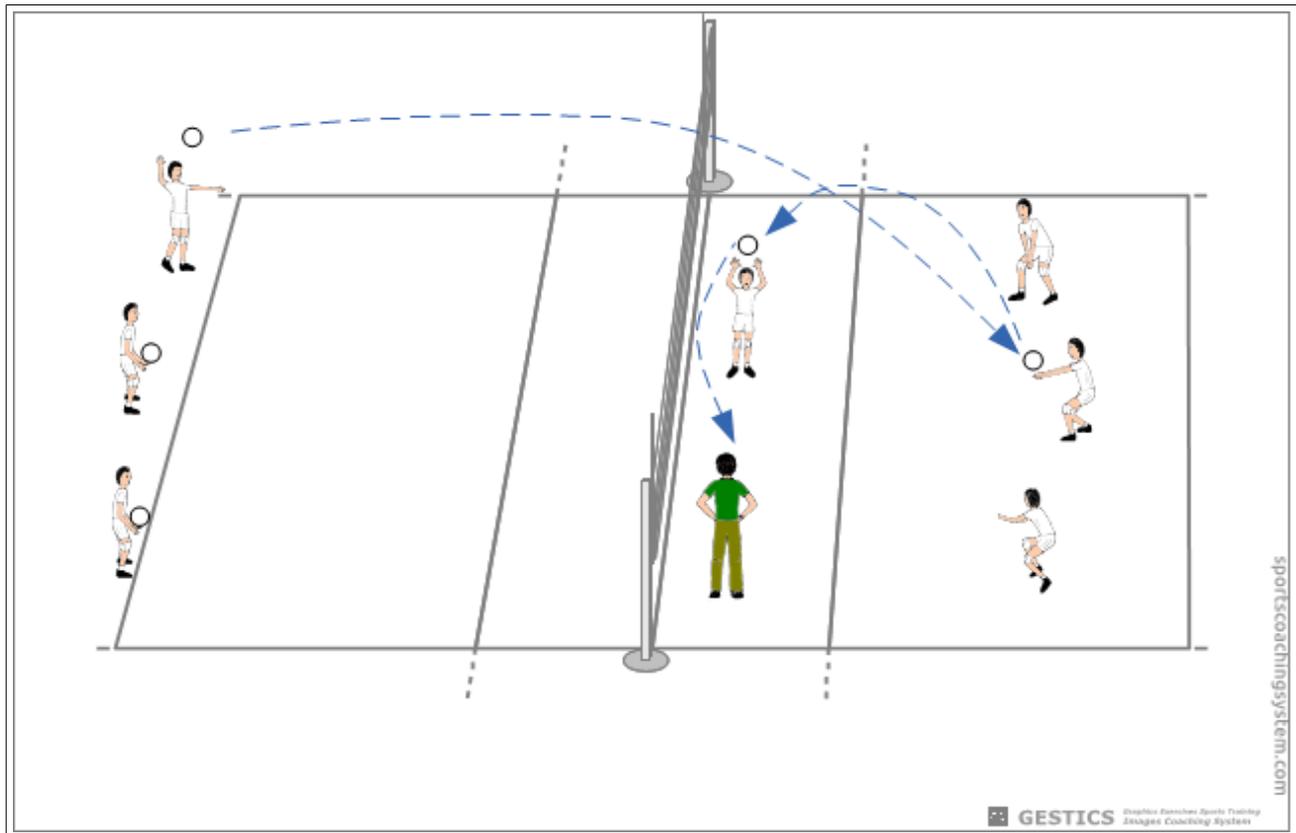


# Pallavolo: Battuta e Ricezione a Gara - Battitori Vs Ricevitori



N° 2025 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://www.sportscoachingsystem.com) - PALLAVOLO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

**DESCRIZIONE BREVE:** Gara alternata fra battitori e ricevitori. I battitori fanno punto solo se fanno Ace, cioè la palla cade subito a terra nel campo avversario oppure i ricevitori non riescono a rimandare la palla nel campo avversario. I ricevitori fanno punto solo se l'alzatore riesce ad alzare un pallone buono nelle zone di attacco. Al punteggio stabilito si invertono i giocatori.

**PARTENZA:** da schema descritto **SQUADRE:** non a squadre

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

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

**DESCRIZIONE:** sette giocatori: tre giocatori sono disposti in battuta (uno dei tre è un palleggiatore), tre in ricezione (uno dei tre è il libero) e un palleggiatore. Un giocatore alla volta batte nell'altro campo, verso i giocatori in ricezione che devono dare la palla perfetta nella zona del palleggiatore. I battitori fanno punto solo se fanno Ace, cioè la palla cade subito a terra nel campo avversario oppure i ricevitori non riescono a rimandare la palla nel campo avversario. I ricevitori fanno punto solo se l'alzatore riesce ad alzare un pallone buono nelle zone di attacco. Se i ricevitori riescono a rimandare la palla nel campo avversario ma l'alzatore non riesce ad alzare un pallone buono nelle zone di attacco il punto non è assegnato a nessuno. A 10 punti si cambiano i due giocatori in ricezione e il palleggiatore con i tre in battuta. Il coach sta nella zona di attacco e rimanda i palloni verso i battitori

**MATERIALE:** palloni

## **SCHEDA TECNICA DI GIOCO - Esercizio N° 2025**

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

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallavolo: battuta; 2) preparazione alla pallavolo: ricezione

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

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

**CAPACITÀ CONDIZIONALI:** 1) destrezza CICLO (ETÀ): dal terzo ciclo in poi (oltre 11 anni)

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