicatori non descrittivi, non usciti da una «contabilità scientifica» sfociano nel momento opportuno su una valutazione comprensibile (*vedi riquadro*).

Situazione in 3 contro 3: «i maestri del gioco»

Conservare una «suspense calcolata» permette ai giocatori di aderire alle situazioni aiutandoli a gestire l'incertezza.

Scopo

«Farsi dei passaggi per inviare il pallone in una zona determinata in anticipo».

Organizzazione

In ciascuna squadra, un «maestro di gioco» è seduto dietro la linea di fondo del campo avversario. Per le 2 squadre, un piano del campo avversario è sospeso con delle pinzette a destra e a sinistra della rete. Esso indica le zone da raggiungere che sono numerate da 1 a 5. Il «maestro di gioco» possiede lo stesso piano della sua squadra ma disegnato in senso contrario (*vedi disegno*).

A ciascun cambiamento di servizio (ogni 3 servizi), il «maestro di gioco» indica con le dita il numero dalla zona da raggiungere. Sul suo piano, cancella la casella corrispondente ciascuna volta che la sua squadra raggiunge la zona indicata e segna 1 punto (che il pallone sia toccato o no dall'avversario).

Criterio di riuscita

La squadra deve avere almeno una croce in ciascuna casella alla fine della situazione di gioco. A numero uguale di caselle, le 2 squadre sono classificate contando il numero di croci corrispondenti al numero totale di rinvii vincenti nelle zone indicate dal «maestro di gioco».

* * *

Nel procedimento proposto, il tocco di palla non è percepito come un insuccesso o una riuscita, ma come una possibilità che permette di dialogare e che favorisce la percezione del gioco.

Di ritorno, la presa d'informazione, facilitata dalle regole e dalle dimensioni del campo, permette all'allievo di meglio concretizzare le sue intenzioni di gioco in relazione con gli altri. A poco a poco, l'obbligo di realizzare almeno un passaggio a ciascuno scambio non è più sentito come tale, ma come un vantaggio per costruire. I rinvii tesi o i colpi ad una mano non sono praticati a questo livello, tuttavia, alla fine del ciclo, gli allievi sono incoraggiati a deviare i palloni discendenti vicini alla rete.

Operando una «giusta scalettatura delle possibilità» per trasformare le rappresentazioni degli allievi, l'insegnante favorisce una vera costruzione del gioco. I giocatori traggono maggiori soddisfazioni comunicando tra loro per riuscire, piuttosto che centrandosi individualmente sulla performance difensiva od offensiva (segnare «ad ogni costo»)⁷. Questa tappa ci sembra interessante per introdurre il livello 2 delle attività di cooperazione e d'opposizione.

Valutazione

Competenza valutata:

«In seno alla propria squadra, integrarsi e cooperare per rinviare la palla ricercando la vittoria del match»

Criteri individuali e indicatori del livello di competenza raggiunto

Spostamento del giocatore in rapporto alla traiettoria del pallone

- Il giocatore si sposta e arriva sotto il pallone in disequilibrio.
- Il giocatore si sposta a passi scivolati e arriva sotto il pallone spesso equilibrato.
- Il giocatore si sposta a passi scivolati con l'impulso sugli avampiedi e arriva sempre equilibrato sotto il pallone.

Tocco di palla secondo l'intenzione scelta

- Il giocatore accompagna il pallone con mani aperte.
- Il giocatore effettua 2 tocchi di palla prima di rinviarlo.
- Il pallone si pone sotto la punta delle dita o sulle mani senza fare rumore.

Criteri collettivi e indicatori del livello di competenza raggiunto

Organizzazione secondo lo scopo ricercato

- I giocatori non si comprendono, litigano, non rispettano l'arbitro.
- Tutti i giocatori si sentono implicati ma non rinviano che una volta su due.
- Ciascun giocatore dà fiducia agli altri e anticipa le azioni dei suoi compagni. Il pallone è rinvio più di una volta su due.

Precisione del rinvio secondo il piazzamento della squadra avversaria

- I giocatori rinviano sempre fuori.
- I giocatori rinviano sul campo avversario un pallone facile
- I giocatori rinviano mettendo l'altra squadra in difficoltà. Essi cominciano a deviare il pallone nella sua discesa durante il rinvio.

-
1. Dimensioni del campo: 2 metà campo quadrati di 3 x 3 m. Ciascuna metà campo è prolungata indietro da una zona a semicerchio (3 campi per rete). La rete è alta 2,05 m.
 2. Cambiamento d'ingaggio ogni 3 servizi, partita in 10 punti.
 3. Se la traiettoria è tesa al rinvio, lo scambio è da ripetere.
 4. I colpi con una mano sono spesso dovuti, a questo livello, a reazioni di ritardo in rapporto al pallone: l'allievo si lascia trascinare dal proprio gesto. Giocare con 2 tocchi di palla gli permette di compensare questo ritardo utilizzando dei gesti ampi per aggiustare il piazzamento.
 5. In caso di rinvio diretto senza passaggio o di traiettoria tesa al rinvio, lo scambio è da ripetere. Partite di 15 punti. Se avvengono 2 tocchi di palla (da parte dello stesso giocatore) il punto è per gli avversari.

6. «Programmi d'insegnamento d'educazione fisica e sportiva al college», BO n. 6 del 28 agosto 2008 (Francia):

- «spazio favorevole per segnare»: luogo dove il giocatore è ben piazzato in rapporto alla traiettoria del pallone ricevuto e al rinvio auspicato;
- «sfruttare la profondità del campo avversario»: saper dosare l'intensità dei suoi gesti sul pallone per poter inviarlo più o meno lontano.

7. Libretto personale delle competenze - Piano 3 - Competenza 7 - L'autonomia e l'iniziativa: «Integrarsi e cooperare in un progetto collettivo».

Titolo originale

Benoît Jaquet : *Volleyball. Assurer le renvoi pour être précis*, Revue EP.S, n. 351, mars-avril 2012, pp. 7-9