



Diplomado Universitario en Enseñanza y Entrenamiento de Voleibol
MATERIAL COMPLEMENTARIO DE LECTURA

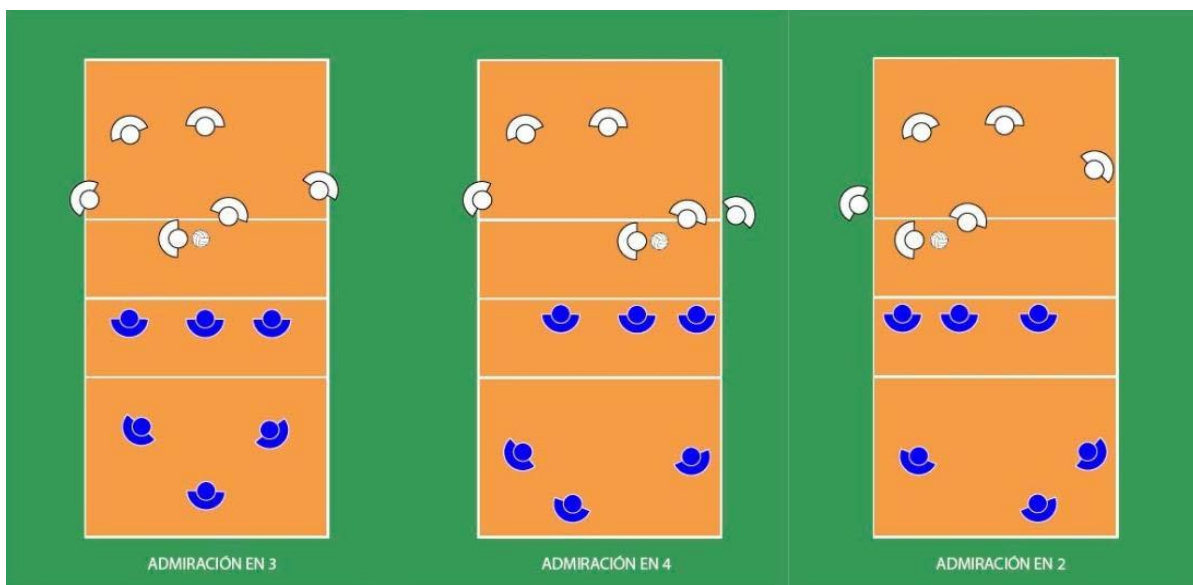
BLOQUEO-DEFENSA *Pelota de valoración Admiración (Data Volley)*

Artículo: Bloqueo y Defensa de "Las Panteras" (Selección Argentina Femenina de Voleibol) de la pelota admiración (Data Volley)

Apunte del sitio **Volley Attack**, dedicado al voleibol, artículos técnicos, tácticos, de preparación física y coaching.

Autor del escrito: Tata Kolevich

Bloqueo y defensa, con pelota de recepción que llega sobre la línea de los 3 mts en toda su extensión en o muy alta cerca de zona 2 o zona la denominamos pelota de valoración Admiración (Data Volley), según conceptos de juego estipulados por el Entrenador.



Como vamos a bloquear la pelota que cae en admiración en posición 3

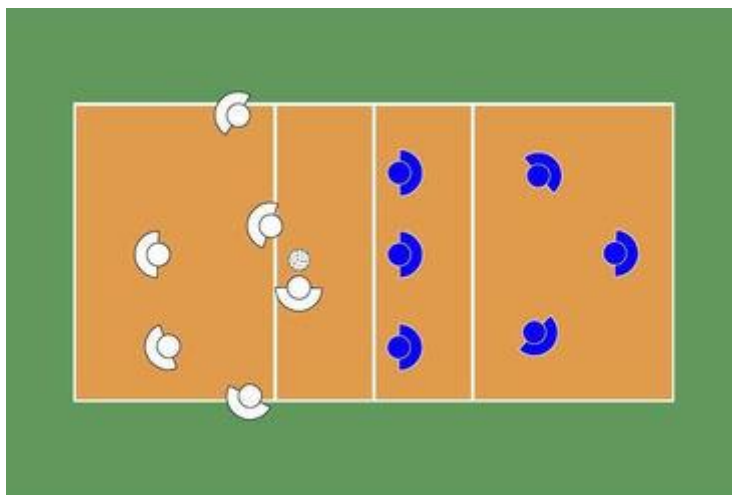
Sistema de Bloqueo a utilizar: lectura

Nuestro bloqueo mantendrá una posición estándar de salida, es decir las tres bloqueadoras equidistantes una de otra (1,5 de la antena y de su compañera) , para poder leer el armado rival y llegara con dos bloqueos a cualquiera opción de ataque.

Ejemplos:

- si se juega una pelota de primer tiempo en b , la bloqueadora central y la de posición 2 toman esa pelota.
- si se juega la pelota de primer tiempo por detrás la bloqueadora central y la de posición 4 toman esa posición.
- en la pelota de pelota , si la lectura es bueno deberíamos obtener un triple bloqueo.

Los ataques de la punta (4 y 2) se bloquearan con la extremo y la central.

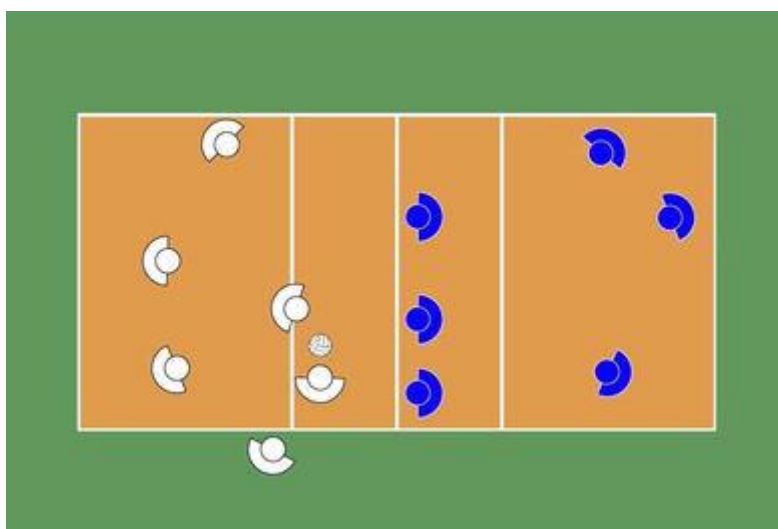


Como bloquearemos cuando la pelota cae en admiración en posición 2.

en este caso nuestra bloqueadora de posición modifica su posición inicial ubicándose más cerca de la central, para poder tomar mejor el posible primer tiempo y pipe, ya que su principal prioridad queda sobre el lado más largo de la cancha.

la bloqueadora de posición 4, enfrenta la posición de la caída de la pelota, estando esta mas cerca de su prioridad en bloqueo sin descuidar la posibilidad de bloquear en el primer tiempo y la pipe.

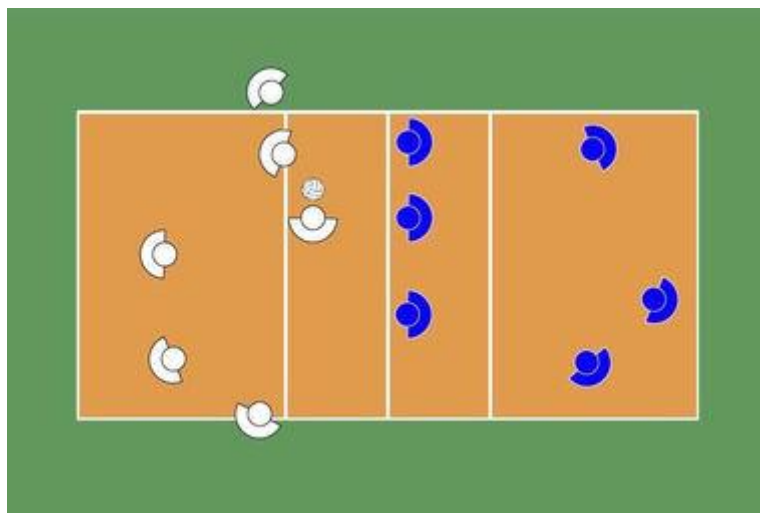
la bloqueadora central se desplaza con un paso lateral hacia el lado de caído de la pelota.



Como bloquearemos cuando la pelota cae en admiración en posición 4.

en este caso, la que jugadora que enfrenta la línea de caída de la pelota de recepción es la jugadora de posición 2; la central se acerca con un paso lateral y la atacante de punta se posiciona más cerca del centro campo.

es muy importante la observación de la pelota una vez que salió de las manos de la armadora; en ese preciso momento podremos observar como fue la calidad de la levantada y su tiempo (alta , baja, rápida, si está cerca o lejos de la red) para de esta manera determinar el Tiempo de salto de bloqueo, siendo esto uno si no es factor mas importante de ésta acción.



¿Qué bloqueamos? ¿Línea, diagonal?

Nuestra decisión es bloquear la pelota!

La bloqueadora extremo toma la pelota, la central se acopla a su compañera para formar de esta manera un bloqueo, cerrando en mayor medida un posible ataque por la diagonal. la jugadora delantera que no participa en el bloqueo, baja lo más rápido posible a tomar posición en defensa sobre la diagonal corta (sobre la línea de los 3 mts)

Posición de la defensa

Supongamos que el ataque rival es por posición 4.

- la defensora de posición 1 debe adoptar una postura alta con un pie sobre la línea lateral a los 5 mts respecto de la red, defendiendo el ataque a la paralela y observación mediante, el toque.
- la defensora de posición 6 se ubica sobre la línea de carrera de la atacante rival, siendo la jugadora en defensa con mayor tiempo para la observación del ataque rival.
- en caso de haber un espacio entre las bloqueadora, esta jugadora se posiciona allí.
- la jugadora de posición 5 se ubica por fuera del bloqueo de la central, pudiendo observar a la atacante rival para defender la diagonal.

Hay muchas palabras que se repiten dentro del artículo como así también dentro del juego y su entrenamiento diario. Más que palabras son **conceptos de juego** que debemos conocer, enseñar y entrenar todos los días. Como por ejemplo la observación de la zona de caída de la pelota de recepción, la observación del armado rival, (hacia donde arma) la observación de la trayectoria de la pelota (velocidad, parábola, lugar de caída aproximado) y la observación de la carrera de la atacante rival.

La **observación** modificará cada situación. No es lo mismo bloquear la pelota admiración que la pelota doble positiva, como también no es lo mismo bloquear la pelota levantada alta y separada como aquella mas baja y pegada.

Esta observación nos permitirá determinar el **tiempo** de bloqueo, siendo este fundamental para contactar efectivamente la pelota.

Adoptar siempre las posiciones de defensa antes de que se realice el ataque rival (quietas al momento del ataque).