

## ***PALLEGGIO AD UNA MANO: tecnica e valutazione***

Uno dei gesti più spettacolari ed incisivi della pallavolo è quello del palleggio ad una mano, effettuato normalmente dall'alzatore nelle vicinanze della rete e, spesso, in elevazione, per "alzare" la palla proveniente dalle proprie retrovie, al compagno attaccante.

Un gesto tecnico che richiede una spiccata abilità dell'atleta.

Un gesto tecnico che deve, ovviamente, rispondere alle normative regolamentari in ordine al tocco di palla. Una prima normativa è dettata dalla Regola di Gioco 9, relativa, appunto, al TOCCO DI PALLA, la quale recita "Ogni squadra deve giocare nella sua area e spazio di gioco".

Questo significa, intanto, che il tocco mano/palla deve avvenire, se al di sopra della rete, quando la palla non si trova nello spazio opposto: esempio classico quando la palla si trova in parte nel proprio spazio ed in parte in quello avverso, essa non può essere toccata in quella parte che gravita oltre il piano verticale della rete nello spazio opposto, per esempio, per riportarla nel proprio campo. Questo è un chiaro fallo di invasione sopra la rete.

Una seconda normativa riguarda il tocco sopra la rete SIMULTANEO tra due o più avversari: se il tocco ha una relativamente lunga durata tra le mani dei contendenti, l'azione deve continuare.

Ma la Regola che più di altre interessa tale tocco, è la 9.2 CARATTERISTICHE DEL TOCCO ed in particolare la 9.2.2 "La palla deve essere colpita, non fermata e/o lanciata. Può rimbalzare in qualsiasi direzione".

ED ORA ANDIAMO AD ANALIZZARE il gesto tecnico, per metterlo in connessione con le normative di cui sopra.

Normalmente l'alzata ad una mano rappresenta una emergenza a seguito di una ricezione o difesa non perfetta da parte della squadra: la palla si sta dirigendo verso il campo avverso al di sopra della rete ed il giocatore "alzatore" deve interrompere tale traiettoria per indirizzare la palla verso un proprio compagno, per eseguire l'attacco in "schiacciata" o "pallonetto" o altro. Il cambiamento repentino della traiettoria a circa 90°, la posizione non sempre comoda in cui l'atleta è chiamato a raggiungere la palla per imprimergli la nuova forza direzionale, richiede qualità non proprio comuni: il tocco è effettuato con le dita della mano, che spingono la palla più o meno fortemente verso la nuova destinazione.

Il tocco può essere "morbido" per alzate corte, o "spinto" per quelle lunghe.

Nel caso del tocco morbido, il pericolo di fallo è rappresentato dalla possibile "trattenuta" se le dita non imprimono un colpo netto ed energico alla palla, anche con il movimento del polso: far appoggiare la palla sulle dita o, peggio, sul palmo della mano per poi spingerla, è causa della trattenuta e rilanciata.

Nel caso del tocco spinto, oltre alla mano con i suoi movimenti di polso o no, è interessato il braccio che continua la sua spinta sulla mano anche al momento del tocco dita/palla: il pericolo è che le dita indugino sulla palla senza imprimere il colpo, per cui la spinta del braccio causa la cosiddetta "accompagnata" o "lanciata".

La valutazione dell'arbitro su questo particolare tocco, deve interessare esclusivamente il parametro del tempo di contatto della palla con le falangi distali delle dita, indipendentemente dal movimento della mano o del braccio. **L'arbitro, in definitiva, non deve essere influenzato dal gesto tecnico eseguito dal giocatore, ma del contatto sulla palla!**

L'arbitro deve rifuggere da condizionamenti dovuti al gesto tecnico dell'atleta, che può anche essere scomposto, ma conseguire ugualmente un tocco corretto.

PAOLO COMPIANI