

SECONDO GRADO

3° LIVELLO GIOVANILE

Obiettivi permanenti del corso:

- Il Talento
- La specializzazione tecnica
- Allenamento differenziato

Proposta didattica dei contenuti tecnici:

- Concezione, sviluppo e adattamento di un protocollo di allenamento
- Organizzazione, direzione e controllo del processo formativo giovanile

ANALISI TECNICA DELLA **FASE CAMBIO PALLA NELLA PALLAVOLO MASCHILE**

- Analisi video dei **sistemi di cambio palla nella pallavolo maschile** di Serie B e di alto livello

The background is a solid blue color with abstract white and light blue splashes and brushstrokes. In the lower right quadrant, there is a faint, semi-transparent illustration of a volleyball with its characteristic curved panels.

**ANALISI TECNICA DELLA FASE
CAMBIO PALLA NELLA PALLAVOLO
MASCHILE**

ANALISI VIDEO DEI **SISTEMI DI CAMBIO PALLA NELLA PALLAVOLO MASCHILE** DI SERIE B E DI ALTO LIVELLO

- **Chiavi di lettura** esemplificative
 - Sistema di **ricezione**
 - Numero di **ricevitori impegnati** e traiettorie di **competenza**
 - Identificazione di eventuali **punti deboli** del sistema
 - Analisi dei **movimenti preparatori** per l'azione di cambio palla
 - Gestione del centrale nel sistema d'attacco con **ricezioni (#)** e **(+)**
 - La **palla servita** / la **palla per smarcare** gli attaccanti laterali
 - Identificazione dei colpi d'**attacco** determinanti del punteggio
 - Organizzazione dell'attacco dopo **ricezione (!)** e **(-)**
 - L'attaccante e il **colpo d'attacco** di riferimento