



Regole di gioco S3 da utilizzare nelle tappe minivolley.

Ver 2.1 - Novembre 2016 / Num.Pagine 4

A cura di Massimo Baronti – Referente Scuola e Promozione

Ogni tappa di minivolley contiene al suo interno **tre distinti tornei** che si giocheranno su **tre livelli di "Abilità di gioco"** di difficoltà crescente.

Ognuno dei tre **Tornei S3** ha regole di gioco differenti, **adattate** alle capacità dei giovani atleti. Le regole di gioco utilizzate derivano dal regolamento **"3vs3 - U13 maschile"**. Gli adattamenti alle regole di gioco sono denominate **facilitazioni**.

Il tre livelli di gioco sono distinti con i seguenti nomi:

1. **White** - per i più piccoli e meno esperti;
2. **Green** - per cominciare a comprendere le dinamiche e le tecniche di gioco;
3. **Red** - per i più esperti.

Pertanto, il livello WHITE sarà quello con le maggiori **facilitazioni** mentre il livello RED sarà quello giocato tutto *"al volo"* e, dei tre, è quello più simile alla pallavolo 6vs6. Il GREEN è un livello intermedio tra WHITE e RED.

Tutti e tre i livelli, WHITE, GREEN e RED, descritti nelle seguenti pagine, si giocheranno con una versione di regole **facilitata** rispetto a quelle del **3vs3 - U13 maschile**.

Per iscrivere una squadra di 3-5 giocatori ad una tappa di minivolley è necessario specificare il livello di gioco a cui questa intende partecipare.

Livello tecnico WHITE

Riservato ai bambini più piccoli e ai meno esperti. In questo livello vengono permesse tutte le facilitazioni possibili escluso "far rimbalzare la palla a terra". I "tre tocchi" classici della pallavolo, a disposizione della squadra per rilanciare la palla nel campo avversario, saranno **facilitati** da PRESE e LANCI.

Ogni giocatore entra in contatto con la palla con una PRESA (alta o bassa) ed in seguito la passa o la rilancia nel campo avversario con un LANCIO.

In questo livello di gioco, è auspicabile, all'arrivo della palla nel proprio campo, realizzare la sequenza di gioco:

- 1) Presa → Passaggio della palla all'alzatore;
- 2) Presa → Lancio di Alzata;
- 3) Presa → Rilancio nel campo avversario.

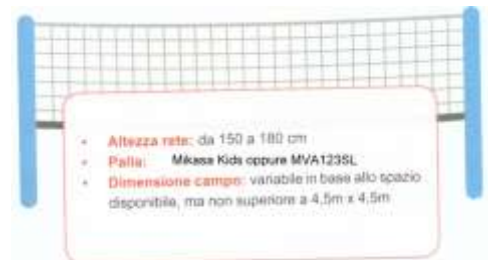
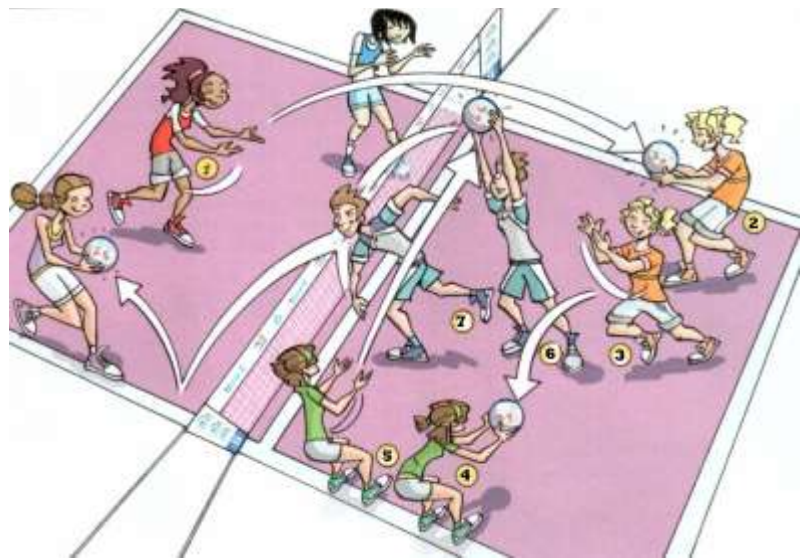
Si consiglia gli istruttori ad allenare e far giocare i propri allievi secondo il seguente schema:

Battuta - Il giocatore in battuta (1) inizia il gioco con un lancio della palla da qualsiasi parte del campo (Dentro o fuori dal campo, **preferibilmente** utilizzando un lancio da sopra la testa);

Ricezione/difesa – il giocatore blocca la palla con una presa bassa o alta (2). Dopo averla bloccata, passa la palla (3) ad un compagno (alzatore) con un lancio dal basso o dall'alto.

Alzata – l'alzatore blocca la palla (4) che gli arriva dal compagno che ha ricevuto/difeso. Poi esegue l'*alzata*: un lancio a due mani dal basso (5).

Attacco – la palla così *alzata* sarà bloccata **preferibilmente sopra la testa** (6) dal giocatore che si accinge ad attaccare; dopo averla bloccata, esegue un lancio **preferibilmente da sopra la testa** (7) verso il campo avversario.



Livello tecnico Green

Nel livello GREEN si introduce il gioco al VOLO. Come nella pallavolo 6vs6 la squadra può toccare la palla tre volte. L'unica **facilitazione** concessa è quella di poter bloccare la palla in almeno uno dei tre TOCCHI a disposizione. Pertanto è possibile bloccare la palla in fase di RICEZIONE/DIFESA oppure in fase di ALZATA oppure in fase di ATTACCO. Dal punto di vista tecnico, la raccomandazione è quella di utilizzare il blocco della palla in fase di alzata per le due seguenti ragioni:

- 1) Incentivare l'uso del BAGHER e del PALLEGGIO anche se questi due fondamentali sono, per i tre giocatori in campo, spesso imprecisi; imprecisione che può essere compensata dall'alzatore che ha la possibilità di bloccare la palla e correggere così il passaggio del compagno che lo ha preceduto;
- 2) Permettere un'alzata precisa che a sua volta incentiverà il TERZO TOCCO al volo realizzato con un pallonetto ad una mano o con una schiacciata, piuttosto che con un palleggio o un bagher.

Pertanto, si consiglia gli istruttori ad allenare e far giocare i propri allievi secondo il seguente schema:

Battuta (1) - eseguita colpendo la palla dal basso, a mano aperta o chiusa (Battuta da sotto), **preferibilmente** da fuori campo;

Ricezione/Difesa (2) – il primo passaggio verso l'alzatore sarà eseguito in bagher o palleggio.

Alzata (3) – l'alzatore **blocca** la palla che gli arriva dal compagno che ha ricevuto (utilizzando Palleggio o Bagher); di seguito esegue un'alzata scegliendo tra:

- un lancio a due mani dal basso oppure
- un palleggio da eseguire dopo che lo stesso giocatore si è lanciato la palla in alto sopra la testa (*Palleggio Facilitato*).

Attacco (4) – la palla alzata dal compagno sarà inviata dal giocatore ATTACCANTE verso il campo avversario con un tocco al volo, **preferibilmente** ad una mano, simile ad un pallonetto o ad una schiacciata; oppure Palleggio/Bagher.



Livello tecnico Red

Ogni intervento sulla palla è al volo.

Battuta, Ricezione/Difesa, Alzata, Attacco

Valgono le regole del **3vs3 - U13 maschile**, togliendo i *Falli di Invasione* e con l'obbligo di utilizzare la *Battuta dal Basso*. Inoltre, essendo il RED un livello dove si intende **giocare al volo**, deve essere sanzionato ogni intervento sulla palla che è **verosimilmente un blocco** della stessa. Inoltre deve essere sanzionato il *Doppio Tocco* ma ovviamente non la classica *Doppia in Palleggio*.

