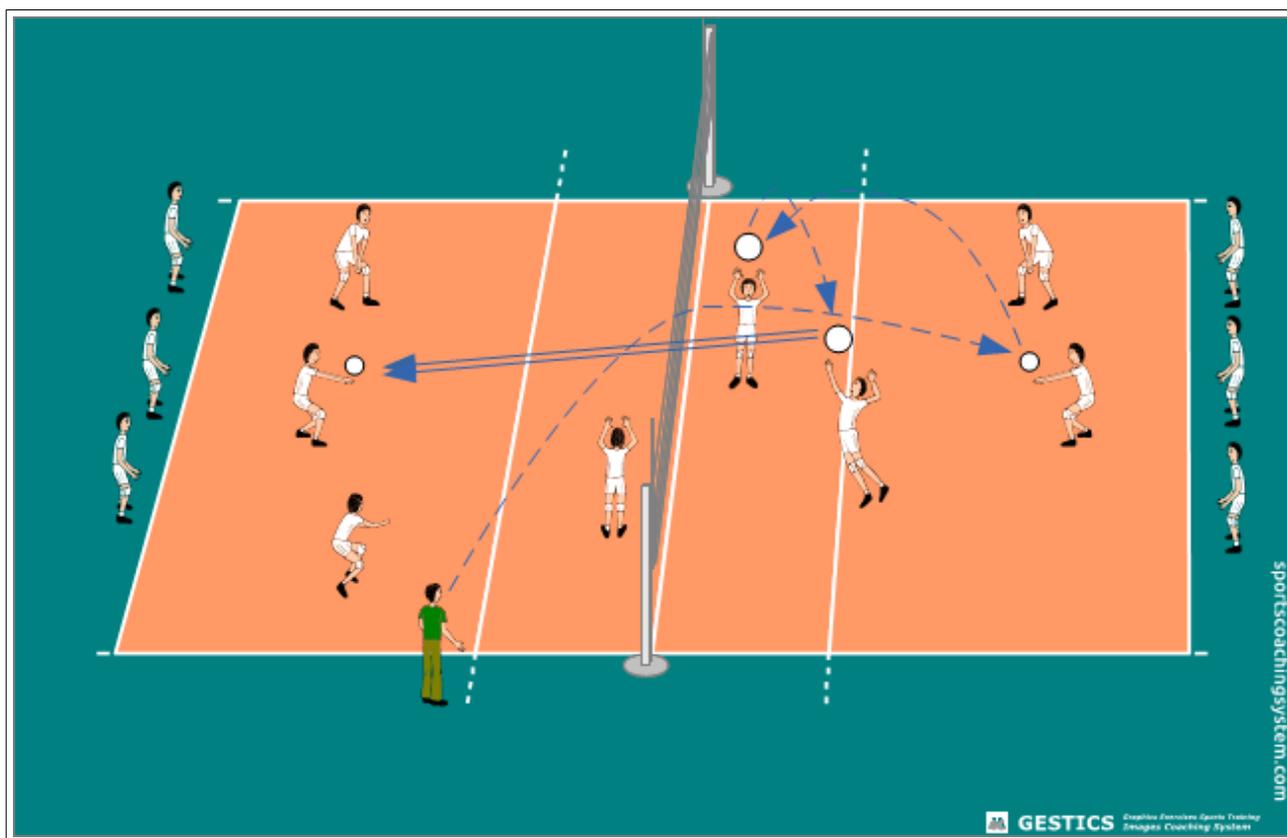


## Pallavolo: Gioco Globale - 3 vs 3 - Chi Vince Regna



N° 2041 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE **GESTICS SPORTS** - PALLAVOLO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

**DESCRIZIONE BREVE:** Due terne di giocatori in campo e due terne in fondo al campo. Un palleggiatore per parte. Si gioca tre contro tre e chi vince regna. Tutte le volte che entra una nuova terna i palleggiatori si scambiano.

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** 2 squadre, 3 giocatori per squadra, più un palleggiatori

**CAMPO:** è quello usato per la pallavolo m. 18x9

**SCOPO DEL GIOCO:** eseguire al meglio il fondamentale di gioco interessato

**DESCRIZIONE:** Due terne di giocatori in campo e due terne in fondo al campo. Un palleggiatore per parte. Si inizia con l'allenatore che lancia la palla in gioco dalla parte della squadra che ha perso il punto, cioè verso la squadra che è appena entrata. Si gioca tre contro tre e chi vince regna, cioè la terna che fa punto resta in campo l'altra esce ed entra la terna che era fuori. Tutte le volte che entra una nuova terna i palleggiatori si scambiano.

**VARIANTI:** 1) Si gioca con un solo palleggiatore che passando sotto la rete si sposta tra un campo e l'altro. 2) Si può attaccare solo da seconda linea. 3) Si arriva a tre punti anziché cambiare tutte le volte.

**MATERIALE:** pallone

### **SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 2041**

**TIPO DI GIOCO:** esercitazioni (Esercizi di preparazione allo sport)

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallavolo: attacco; 2) preparazione alla pallavolo: difesa

**SCHEMI DINAMICI:** 1) correre; 2) saltare

**CAPACITÀ COORDINATIVE:** 1) capacità di accoppiamento e di combinazione motoria

**CAPACITÀ CONDIZIONALI:** 1) destrezza

**CICLO (ETÀ):** dal quarto ciclo in poi (oltre 14 anni)

**DURATA:** media (Da 5 a 15 minuti)

**GIUDIZIO:** ottimo