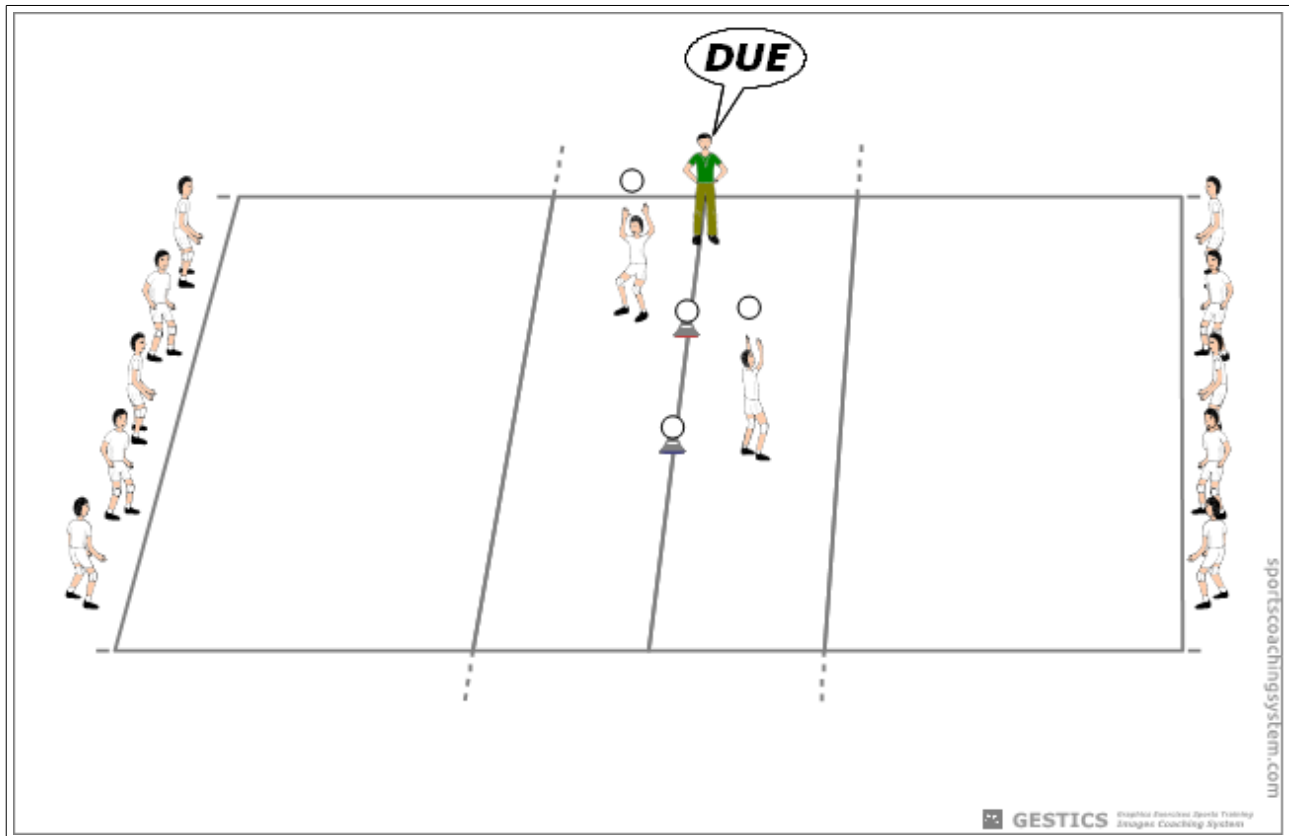


## Pallavolo: Gioco Minivolley - Bandierina



N° 2044 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE [GESTICS SPORTS](http://www.sportscoachingsystem.com) - PALLAVOLO - [HTTP://WWW.SPORTSCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportscoachingsystem.com)

**DESCRIZIONE BREVE:** gioco tipo la bandierina, ma con i palloni. I ragazzi sono numerati e disposti dietro le righe di fine campo. Al numero chiamato dall'istruttore partono a corsa e prendono uno dei due palloni posti sulla riga di centro campo e palleggiando sopra la testa devono tornare dietro la riga di fine campo.

**PARTENZA:** da schema descritto

**SQUADRE:** 2 squadre, numero libero di giocatori per squadra

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

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

**DESCRIZIONE:** i ragazzi sono divisi in due squadre e ciascuna squadra si posiziona dietro la riga di fine campo. A tutti i componenti della squadra si assegna un numero progressivo. Al numero chiamato dall'istruttore i due ragazzi che hanno quel numero partono a corsa e prendono uno dei due palloni posti sulla riga di centro campo e palleggiando sopra la testa (oppure con bagher o lanci vari) devono tornare dietro la riga di fine campo. Chi torna per primo prende un punto da sommare a quelli della propria squadra.

**VARIANTI:** 1) Si possono fare solo palleggi alti. 2) Si possono fare solo bagher 3) Palleggio o bagher ma bisogna far rimbalzare la palla a terra dopo ogni palleggio.

**MATERIALE:** due palloni

### **SCHEMA TECNICO DI GIOCO - Esercizio N° 2044**

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

**PROPEDEUTICITÀ:** 1) preparazione alla pallavolo: gioco minivolley; 2) preparazione alla pallavolo: bagher; 3) preparazione alla pallavolo: palleggio alto

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

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

**CAPACITÀ CONDIZIONALI:** 1) destrezza

**CICLO (ETÀ):** secondo ciclo (7 - 11 anni)

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