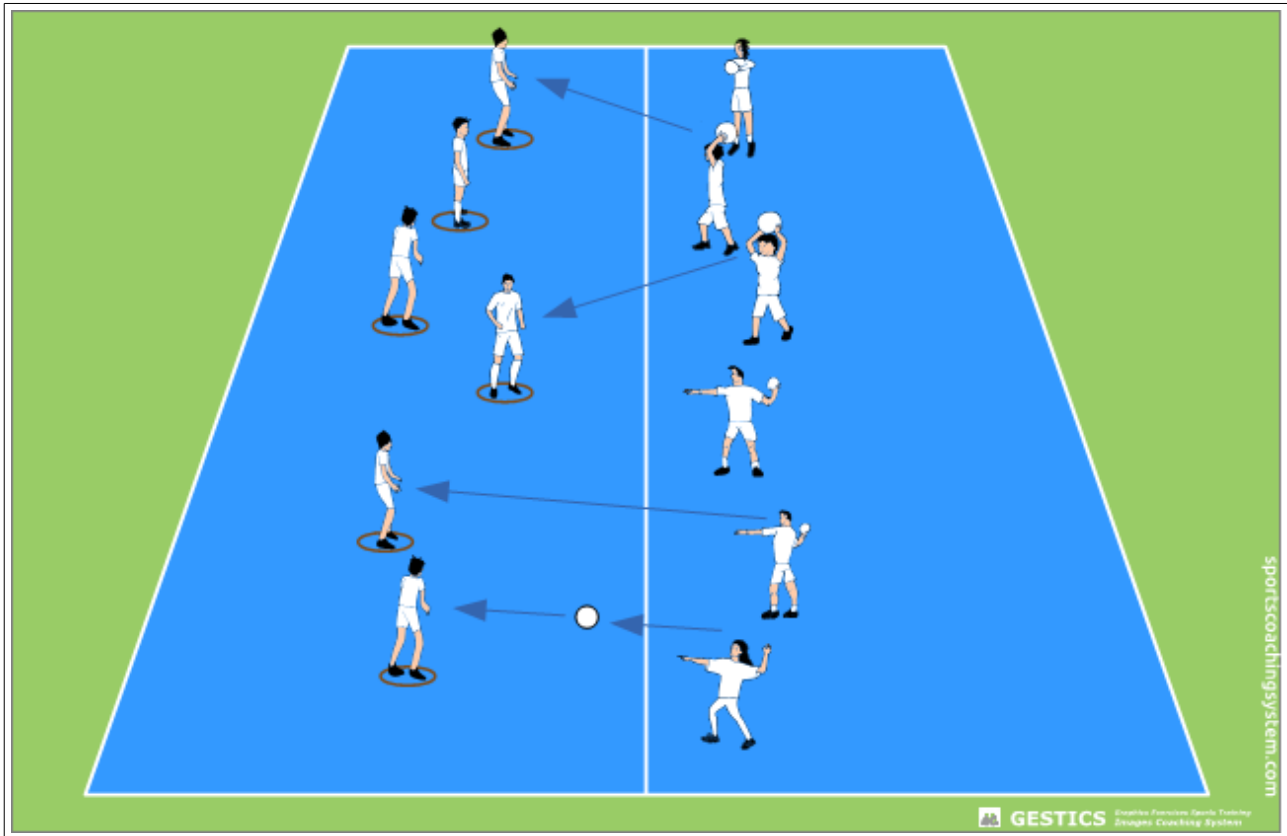


Pallavolo: Gioco Minivolley - Colpisci quelli nei cerchi



N° 2046 - GRAFICA REALIZZATA CON IL SOFTWARE **GESTICS SPORTS** – PALLAVOLO – [HTTP://WWW.SPORTCOACHINGSYSTEM.COM](http://www.sportcoachingsystem.com)

DESCRIZIONE BREVE: I giocatori in un campo devono colpire quelli dentro ai cerchi nell'altro campo

PARTENZA: da schema descritto

SQUADRE: 2 squadre, numero libero di giocatori per squadra

CAMPO: circa m. 10x10

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

DESCRIZIONE: Nel campo sono disposti tanti cerchi per quanti sono i componenti della squadra, i quali devono starci all'interno. L'altra squadra sta su una riga ad una certa distanza. Al via dell'animatore, con tiri liberi, oppure con palleggi, bagher o altri lanci, si devono colpire i giocatori dentro ai cerchi, i quali possono scansare il tiro ma possono farlo solo rimanendo all'interno del cerchio e non possono pestare il cerchio. La squadra che elimina più componenti della squadra avversaria in un certo tempo vince.

MATERIALE: cerchi e palloni

SCHEDE TECNICHE DI GIOCO - Esercizio N° 2046

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: schiacciata; 4) 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