

MINIVOLLEY

Proposta per l'attività giovanile

Il testo è stato redatto da:

**Prof. Paolo Ligas, Prof. Giancarlo Mura, Prof.ssa Greca Pillitu,
Dott. Roberto Serra, Sig. Tiziano Etzi**

Coordinamento

Prof. Carmelo Atzeni

Coordinamento tecnico e scientifico

Prof. Paolo Ligas

**Questa pubblicazione è stata realizzata con il contributo dell'Amministrazione
Provinciale di Cagliari - Assessorato Beni Culturali, Turismo e Sport**

HANNO COLLABORATO:

**Copertina e ideazione personaggi
Franco Putzolu**

**Disegni
Stefania Accardi**

**Diffusione del testo
Associazione Insegnanti di Educazione Fisica (A.S.S.E.M.)**

**Alla revisione del testo
Dott.ssa Rosa Todde**

Finito di stampare nel mese di Aprile 1999 presso la Tipografia **Grafiche Serici** – Serramanna (CA)

I principi del modello di gara in età giovanile e parte dei contenuti dell'attività, sono tratti dal "Manuale di attività motoria integrale per la scuola elementare"(Marcello Francesco, Masia Paolo, Ligas Paolo e Fanni Roberto -1997). La FIPAV ringrazia il CONI Comitato Provinciale di Cagliari e gli autori per l'autorizzazione accordata all'utilizzazione e riproduzione di detto materiale.

Sommario

Sommario

Presentazione	
• Presidente Comitato Provinciale FIPAV	9
• Consigliere Federale FIPAV	10
• Assessore allo Sport della Provincia di Cagliari	11
• Presidente Comitato Regionale FIPAV	12
Premessa	13
Capitolo 1 - Un modello di gara a dimensione di bambino	
1.1 Introduzione	17
1.2 La multilateralità	18
1.3 L'attività didattica	19
1.4 Modello di gara	20
Capitolo 2 - Proposta di attività giovanile - Minivolley	
2.1 Proposta	25
2.2 Regolamento attività Minivolley	25
2.3 Iniziative rivolte alle Associazioni e Unioni Sportive	28
2.4 L'attività Scuola - Minivolley	29
2.5 Iniziative rivolte alle Scuole	30
2.6 Centri di Avviamento allo Sport	31
Capitolo 3 - I contenuti	
3.1 Minivolley - Programma tecnico categoria Topolini	35
3.2 Minivolley - Programma tecnico categoria Leprotti	57
3.3 Indice alfabetico degli schemi motori	73
3.4 Minivolley - Programma tecnico categoria Canguri	77
3.5 Minivolley - Caratteristiche e regole di gioco	81
Capitolo 4 - Come utilizzare il programma	
4.1 Introduzione	87
4.2 Utilizzo didattico del programma tecnico	87
4.3 Utilizzo del programma nelle competizioni	88
Capitolo 5 - Come sfruttare al massimo gli spazi in palestra	
5.1 La palestra	93
5.2 I materiali	95
Capitolo 6 - Apprendimento motorio	
6.1 Abilità motorie	99
6.2 Apprendimento delle abilità	99
Capitolo 7 - Modalità di apprendimento della tecnica	
7.1 Evoluzione dei fondamentali	105
7.2 Il palleggio	105
7.3 Gioco 1 contro 1	107
7.4 Il bagher	108
7.5 Gioco 2 contro 2	110
7.6 Servizio o battuta	111
7.7 Gioco 3 contro 3	112

7.8 L'attacco	113
7.9 Il muro	115
Capitolo 8 - Il gioco 6 contro 6 nella categoria Under 14	
8.1 Il gioco 6 contro 6	119
8.2 Esercitazioni didattiche	119
Capitolo 9 - I tests motori e le schede di osservazione	
9.1 La valutazione	125
9.2 I tests	125
9.3 Misurazioni antropometriche	127
9.4 Le schede di osservazione	127
Capitolo 10 - La figura dell'arbitro giovanile	
10.1 L'arbitro giovanile	139
Appendice 1 - Modulistica	143
Appendice 2 - Associazioni Sportive Scolastiche	
• Esempio di Statuto	157
Appendice 3 - FIPAV - Comitato Provinciale di Cagliari	
• Organico	163
Bibliografia	165

Presentazione

Presentazione

Carmelo Atzeni - Presidente FIPAV Comitato Provinciale Cagliari

Fare la presentazione di un lavoro che abbiamo voluto fortemente e a cui personalmente credo molto, può sembrare, senz'altro un tantino presuntuoso.

Da parte mia c'è però solamente la voglia di dare al movimento pallavolistico giovanile della nostra Federazione e della Scuola un'opportunità e un mezzo in più per cercare di dare delle risposte alle esigenze societarie, agli allenatori giovanili e agli insegnanti, che spesso sono lasciati a se stessi nel duro compito quotidiano di stare in mezzo ai ragazzi.

Da più parti si chiede con pressante ossessione, di fare "qualcosa" per l'attività giovanile, ma nessuno, nonostante la nostra disponibilità, ci propone delle adeguate risposte.

Noi vi proponiamo questo lavoro che non vuole e non può essere risolutore del problema del reclutamento dei ragazzi alla Pallavolo, ma può aiutare il nostro movimento sportivo e quello scolastico a seguire delle linee guida per i bambini che si avviano alla Pallavolo e per i quali questo sport bellissimo può costituire un elemento essenziale nella loro crescita.

Nell'impostazione e strutturazione del testo abbiamo seguito i principi base che regolano i metodi dell'educazione attiva relativamente alle esigenze proprie delle fasce d'età considerate. Questa scelta operativa ci dovrebbe consentire lo sviluppo delle capacità motorie e l'acquisizione delle abilità proprie della Pallavolo nei giovani atleti.

Un ringraziamento particolare a Paolo Ligas e a tutto lo staff dell'organizzazione giovanile FIPAV – Comitato Provinciale Cagliari composto da Giancarlo Mura, Greca Pillitu, Roberto Serra, Tiziano Etzi.

Un grazie immenso all'Assessore alla Cultura e Sport della Provincia di Cagliari Adriano Salis, che sensibile alle problematiche sportive giovanili non si è tirato indietro alla richiesta di pubblicazione del testo.

Si ringrazia, inoltre, il vignettista Franco Putzolu, la disegnatrice Stefania Accardi, Rosa Todde per la revisione del testo, l'Associazione degli insegnanti di educazione fisica (A.S.S.E.M.) per il contributo alla diffusione del testo.

Presentazione

Giampaolo Galleri - Consigliere Federale FIPAV

Con piacere saluto la nascita, nella nostra Regione, di un nuovo strumento didattico rivolto ad un settore, il Minivolley, che considero di estrema importanza per la vita e lo sviluppo del nostro movimento sportivo.

Il Minivolley porta il ragazzo al centro del sistema educativo mettendosi a disposizione della sua crescita e della sua personalità perché diventi adulto e atleta.

Un settore che deve crescere con lo stesso ritmo dello sviluppo tecnico della Pallavolo Italiana che ha ormai toccato il tetto del mondo.

Questo non è solamente un testo che si aggiunge ad altri ma deve servire agli addetti ai lavori a coglierne lo spirito e proseguire nella strada che ci ha voluto indicare l'amico Paolo Ligas.

Presentazione

Adriano Salis - Assessore ai Beni Culturali Sport e Turismo della Provincia di Cagliari

E' con grande soddisfazione che ho voluto presentare questo testo rivolto agli addetti che si occupano dell'attività sportiva giovanile e in particolare all'organizzazione di un campo così specifico e nello stesso tempo così fondamentale della Pallavolo : il **Minivolley**.

L'attività sportiva o presportiva dei bambini fino ai 10/12 anni è stata, dal punto di vista operativo, fino ad oggi spesso trascurata. Il Comitato Provinciale FIPAV di Cagliari, grazie ai suoi collaboratori e in sintonia con le ultime disposizioni del CONI riguardo ai Centri di Avviamento allo Sport e al protocollo d'intesa con il Ministero Pubblica Istruzione, ha voluto invece dedicare un'attenzione particolare a questa fascia di praticanti della pallavolo, fornendo agli operatori sportivi e scolastici una guida e un manuale che possa finalmente orientarli in maniera univoca nel loro cammino di formazione di giovani atleti.

Formazione che non è sicuramente solo fisica o tecnica, ma che contribuisce allo sviluppo globale della personalità dell'individuo. Vista la fascia di età alla quale il programma si rivolge, si può dire che si riferisce alla fase e al momento più importante della crescita sportiva dell'individuo.

Per i suoi innovativi contenuti, il libro troverà un sicuro seguito non solo nelle società sportive ma anche e soprattutto nella scuola; le proposte ed il modello di gara sono sicuramente vicini alla situazione di "sport per tutti" che tanto si predica ma che con difficoltà trova riscontro nell'attuale società.

Risulta quindi oltremodo importante il discorso portato avanti dal C.P. FIPAV che, attraverso questo testo, si propone di razionalizzare e seguire con l'attenzione che merita il "movimento" del **Minivolley**.

Ma è sicuramente necessaria una comunione d'intenti da parte di più istituzioni e più organizzazioni. La Provincia di Cagliari conferma, contribuendo alla pubblicazione di quest'opera, di volervi partecipare fattivamente proseguendo il percorso di potenziamento della sua iniziativa per lo sviluppo della pratica sportiva dei giovani iniziata nel 1997 con la pubblicazione del Manuale per l'attività motoria rivolto agli insegnanti della scuola elementare che tanti apprezzamenti ha avuto tra gli operatori.

Agli autori di questo libro, ma anche ai loro promulgatori e ai loro utilizzatori, oltre che ai dirigenti, ai collaboratori della FIPAV, delle Società Sportive e agli insegnanti, porgo un grande ringraziamento per l'immenso lavoro educativo che hanno svolto, svolgono e, sono certo, svolgeranno in favore delle nuove generazioni.

Buon lavoro !

Presentazione

Mario Bernardini – Presidente FIPAV Comitato Regionale Sardegna

Premessa

Questo testo, che tratta le problematiche legate all'attività sportiva giovanile, vuole essere un punto di riferimento per le Società, le Scuole e i Centri di Avviamento allo Sport che intendano organizzare e aderire all'attività del Minivolley. Esso propone obiettivi e contenuti strutturati secondo indicazioni tratte dal "Manuale di attività motoria integrale per la scuola elementare", testo redatto dal CONI – Comitato Provinciale di Cagliari e rivolto agli Insegnanti.

Arricchire le proposte dell'attività di gara del Minivolley è uno degli obiettivi principali che vi proponiamo, attraverso un'innovativa strutturazione della stessa. Per tale motivo riteniamo che questa proposta, se correttamente utilizzata, costituisca per l'istruttore uno strumento in grado di soddisfare nei giovani le due motivazioni primarie alla pratica sportiva: gioco e agonismo. E' utile, inoltre, evidenziare che il testo fornisce all'istruttore indicazioni per la sistematizzazione dei contenuti, con proposte mirate all'attività didattica delle fasce d'età considerate.

Il testo mette in relazione il sistema di allenamento con quello delle gare in età giovanile, evidenziando la necessità di una coerenza tra le stesse.

L'attività didattica e di gara devono, inoltre, soddisfare le esigenze dei bambini che si avvicinano alla pallavolo, assicurando loro un'alfabetizzazione motoria basata sulle abilità significative riferite alle principali gestualità che stanno alla base della nostra disciplina. Sarà quindi utile, per l'istruttore, interpretare il confronto come momento di verifica degli apprendimenti realizzati. A tale scopo il testo fornisce indicazioni sulle modalità di attuazione della valutazione formativa, tenendo conto sia delle gestualità di base che caratterizzano la pallavolo, sia delle gestualità specifiche. Nelle pagine che seguono, sarà quindi illustrata la proposta di attività che tende a garantire un collegamento tra le varie strutture che operano per la formazione sportiva dei giovani, favorendo l'attivazione di un collegamento tra le Società Sportive e la Scuola.

Il graduale passaggio tra l'attività promozionale e quella agonistica sarà presentata anche attraverso una proposta didattica mirata alle modalità di apprendimento dei fondamentali che caratterizzano la pallavolo, con particolare attenzione alla formulazione degli esercizi, rispettando il principio fondamentale della gradualità d'intervento.

La modulistica necessaria per l'adesione e la registrazione dei risultati, unitamente alla proposta di Statuto per la formazione di un'Associazione Sportiva Scolastica, completa e rende il testo di pratico utilizzo. Con l'auspicio che questo rappresenti, per chi si avvicina alla pallavolo e per chi già opera, un valido strumento che contribuisca a migliorare l'intervento didattico e di gara per i giovani sportivi e futuri pallavolisti.

Capitolo 1

Un modello di gara a dimensione di bambino

1.1 Introduzione

Con questo capitolo si vuol evidenziare la differenza fondamentale dell'allenamento dell'alta qualificazione rispetto all'allenamento nelle fasce d'età giovanili.

Il programma qui presentato si inserisce nel contesto dell'attività dei centri giovanili, che hanno lo scopo di creare i serbatoi per la formazione di atleti di alta qualificazione, nel rispetto dei bisogni dei giovani atleti e dei principi fondamentali che regolano l'attività nelle fasce considerate.

E' importante evidenziare che spesso si è portati a considerare il Minivolley come un minisport, senza tenere conto delle reali esigenze del bambino che si avvicina alla pratica dell'attività sportiva giovanile. E' riduttivo programmare una così importante tappa di apprendimento solo attraverso la riduzione del campo di gioco e la conseguente riduzione del numero di giocatori: 3 contro 3 e 4 contro 4.

E' necessario invece finalizzare l'attività motoria allo sviluppo dell'allievo in tutta la sua complessità. Il Minivolley ha dunque un solo obiettivo: quello di formare un giovane sportivo e non, come spesso si crede, un giovane campione. E' utile ancora evidenziare che i programmi devono essere, se si vuole proporre l'attività a livello scolastico, coerenti con gli obiettivi dei programmi ministeriali dell'Educazione Motoria, per la Scuola Elementare e dell'Educazione Fisica, per le Scuole Medie.

La nostra proposta vuole essere, quindi, di aiuto per creare un passaggio graduale tra l'attività promozionale e quella dell'alta qualificazione, dove l'obiettivo è quello dello sviluppo e dell'affinamento di tutti gli elementi che determinano e influenzano la prestazione.

Nell'alta qualificazione è fondamentale, infatti, programmare l'attività limitando all'essenziale il numero degli obiettivi da perseguire, favorendo quindi, in allenamento, la costante ripetizione degli esercizi di gara o simili, per elevare al massimo la prestazione.

Nelle fasce giovanili questo obiettivo non può essere determinante, mentre è necessaria una programmazione funzionale per lo sviluppo di molteplici presupposti prestativi e quindi delle capacità motorie, eliminando l'obiettivo immediato dell'innalzamento della performance a breve termine.

Si può quindi affermare che l'obiettivo dell'allenamento nell'attività giovanile non è quello del miglioramento della prestazione, ma è fondamentale svolgere un'attività didattica e di gara tendente allo sviluppo dei presupposti, di sostanziale importanza nella formazione di base dell'atleta.

E' errato puntare anticipatamente ad un tipo di prestazione che accelera la specializzazione delle funzioni motorie, facendo spesso leva sulle qualità naturali dei giovani, pregiudicando così il loro sviluppo. Con un lavoro strutturato sulla ricerca della migliore prestazione (allenamento mirato) si favoriscono esclusivamente quei giovani che padroneggiano meglio le abilità tecniche della disciplina rispetto ad altri che, pur dotati di talento, non sono stati sottoposti ad allenamenti con il medesimo indirizzo. Si finisce quindi per selezionare gli atleti sulla base dei risultati nelle competizioni, senza tener conto, spesso, della crescita biologica dei ragazzi, che, nelle fasce giovanili, differenzia positivamente quelli con un accrescimento accelerato rispetto a quelli con una normale crescita.

Sulla base dei principi fin qui esposti, possiamo affermare che la ricerca e la conseguente selezione del talento dovrebbe avvenire non nelle prime due fasce di età (6-8 e 8-10 anni), ma nel lungo termine e, in ogni caso, non prima dei 12-13 anni.

Spesso, per timore di perdere i potenziali futuri campioni (talenti), si tende a specializzare precocemente, facendo affrontare loro dei compiti sportivi non sempre adeguati alle loro reali possibilità. In questo modo si registra, in alcuni casi, un abbandono precoce con una conseguente dispersione dei talenti.

Per evitare questo, un positivo intervento didattico nelle fasce d'età prese in esame riteniamo sia la proposta della “multilateralità”, messa in discussione ma non sempre affrontata adeguatamente dagli operatori sportivi. E' utile quindi fornire degli strumenti operativi che facilitino la programmazione dell'intervento didattico, dando risposte concrete alla necessità di una coerenza tra i termini multilateralità - attività didattica - modello di gara.

Vediamo ora quali possono essere gli aspetti positivi che una strategia d'intervento multilaterale (“L'avvio precoce alla specializzazione”, Masia P. e Marcello F., 1997) permette di attivare facendo un'accurata riflessione su alcuni quesiti fondamentali:

- multilateralità e specializzazione sono realmente in antitesi?
- la multilateralità è unica o esistono forme diversamente modulabili?
- quali sono i requisiti minimi che caratterizzano la multilateralità in ogni sua forma?
- il tempo disponibile per l'attività condiziona le possibilità attuative della multilateralità?

1.2 La multilateralità

Multilateralità è un neologismo del settore sportivo della Germania Occidentale (termine tedesco: *Vielseitigkeit*). Il concetto era noto nella lingua tedesca orientale già nel periodo barocco con il termine, quasi sinonimo, *Alleseitigkeit*, la cui traduzione letterale in italiano sarebbe “onnilateralità” (e in altre parole, poliedricità, o, in senso lato, universalità).

Da circa vent'anni anche nell'ambiente sportivo italiano il termine multilateralità ha assunto un ruolo centrale, convincendo i nostri tecnici della opportunità di rivedere la posizione, sinora assunta, riguardo alla specializzazione precoce dei propri allievi. E' in quel momento che i nostri allenatori hanno iniziato ad avvertire la necessità di attivare delle procedure di allenamento non troppo specifiche, col timore di una precoce e quantomai dannosa specializzazione.

Quando si parla di multilateralità nello sport, si pensa abitualmente ad un elevato numero di stimolazioni usate in fase di allenamento, all'alternanza tra carico e tempi di recupero, alla molteplicità di metodi e mezzi che si adoperano nell'allenamento. Thiess, Schnabel e Baumann così scrivono in “Allenamento dalla A alla Z” (1980): “*La multilateralità è caratterizzata dall'ampiezza e dalla molteplicità dei mezzi e metodi di allenamento utilizzati, dal rapporto fra allenamento generale e speciale*”. Così, pur senza avere chiare le idee sulla reale attuazione di un modello multilaterale, si è pensato di risolvere il problema dell'abbandono precoce attivando nei centri di avviamento alla pallavolo una sorta di multilateralità estensiva*. Questa soluzione è apparsa alquanto riduttiva e semplicistica, in quanto non teneva conto del numero ridotto di ore settimanali (mediamente tre) che i nostri atleti dedicano alla pratica sportiva in centri specializzati.

* Multilateralità estensiva: principio dell'allenamento che utilizza una grande quantità di proposte con riferimento agli schemi motori più significativi di buona parte delle discipline sportive.

Multilateralità orientata: principio dell'allenamento che utilizza una grande quantità di proposte con particolare riferimento agli schemi motori più significativi per la propria disciplina sportiva.

Multilateralità mirata: principio dell'allenamento che utilizza un'attività dove vengono esplorati in particolare gli schemi motori più significativi della propria disciplina sportiva.

L'allenamento in età giovanile utilizza uno dei citati principi, precisando che il percorso ottimale si configura come il passaggio graduale dalla multilateralità estensiva per arrivare alla specializzazione passando per le forme di multilateralità orientata e mirata.

1.3 L'attività didattica

La prematura specializzazione causa, spesso, un calo motivazionale nell'allievo che gioca per divertirsi, determinando un abbandono precoce. E' altresì vero che questo calo può avvenire quando non si utilizza un intervento didattico tendente alla ricerca delle potenzialità, tramite un'esplorazione degli schemi motori affini alla disciplina sportiva considerata.

Ma è anche possibile che una riduzione dei carichi di lavoro, mirata ad evitare i rischi di traumi dovuti a un'eccessiva specializzazione, possa portare a ridurre notevolmente le opportunità di apprendimento.

La multilateralità si caratterizza soprattutto per la varietà di proposte di attività, le quali arricchiscono il bagaglio motorio del bambino ed elevano la sua motivazione ad apprendere. E' per tale motivo che si deve provvedere ad elaborare delle strategie atte a tradurre la multilateralità dal piano dialettico a quello operativo.

E' quindi necessario individuare una strategia di intervento adeguato alle fasce giovanili, che tenda allo sviluppo motorio favorendo la molteplicità delle attività e suscitando quindi interesse. Possiamo quindi considerare la multilateralità come un principio della preparazione giovanile che determina un completo sviluppo delle funzioni di base, senza quelle limitazioni di potenzialità motoria che una precoce specializzazione comporta.

Si può affermare che l'equazione "specializzazione precoce = abbandono precoce" non può essere semplicemente risolta sostituendo alla specializzazione una metodologia multilaterale, soprattutto se si pensa ad una multilateralità esclusivamente di tipo estensivo.

Non è quindi pensabile porre il problema dell'attività motoria giovanile come una scelta bipolare tra multilateralità e specializzazione, perché, giocando sulle parole, potremmo affermare che utilizzare la multilateralità significa preparare efficacemente la specializzazione oppure che specializzare significa modulare nel tempo e adattare al contesto i contenuti della multilateralità. In un Centro di Avviamento allo Sport sarà necessario programmare un'attività di graduale passaggio dalla multilateralità orientata per arrivare alla specializzazione passando per la multilateralità mirata. E' di fondamentale importanza chiarire quali sono gli obiettivi operativi dell'attività giovanile e delinearne quindi i contenuti nelle diverse fasce d'età, fissando per ciascuna di essa gli apprendimenti minimi rispetto all'esplorazione degli schemi motori più significativi e delle varianti che stanno poi alla base delle abilità specifiche della pallavolo.

Possiamo affermare che le abilità sono tante quante se ne apprendono. Questa definizione è la migliore in quanto non è possibile quantificare il numero di abilità da apprendere o quelle apprese, ma possiamo dire che più sono le abilità possedute e maggiori sono le possibilità di successo nelle prestazioni sportive future. La pianificazione delle attività dovrà avvenire quindi attraverso un'accurata selezione delle proposte operative, partendo dall'obiettivo finale e dagli schemi motori più significativi in rapporto all'età degli allievi, restringendo quindi progressivamente il campo d'azione, giungendo in tal modo alla specializzazione di una o di un gruppo di discipline affini a quella praticata.

Il concetto di significatività degli schemi motori è legato, inoltre, al grado di difficoltà degli stessi con una proposta graduale dal semplice al complesso.

E' quindi necessaria l'attivazione di un modello multilaterale che prenda spunto dalla gestualità delle varie discipline sportive: in tal modo ci rendiamo conto che la differenza tra generale e specifico risulta, in età giovanile, un falso problema. L'apprendimento di uno schema motorio con le sue varianti risulta, per gli allievi del primo ciclo, una prestazione motoria impegnativa ma possibile; sarà difficile, invece, far apprendere un'abilità tecnica complessa come il palleggio e il bagher.

Utilizzando le varianti degli schemi motori si lavora ugualmente sulla specificità del gesto, con la differenza che questo è eseguibile dai bambini di 6-7 anni. Ci rendiamo conto,

quindi, che il gesto specifico fa parte del processo di apprendimento dei movimenti ed è dunque insito nella metodologia multilaterale.

Il saper FAR FARE è una delle caratteristiche fondamentali dell'istruttore giovanile, il quale deve avere un'adeguata preparazione teorico-pratica, per poter attivare una programmazione con dei contenuti specifici per l'attività giovanile e per saper effettuare un intervento correttivo differenziato per le varie fasce di età (6-7 anni, 8-10 anni e 11-14 anni), sugli apprendimenti come la capovolta avanti, il controllo della palla con le mani o con i piedi, la corsa in avanti e indietro, ecc.

Sarà quindi indispensabile, per un istruttore giovanile, prestare particolare attenzione alla conoscenza della tecnica di esecuzione di un gran numero di varianti esecutive degli schemi motori più significativi, così come per un allenatore dell'alta qualificazione è indispensabile curare l'apprendimento dei fondamentali tecnici della sua disciplina sportiva.

Tabella 1 – Schemi motori più significativi e coinvolti nella prestazione della pallavolo

Schemi motori propri della disciplina della pallavolo	Varianti esecutive più significative
Correre	<input type="checkbox"/> avanti veloce <input type="checkbox"/> all'indietro <input type="checkbox"/> con rapidi cambi di direzione <input type="checkbox"/> lateralmente <input type="checkbox"/> a passi corti <input type="checkbox"/> a passi lunghi
Saltare	<input type="checkbox"/> a piedi pari in avanti <input type="checkbox"/> sul piede dx e sx <input type="checkbox"/> passo saltellato con slanci alternati delle braccia <input type="checkbox"/> in alto raggiungendo la massima elevazione <input type="checkbox"/> raggiungendo la massima elevazione e colpendo un palla al volo con una mano (attacco) o con due mani (palleggio)
Strisciare	<input type="checkbox"/> in posizione prona in avanti
Guidare la palla	<input type="checkbox"/> con le mani in avanti <input type="checkbox"/> palleggio volley <input type="checkbox"/> colpire la palla con la testa o con altra parte del corpo
Lanciare	<input type="checkbox"/> lanciare la palla verso un compagno <input type="checkbox"/> afferrare la palla lanciata da un compagno <input type="checkbox"/> lanciare la palla oltre un nastro <input type="checkbox"/> lanciare una palla colpendola con una mano <input type="checkbox"/> lanciare una palla colpendola con due mani tipo bagher
Fintare	<input type="checkbox"/> in situazione uno contro uno con la palla <input type="checkbox"/> in situazione due contro due con la palla
Calciare	<input type="checkbox"/> con l'interno, l'esterno ed il collo del piede <input type="checkbox"/> la palla al volo
Intercettare	<input type="checkbox"/> la palla lanciata da posizioni e traiettorie diverse <input type="checkbox"/> colpendola al volo con una mano <input type="checkbox"/> al volo con due mani
Respingere	<input type="checkbox"/> murare con le mani
Rotolare	<input type="checkbox"/> sull'asse longitudinale <input type="checkbox"/> oscillare sul dorso <input type="checkbox"/> capovolta indietro <input type="checkbox"/> capovolta indietro dopo aver colpito la palla con le mani

1.4 Modello di gara

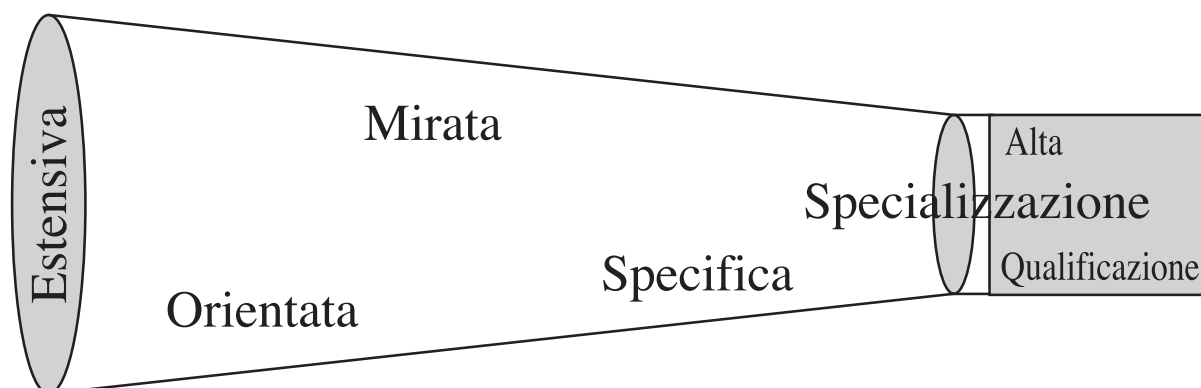
Abbiamo visto che programmare secondo i principi della multilateralità vuol dire centrare gli obiettivi primari sullo sviluppo dei presupposti delle future prestazioni sportive; quindi attraverso un ricco repertorio di proposte motorie che arricchiscano sostanzialmente le competenze dei nostri allievi. Se è vero che la gara viene considerata come un banco di prova

degli apprendimenti dei nostri allievi, si può affermare che, visti gli obiettivi e i contenuti operativi della programmazione giovanile, è utile rivedere le modalità di attuazione della gara.

Affinché essa sia significativa al fine della verifica, sarà indispensabile che la gara sia coerente con quanto affermato nel punto 2: i contenuti devono essere i più variati possibili e soprattutto devono dare la possibilità, ai nostri allievi, di esprimersi attraverso le gestualità apprese nell'attività didattica. La sintonia tra il modello teorico esposto, contenuti e struttura della gara risulta di fondamentale importanza nella formazione sportiva dei nostri atleti. La proposta di circuiti, percorsi, prove multiple, giochi di movimento, semplificati e presportivi*, che l'istruttore utilizza durante l'attività didattica, è da considerare anche come modello di gara giovanile. Questo, infatti, rappresenta la struttura base della formazione attraverso l'esplorazione modulata degli schemi motori in diverse situazioni, con la variazione dei mezzi.

Una proposta di gara attraverso l'effettuazione del solo incontro di Minivolley risulterebbe, infatti, troppo restrittivo per poter verificare la situazione motoria dei nostri allievi in un contesto di prestazione sportiva. Il testo propone, quindi, un'attività di gara che si arricchisce di contenuti, rispettando il principio della coerenza tra modello formativo e modello agonistico. L'istruttore giovanile deve essere in grado di vedere la gara non come scopo dell'attività, statico e intoccabile, ma deve considerarla come uno strumento che, in quanto tale, deve poter essere modulabile e adattabile al processo formativo. Sarà quindi possibile apportare al programma proposto in questo testo delle integrazioni e delle modifiche, se lo si ritiene opportuno, in sintonia con le abilità apprese dai propri allievi.

Multilateralità



Restringimento progressivo del campo d'azione fino a giungere alla specializzazione di una disciplina sportiva

* Circuiti: si utilizzano principalmente per l'allenamento della forza (in età giovanile forza veloce e resistente) formati dalla strutturazione di più stazioni. Il vantaggio di questo metodo è che tutti gli allievi lavorano contemporaneamente, divisi in sottogruppi, eseguendo esercizi diversi in ogni stazione.

Percorsi: gare basate sull'esecuzione di una serie di abilità (chiuse) in successione variata dove sono inseriti elementi più o meno complessi.

Prove multiple: gare dove è possibile verificare, attraverso il confronto, diverse abilità semplici o complesse (lanciare, afferrare, palleggiare, ecc.) e che offrono al bambino, la possibilità di esprimere quanto è riuscito a imparare, senza costringerlo in schemi rigidi.

Giochi di movimento: gare che utilizzano le abilità (aperte) in situazioni in cui è richiesta una scelta tattica legata a poche variabili, facilmente controllabili (solitamente contro un solo avversario).

Giochi semplificati: gare dove si utilizzano principalmente abilità aperte riducendo le difficoltà attraverso la limitazione del numero dei giocatori (1 contro 1 o 2 contro 2), le dimensioni del campo (gestione dello spazio) e semplificando le regole.

Giochi presportivi: situazioni di gioco che utilizza principalmente le abilità aperte e che si avvicina alle forme dei giochi sportivi. In tale gara, infatti, è necessaria una collaborazione con i compagni e comporta il controllo di numerose varianti tattiche per la presenza degli avversari.

Capitolo 2

Proposta di attività giovanile - Minivolley

2.1 Proposta

La FIPAV Comitato Provinciale di Cagliari, propone l'attività del Minivolley rivolta a:

- **Centri di Avviamento allo Sport della Pallavolo**
- **Associazioni o Unioni Sportive che aderiscono all'attività di Minivolley**
- **Scuole Elementari**
- **Scuole Medie Inferiori**

2.1.1 Finalità

Lo scopo del progetto è quello di far perseguire ai bambini lo sviluppo delle capacità motorie e l'acquisizione di una vasta gamma di abilità, con particolare riferimento agli schemi motori più significativi per il giocosport della pallavolo.

La proposta di un programma vario di contenuti per l'attività di gara ha inoltre lo scopo di coinvolgere il maggior numero di allievi alla pratica della disciplina della pallavolo.

2.1.2 Organizzazione

L'organizzazione dell'attività è a cura del settore Minivolley del Comitato Provinciale FIPAV di Cagliari. L'iniziativa si svolgerà secondo i programmi riportati nelle pagine seguenti con due momenti distinti: attività rivolta alle Associazioni o Unioni Sportive e attività rivolta alle Scuole.

2.2 Regolamento attività Minivolley

2.2.1 Adesioni

Società affiliate alla FIPAV

Per aderire al Minivolley è necessario inviare al Comitato Provinciale FIPAV di appartenenza:

- l'apposito modulo (modulo "Q", disponibile presso lo stesso C.P.; ricordarsi di indicare il proprio codice Società);
- il modulo di iscrizione (modulo 1, allegato a questo programma; ricordarsi di indicare il proprio codice Società).

Non è prevista alcuna quota suppletiva di affiliazione.

Società o Gruppi Sportivi non affiliati alla FIPAV

Per aderire al Minivolley è necessario inviare al C.P. FIPAV di appartenenza:

- l'apposito modulo (modulo "Q", disponibile presso lo stesso C.P.; non va riempito lo spazio codice Società, riservato alle Società affiliate);
- il modulo di iscrizione (modulo 1, allegato a questo programma; non va riempito lo spazio codice Società, riservato alle Società affiliate);
- copia della ricevuta di versamento della quota di affiliazione al Minivolley (ccp 598011 - causale 2).

Questa adesione autorizza la Società aderente a partecipare, sotto il controllo e l'organizzazione della FIPAV, alla sola attività di Minivolley.

Per partecipare a qualsiasi altra attività federale è necessaria l'affiliazione.

I moduli “Q” debitamente compilati (possibilmente a macchina) vanno consegnati all’incaricato del C.P. FIPAV di appartenenza della Società o del Gruppo Sportivo, che provvede a vidimarli e a rilasciarne copia alla società. Una seconda copia viene trattenuta dal C.P. e una terza inviata all’incaricato del Comitato Regionale. L’originale viene inviato all’Ufficio Tesseramento Minivolley di Roma.

Ogni Società, Ente o Scuola, indipendentemente dalla partecipazione all’attività torneistica, ai fini puramente assicurativi, trasmetterà al C.P. l’elenco dei partecipanti all’attività del Minivolley, svolta al proprio interno. Questo adempimento non solleva la Società, l’Ente o la Scuola dal compilare l’elenco dei partecipanti alle singole manifestazioni (vedi paragrafo 2.2.10 - Procedure).

L’adesione ha validità annuale (dal 1° Settembre al 31 Agosto).

2.2.2 Partecipazione all’attività

Possono partecipare all’attività tutte le Società, Gruppi Sportivi, Centri Giovanili Scolastici che daranno adesione secondo quanto riportato nel paragrafo 2.2.1 entro la data indicata nel comunicato di indizione.

La partecipazione all’attività è titolo preferenziale e di merito al fine della valutazione dell’attività svolta. Infatti i contenuti della stessa esprimono la sintesi didattica propria della formazione motoria di base.

2.2.3 Limiti d’età

Possono partecipare gli allievi/e appartenenti al primo ciclo di attività e al 1° e 2° livello di Minivolley. L’attività sarà suddivisa in tre categorie :

1° ciclo	Topolini	Possono partecipare gli allievi/e di 6, 7 anni con la possibilità di inserire un massimo di quattro allievi/e di 8 anni
1° livello Minivolley	Leprotti	Possono partecipare gli allievi/e di 8, 9 e 10 anni (non sono ammessi fuori quota)
2° livello Minivolley	Canguri	Possono partecipare gli allievi/e di 11 e 12 anni (non sono ammessi fuori quota)

2.2.4 Adesioni delle squadre

Ogni centro può partecipare con una o più squadre per ogni categoria tenendo conto che un massimo di due squadre verranno inserite nello stesso girone; le eventuali ulteriori compagini verranno inserite in un diverso girone (per un massimo di due) o in più gironi.

2.2.5 Formazione delle squadre

Si consiglia la composizione di squadre miste per la categoria Topolini e Leprotti. Il numero dei componenti per ogni squadra è riportato nella seguente tabella:

Categorie	Composizione squadre	N° Componenti squadre	Formula incontri
Topolini	mista	Libero	Concentramento a 3 squadre
Leprotti	mista	6	Concentramenti a 3 squadre
Canguri	maschile o femminile	6	Concentramento a 3 squadre

Se una Società partecipa con più squadre, gli atleti/e che hanno preso parte al primo concentramento con una squadra non potranno più essere spostati.

Si consiglia, per una migliore organizzazione delle gare, di numerare le maglie degli atleti/e.

2.2.6 Autocertificazioni d'identità

Le autocertificazioni sostitutive del documento d'identità (vedi modulo 5 allegato al programma) non devono essere inviate alla FIPAV ma firmate dal Presidente della Società o dal Dirigente Scolastico e dal genitore del bambino e presentate all'arbitro per il riconoscimento degli atleti prima dell'inizio della gara.

2.2.7 Arbitri

Le Società dovranno segnalare i nominativi di un arbitro per ogni squadra.

Gli arbitri segnalati dovranno partecipare all'incontro di formazione (previsto per il mese di Febbraio) e dovranno arbitrare i concentramenti dove partecipano le squadre della propria Società.

Si consiglia di individuare gli arbitri all'interno delle proprie squadre delle categorie superiori; età minima richiesta 14 anni.

Nel caso di assenza degli arbitri delle Società, le gare potranno comunque essere dirette dagli stessi tecnici presenti in palestra previo accordo tra le Società.

Potrà essere presente sul campo di gara un rappresentante dello staff tecnico Minivolley della FIPAV.

2.2.8 Giorni ed orari di gioco

Tutti gli incontri si svolgeranno di Domenica o giorni festivi, salvo accordi con le tre Società che devono essere segnalati per iscritto attraverso l'apposito modulo (modulo 6), allegato al testo.

2.2.9 Formula di svolgimento

L'attività si articolerà in più gironi da tre squadre secondo la formula del concentramento; ogni Società si farà carico di ospitarne uno.

Nel caso in cui una Società partecipa con più di una squadra si valuterà l'opportunità di organizzare dei gironi con due concentramenti paralleli da svolgersi contemporaneamente nello stesso campo (previa disponibilità impianto).

Ogni concentramento della categoria Topolini si articolerà su quattro prove, quello dei Leprotti su tre prove da sorteggiare ad ogni concentramento, sulla base di quanto riportato nel programma tecnico. Per ogni prova, ogni squadra incontrerà ciascuna delle due avversarie (vedi schema allegato - referto gara).

Per la categoria Canguri ogni squadra incontrerà ciascuna delle altre due in una sola prova (partita di Minivolley) secondo quanto riportato nel programma tecnico.

2.2.10 Procedure

L'elenco dei partecipanti (modulo 3) e le autocertificazioni (modulo 5) dovranno essere presentati agli arbitri, prima dell'inizio della gara.

Il responsabile della squadra ospitante il concentramento dovrà inoltrare al C.P. FIPAV (entro il martedì successivo) gli elenchi unitamente al referto con il risultato dell'incontro.

Le squadre dovranno presentarsi agli arbitri, munite della documentazione prevista, almeno 15 minuti prima dell'inizio dell'incontro.

Qualora una delle tre squadre non si presenti agli arbitri entro i termini prescritti, trascorsi 30 minuti sarà dichiarata perdente con il punteggio di 2-0 per ogni prova prevista per la cat. Topolini e Leprotti e 3 a 0 per ogni partita della cat. Canguri.

2.2.11 Punteggi e classifiche

Per ciascun girone sarà compilata una classifica. In ogni concentramento si assegneranno i punti sommando quelli ottenuti nelle singole prove.

Per ogni prova delle categorie Topolini e Leprotti verranno assegnati 2 punti in caso di vittoria e 1 per il pareggio.

Per la categoria Canguri si effettueranno tre set e si acquisirà un punto per ogni set vinto.

Si riporta di seguito un esempio di compilazione del referto di gara:

Categoria Topolini o Leprotti

2 ^a PROVA	SQUADRA	pt.	SQUADRA	pt.	PUNTI PROVA	
Servizio a Bersaglio	A Rossi	7	B Gialli	7	1	1
	A Rossi	10	C Verdi	4	2	0
Prove multiple	B Gialli	5	C Verdi	8	0	2

Categoria Canguri

PARTITA	SQUADRA	SQUADRA	PUNTI	
MINIVOLLEY	A Rossi	B Gialli	2	1
	A Rossi	C Verdi	3	0
	B Gialli	C Verdi	0	3

2.2.12 Disciplina

Il dirigente accompagnatore e l'istruttore sono responsabili del proprio comportamento e di quello della squadra e dei sostenitori.

Sono previsti provvedimenti disciplinari a carattere individuale e di Società.

2.2.13 Responsabilità

Le Società ospitanti sono responsabili del comportamento del pubblico e della sicurezza all'interno dello spazio di gara.

Si consiglia di provvedere a delimitare tale spazio e consentirne l'accesso esclusivamente agli addetti alla gara.

2.3 Iniziative rivolte alle Associazioni e Unioni Sportive

Le iniziative da programmare nel corso dell'anno sportivo, rivolte ai tecnici, dirigenti e responsabili del settore giovanile, per la realizzazione dell'attività intercentri Minivolley, sono le seguenti:

2.3.1 Programma incontri

- ❑ Riunione di presentazione e consegna del programma dell'attività Minivolley (Ottobre)
- ❑ Riunione di verifica (Aprile)
- ❑ Organizzazione della manifestazione finale (Maggio)

2.3.2 Riunioni arbitri

- ❑ Riunioni formazione arbitri (Gennaio-Febbraio)
- ❑ Attività pratica per la preparazione del settore arbitrale Minivolley (Febbraio)

2.3.3 Programma attività

- ❑ Corsi di aggiornamento per istruttori giovanili (Dicembre-Gennaio)
- ❑ Attività pratica con le Società per la verifica del programma (Grand Prix) (Gennaio-Febbraio)
- ❑ Iscrizioni squadre (Gennaio)
- ❑ Formazione calendari (Febbraio)
- ❑ Inizio attività (Marzo)
- ❑ Manifestazione finale
in contemporanea in più sedi della provincia di Cagliari (Maggio)
- ❑ Torneo di Minivolley Beach (Luglio-Agosto)

2.4 L'attività Scuola – Minivolley

Sulla base del protocollo d'intesa tra il CONI ed il Ministero Pubblica Istruzione si rinnova un accordo di collaborazione stipulato nel 1980, che racchiude profondi mutamenti verificatisi in questi anni nella Scuola e nello sport.

A seguito dell'attuazione dell'autonomia scolastica, la Scuola potrà scegliere, tra i vari progetti, quelli che meglio si integrano con le esigenze territoriali e nell'ambito dell'attuazione dei vigenti programmi ministeriali.

La FIPAV, come gran parte delle Federazioni Sportive, sulla base delle richieste formulate dal M.P.I., ha elaborato un piano di intervento tenendo come punto di riferimento l'Insegnante, considerando il suo contributo educativo irrinunciabile nella realizzazione delle attività sportive nell'ambito delle istituzioni scolastiche.

Per tale ragione, il progetto Scuola-Minivolley, riferendosi all'attuale normativa, si presenta alla Scuola attraverso i corsi di aggiornamento per Maestri e Insegnanti di Educazione Fisica e fornendo un contributo organizzativo per la partecipazione all'attività torneistica del Minivolley per la Scuola Elementare e Media Inferiore.

Il D.M. 133/96 e il successivo D.P.R. 567/96 chiariscono l'importanza di una "Scuola aperta al territorio, favorendo l'attivazione di ogni tipo di iniziativa nella quale le risorse del territorio possano diventare risorse per i giovani, prefigurando continuità fra Scuola ed extra-scuola".

In base alla circolare 466 del 31/07/1997, il giocosport si realizza sui progetti delle Federazioni Sportive.

Il progetto tecnico deve essere presentato al:

1. Consiglio di Circolo
2. Collegio Docenti, che valuterà le proposte di giocosport e individuerà il docente o i docenti cui affidare la conduzione dell'attività.

Tutte le iniziative che, a livello locale, dovessero essere intraprese da parte di Società Sportive nell'ambito della Circolare Ministeriale 184 del 08/09/1997, dovranno essere concordate con il Comitato Provinciale FIPAV di appartenenza e i suoi referenti e interlocutori presso i locali Provveditorati.

Una delle possibili forme di autonomia attuabili in una Scuola si ritiene potrà essere l'Associazione Scolastica Sportiva, che avrà lo scopo di creare strutture e servizi che rispondano alle esigenze dei giovani utenti, alle aspettative dei genitori e concretizzino il valido contributo che la pratica motoria e sportiva può dare al processo educativo.

La FIPAV fornirà appoggio tecnico ed organizzativo all'iniziativa attraverso il Responsabile Provinciale Scuola e Minivolley.

Si acclude un progetto di statuto possibile da adattare alle varie realtà (appendice 2).

2.5 Iniziative rivolte alla Scuola

L'attività da programmare nel corso dell'anno scolastico per la realizzazione di tale progetto è la seguente:

Scuola Elementare

- π Corsi di aggiornamento per insegnanti di 1° e 2° livello "Scoprire l'educazione motoria attraverso il Minivolley"
- π Attività di classe e di istituto (Gennaio/Febbraio)
- π Attività interistituto
Le Scuole che ne fanno richiesta potranno partecipare all'attività torneistica del Minivolley, categoria Topolini e Leprotti, organizzati dal Comitato Provinciale FIPAV (Marzo/Maggio)
- π Partecipazione alla manifestazione conclusiva (Maggio)

Scuola Media Inferiore

- π Corsi di aggiornamento per insegnanti "Dal Minivolley al 6 contro 6"
- π Attività di classe e di istituto (Gennaio/Febbraio)
- π Attività interistituto rivolta agli alunni delle classi 1° e 2°
Le Scuole che ne fanno richiesta potranno partecipare all'attività torneistica del Minivolley, categoria Canguri, organizzati dal Comitato Provinciale FIPAV (Marzo/Maggio)
- π Partecipazione alla manifestazione conclusiva (Maggio)

2.6 Centri di Avviamento allo Sport

Con le nuove direttive del CONI si assegnano ai Centri di Avviamento allo Sport nuove e specifiche finalità. Queste sono state annunciate con il documento programmatico del 1995 “Verso un nuovo ruolo dei Centri di Avviamento allo Sport nella promozione della pratica sportiva giovanile”, dove si propone una totale modifica, del ruolo e delle attività dei Centri stessi*.

Nel successivo “Progetto del nuovo ruolo dei Centri di Avviamento allo Sport” del 1996, è stata riconosciuta ai CAS, a livello territoriale, la funzione di referenti istituzionali e di interlocutori privilegiati per le Società Sportive che intendono sviluppare, promuovere e praticare l’attività giovanile. Quindi essa deve rappresentare per la Federazione Italiana Pallavolo, come per tutte le F.S.N., il “terreno” da coltivare oggi per raccogliere buoni frutti un domani non molto lontano; in tale direzione, appare indispensabile che le Società Sportive ne apprezzino sempre di più la validità ai fini di una crescita tecnico-sportiva.

In quest’ottica esse devono tendere alla crescita qualitativa delle attività giovanili di base, per la rivalutazione dei vivai.

In sintesi, il progetto del nuovo ruolo dei Centri di Avviamento allo Sport si propone di raggiungere i seguenti obiettivi:

- sviluppare la cultura dell’attività giovanile di base nell’ambito delle Società Sportive;
- rivalutare, potenziare e proteggere i vivai;
- realizzare un programma che consenta la crescita qualitativa tecnico-sportiva dell’attività giovanile.

I Centri di Avviamento allo Sport vengono promossi dagli organi periferici del CONI e dalla FIPAV e sono realizzati e gestiti dalle Società affiliate. Si individua, all’interno della struttura, la suddivisione in tre fasce d’età ben diversificate:

1° fascia	6-8 anni	Attività di promozione e di educazione motoria di base
2° fascia	9-11 anni	Attività mirate all’avviamento della pratica sportiva
3° fascia	11-14 anni	Attività mirate alla selezione e prestazione in vista della pratica agonistica federale

Elemento essenziale per la realizzazione dei CAS di pallavolo è la presenza di istruttori giovanili Federali, formati attraverso i corsi organizzati dai Comitati Provinciali FIPAV.

Tutte le Società, che operino con ragazzi/e fino ai 14 anni, dovrebbero avere almeno un tecnico in possesso della qualifica di istruttore giovanile e che sia già allenatore di 1° o 2° grado.

Le Società Sportive che intendono richiedere l’apertura dei Centri di Avviamento allo Sport devono avere i seguenti requisiti:

1. affiliazione alle rispettive Federazioni da almeno una stagione sportiva;
2. partecipazione con le proprie squadre all’attività agonistica giovanile federale;
3. presenza di tecnici con qualifica di istruttore giovanile;
4. presenza di allievi appartenenti ad almeno una delle fasce d’età previste dalla Federazione nell’ambito dell’attività giovanile (Minivolley e Under 14), per un minimo di 20;
5. rapporto numero allievi/istruttore non superiore a 1/20;
6. idoneità dell’impianto per l’avviamento e l’insegnamento del gioco della pallavolo;

*E’ tuttora in fase di revisione, da parte del CONI, un progetto che prevede non solo la ristrutturazione dei Centri di Avviamento allo Sport ma una rivisitazione generale di tutta l’attività giovanile.

7. periodo di attività da Ottobre a Maggio;
8. metodologia di allenamento definito in accordo con la FIPAV;
9. fasce d'età individuate, nell'arco compreso tra i 6 e i 14 anni, secondo le diverse categorie previste dalla Federazione (cat. Topolini, Leprotti, Canguri e Under 14);
10. numero minimo di lezioni settimanali: per il primo ciclo 2, per il secondo 2/3 e per il terzo 3;
11. parere favorevole della struttura provinciale della Federazione.

Le richieste d'apertura vanno presentate al Comitato Provinciale del CONI all'inizio d'ogni stagione sportiva entro i termini annualmente stabiliti (generalmente entro il 31 Ottobre di ogni anno).

Sempre all'inizio di ogni stagione sportiva, entro i termini stabiliti dal CONI, vanno presentate anche le richieste di conferma attività da parte delle Società in cui è già operante un CAS. I moduli per l'apertura e la riconferma sono reperibili presso gli organi del CONI e della FIPAV.