

IL PERCORSO FORMATIVO

Il progetto S3 vuole avviare al gioco della pallavolo in maniera diversa, avvalendosi di tre concetti fondamentali: il GIOCO, attraverso la proposta non di esercizi ma di attività ludiche, la FACILITAZIONE, con la modifica di alcune regole cardine della pallavolo (la palla si potrà “bloccare” e potrà “rimbalzare a terra”), e la FLESSIBILITA', perché il numero di giocatori per squadra sarà determinato dal numero di alunni che parteciperanno alla lezione e dal numero di palloni che si avranno a disposizione.

IL GIOCO S3

Il gioco S3 prende il nome dal progetto stesso. Ha la stessa struttura del gioco della pallavolo: battuta, ricezione, alzata, attacco, muro e difesa. La conquista del punto avviene ogni volta che la palla cade a terra nel campo avversario. La facilitazione permette di sostituire i fondamentali con il lancio e il blocco della palla, consentendo ai bambini di giocare subito.

Attraverso un percorso didattico flessibile, i docenti potranno comporre le squadre con un numero di giocatori variabile: 2 contro 2, 3 contro 3, 4 contro 4, ecc.

LO SPIKEBALL

Per arrivare prima possibile al gioco S3, ecco la grande novità: lo SPIKEBALL, il “gioco della schiacciata”, che fonda i suoi cardini sui tre presupposti dell'intero progetto S3: GIOCO (competitivo), FACILITAZIONE (la rete è molto più bassa, la palla può essere bloccata e può rimbalzare a terra) e FLESSIBILITA' (si gioca con un numero di giocatori e di palloni variabile, in base alle necessità della lezione).

Perché lo SPIKEBALL? Perché si vuole rendere lo studente protagonista della conquista del punto, con l'azione di gioco che parte dal gesto dell'attacco e arriva pian piano alla “vera e propria schiacciata”, che potrà essere recuperata e difesa facilmente dalla squadra avversaria, perché la palla può rimbalzare a terra prima di essere bloccata, per ripartire subito e schiacciare di nuovo verso il campo avversario. Il GIOCO competitivo consentirà di inserire subito il punteggio “da competizione”; la FACILITAZIONE permetterà di giocare da subito, perché non sarà necessario saper eseguire il palleggio e il bagher, ma ci si concentrerà sullo sviluppo del concetto di “attacco”, sia esso effettuato con un lancio a una mano che a due mani, sia con un tentativo di schiacciata; la FLESSIBILITA' consentirà di passare pian piano dal gioco individuale al gioco di squadra, modulando il numero di passaggi richiesti in base alle abilità.

Lo Spikeball, nelle versioni white, green e red, deve fin da subito integrarsi con le rispettive versioni dell'S3.

Ti presentiamo subito S3, che costituisce il tuo punto di arrivo e ti consigliamo di costruire così la tua lezione:

- 1) Parti con uno dei tanti giochi di avviamento alla pallavolo
- 2) Scegli la versione di spikeball più adeguata alle capacità dei ragazzi
- 3) Poi proponi la versione di S3 che reputi più opportuna
- 4) Utilizza i giochi per l'allenamento dei fondamentali per migliorare le tecniche dei ragazzi.

S3: il gioco della pallavolo

Il gioco S3 segue un percorso didattico che rispetta le regole dell'apprendimento "dal facile al difficile" e "dal semplice al complesso".

Viene di seguito presentato con la formula del 3 contro 3, ma applicando il concetto di flessibilità si possono utilizzare tutte le diverse situazioni di numero di alunni e di spazi a disposizione.

La progressione didattica prevede la suddivisione in 3 livelli di abilità crescente:

- Il livello base "WHITE", per i più piccoli e per i meno esperti;
- Il livello intermedio "GREEN", per apprendere le dinamiche del gioco S3;
- Il livello avanzato "RED", che utilizza le stesse dinamiche della pallavolo dei grandi.

La suddivisione in tre livelli consente all'insegnante la composizione di gruppi omogenei per capacità o eterogenei, per favorire l'integrazione tra alunni con diversi livelli di abilità. Ne deriva una maggiore rapidità nell'organizzazione delle squadre e la struttura per "livelli di competenza" determina nei ragazzi una motivazione a migliorarsi e salire dal WHITE al GREEN al RED.

Questa suddivisione consente anche una facile composizione delle squadre nei tornei di classe e interclasse.

Altezza rete: da 170 a 200 cm

Palla: Spike School

Dimensioni campo: variabile in base allo spazio disponibile, ma non superiore a 6x6mt.

	BATTUTA	1° TOCCO	2° TOCCO	3° TOCCO
S3 White Anni di nascita: 2009-2010-2011	Lancio dal basso	Blocco e passaggio	Blocco e passaggio	Blocco e attacco libero
S3 Green Anni di nascita: 2007-2008	Lancio o battuta dal basso	Blocco e passaggio	Blocco e alzata	Attacco libero (non è possibile bloccare la palla)
S3 Red Anni di nascita: 2005-2006	Battuta dal basso	Ricezione (non è possibile bloccare la palla)	Alzata (non è possibile bloccare la palla)	Attacco libero
Under 12 2005-2006-2007	Battuta dal basso	Tecnica libera	Tecnica libera	Tecnica libera di attacco

	ATTIVITA' SCOLASTICA	Dimensione campo	Altezza rete consigliata	Si consigliano i seguenti palloni OMOLOGATI FIPAV
S3 White Anni di nascita: 2009-2010-2011	1°- 2° classe scuola primaria	mt. 4,5 x 4,5	mt. 1,60	Mikasa SKV5 Kids Molten 210gr. V210 First Touch Spike Mini 1, Spike Mini 2
S3 Green Anni di nascita: 2007-2008	3°- 4° classe scuola primaria	mt. 4,5 x 4,5	mt. 1,70	Mikasa SKV5 Kids Molten 210gr. V 210 First Touch Spike Mini 1, Spike Mini 2
S3 Red Anni di nascita: 2005-2006	5° classe scuola primaria e 1° classe scuola secondaria 1° grado	mt. 4,5 x 4,5	mt. 1,80	Molten 210gr. V 210 First Touch Spike School Mikasa 123L, Mikasa 123
Under 12 2005-2006-2007	5° classe scuola primaria e 1° classe scuola secondaria 1° grado	3 vs 3: mt 4,5 x 4,5 6 vs 6: mt 6 x 6	mt. 2.00	Mikasa 123L Molten VM2501L Spike School

S3 WHITE

Battuta: lancio libero a una mano o due mani da dentro o fuori campo

Ricezione: la palla deve essere bloccata e passata con un lancio o con un palleggio facilitato (tipo palleggio da sopra la testa) a un compagno che alza.

Alzata: l'alzata deve essere effettuata con un lancio dal basso verso l'alto.

Attacco: l'attaccante blocca la palla e la invia verso il campo avversario.

S3 GREEN

Battuta: battuta dal basso da fuori campo

Ricezione: la palla può essere bloccata e passata con un lancio a un compagno che alza.

Alzata: l'alzata può essere diretta oppure effettuata con un auto-lancio e palleggio facilitato verso l'attaccante.

Attacco: l'attaccante invia la palla nel campo avversario in schiacciata, pallonetto o palleggio.

S3 RED

Battuta: battuta con tecnica libera, anche in salto.

Ricezione: la palla deve essere ricevuta in bagher o palleggio e inviata al compagno che alza.

Attacco: l'attaccante invia la palla nel campo avversario in schiacciata, pallonetto o palleggio.

Muro: si deve incentivare l'esecuzione del muro sull'attacco avversario.

LO SPIKEBALL: il gioco propedeutico all'S3

Lo Spikeball è il gioco della schiacciata, da cui inizia ogni azione di gioco. Questo lo rende uno strumento didattico che rivoluziona il percorso di apprendimento della pallavolo. È un percorso che sviluppa i principi del gioco di squadra.

È suddiviso in 3 libelli: WHITE, GREEN, RED, ognuno dei quali può essere giocato nelle formule 1 contro 1, 2 contro 2, 3 contro 3.

Anche lo Spikeball si avvale dei tre concetti chiave del progetto: "GIOCARRE SUBITO", perché è un gioco immediato, che non richiede alcuna preparazione specifica, se non la conoscenza del gioco stesso e ha come scopo la conquista del punto e non l'acquisizione solo per errore avversario; "LA FACILITAZIONE", perché la palla può anche rimbalzare a terra anche più volte, può essere bloccata e passata al compagno; "LA FLESSIBILITÀ", perché può essere giocato dall'1 contro 1 al 2 contro 2, al 3 contro 3 fino a un numero di giocatori per squadra definito dal numero totale di alunni.

Altezza rete: variabile in base alla statura media della classe, ma comunque compresa tra 100 e 180 cm

Palla: Spike School

Dimensione campo: variabile in base allo spazio disponibile e al numero di ragazzi coinvolti, da 2 ai 4 metri di larghezza e dai 6 ai 9 metri di lunghezza.

	1°Attacco	Difesa	Alzata	Attacco
Spikeball Livello White 2009-2010-2011	Lancio a due mani	Blocco dopo 1 o 2 rimbalzi a terra della palla e lancio	Blocco e lancio	Blocco e attacco
Spikeball Livello Green 2007-2008	Lancio o attacco ad una mano	Blocco dopo 1 rimbalzo a terra della palla e lancio	Blocco e palleggio di alzata	Attacco diretto
Spikeball Livello Red 2005-2006	Autolancio e attacco	Blocco dopo 1 rimbalzo a terra della palla e lancio	Palleggio di alzata	Attacco diretto

Spikeball Livello White 2009-2010-2011	1° e 2° classe scuola primaria (3x3)	mt. 4,5 x 6	Altezza media bambino	Mikasa SKV5 Kids Molten 210gr. V 210 First Touch Spike Mini 1 Mini 2
Spikeball Livello Green 2007-2008	3° e 4° classe scuola primaria (3x3)	mt. 4,5 x 6	Altezza media bambino	Mikasa SKV5 Kids Molten 210gr. V 210 First Touch Spike Mini 1 Mini 2
Spikeball Livello Red 2005-2006	5° classe scuola primaria e 1 classe scuola secondaria 1° grado (3 x3)	mt. 4,5 x 9	Altezza media bambino	Molten 210gr. V 210 First Touch Spike School Mikasa 123L Mikasa 123

SPIKEBALL WHITE

Lo Spikeball white prevede che la palla venga lanciata a due mani da sopra il capo direttamente nel campo avversario, o nel proprio, ma comunque facendo in modo che la traiettoria la porti a cadere nel campo avversario passando sopra alla rete.

Il gioco inizia con un attacco verso il campo avversario

Attacco: deve essere eseguito con un lancio a due mani da sopra il capo verso il campo avversario o nel proprio campo, ma in modo che la palla, con il rimbalzo, vada nel campo avversario, scavalcando la rete, oltre la linea che delimita il campo.

Difesa: la palla deve essere bloccata dopo 1 o più rimbalzi e poi passata al compagno che la blocca e sceglie se effettuare un'alzata o attaccare lui stesso il campo avversario.

Alzata: si effettua con un lancio dal basso a due mani verso il compagno che, con un lancio a due mani da sopra il capo, attacca verso il campo avversario facendo passare la palla sopra alla rete, direttamente (tiro nel campo avversario) o indirettamente (schiacciando nel proprio campo così che la palla scavalchi la rete dopo il rimbalzo).

SPIKEBALL GREEN

Lo Spikeball green prevede che la palla venga lanciata a una mano da sopra il capo, nel campo avversario o nel proprio, ma comunque facendo in modo che la traiettoria la porti a cadere nel campo avversario, passando sopra la rete.

Il gioco inizia con un attacco verso il campo avversario

Attacco: deve essere eseguito con un lancio a una mano da sopra il capo verso il campo avversario, facendo passare la palla solo sopra la rete.

Difesa: la palla deve essere bloccata dopo 1 o più rimbalzi e poi passata al compagno che la blocca e sceglie se effettuare un'alzata o attaccare lui stesso il campo avversario.

Alzata: si effettua con un palleggio facilitato verso il compagno che blocca e, con un lancio a una mano da sopra il capo, attacca verso il campo avversario, facendo passare la palla solo sopra la rete, direttamente (tiro nel campo avversario) o indirettamente (schiacciando forte nel proprio campo in modo che la palla scavalchi la rete dopo il rimbalzo).

SPIKEBALL RED

Lo spikeball red prevede che la palla venga schiacciata direttamente nel campo avversario. In questa versione si inserisce il concetto di muro, facendo direzionare i bambini sulla traiettoria della palla, con l'obiettivo di respingerla.

Il gioco inizia con un attacco verso il campo avversario

Attacco: deve essere eseguito con una schiacciata verso il campo avversario, facendo passare la palla solo sopra la rete.

Muro: il bambino si posiziona sulla traiettoria della palla attaccata dall'avversario, con le mani alte, protese e parallele sopra la rete, in modo da cercare di non farla passare nel proprio campo.

Difesa: la palla può essere bloccata, ma anche gestita con un colpo diretto sempre e comunque dopo 1 o più rimbalzi e poi passata al compagno, che può bloccare o respingere al volo scegliendo di alzare o di attaccare lui stesso il campo avversario.

Alzata: si effettua con un palleggio o con un bagher diretto verso il compagno che, con una schiacciata, attacca verso il campo avversario, facendo passare la palla solo sopra la rete.

WHITE 1 vs 1

Questo livello rappresenta il primo e immediato contatto con il gioco. La formula dell'1 contro 1 consente di adattare lo spikeball a qualsiasi situazione: campi non segnati, spazi aperti, alto numero di alunni. Questo gioco consente un impegno individuale elevato e un'alta frequenza di contatto con il pallone.

Il gioco inizia con un attacco verso il campo avversario

Attacco: può essere eseguito con un lancio a una mano o a due mani verso il campo avversario.

Difesa: la palla può essere bloccata dopo 1 o 2 rimbalzi, si corre verso la rete e si effettua l'attacco.

GREEN 2 vs 2

Questo livello rappresenta il passaggio da un gioco dinamico e di movimento a un gioco in cui si introducono i primi elementi tecnici, perfezionabili attraverso i giochi per lo sviluppo dei fondamentali. Si consigliano mini partite a punteggio.

Il gioco inizia con un attacco verso il campo avversario

Attacco: può essere eseguito con un lancio a una mano o a due mani verso il campo avversario

Difesa: la palla può essere bloccata dopo 1 o 2 rimbalzi, con auto-lancio e palleggio si alza la palla al compagno che attacca

Alzata: dopo il blocco si effettua un palleggio di alzata al compagno che attacca.

RED 3 vs 3

Nel livello RED 3 contr 3 quasi tutto deve essere giocato al volo. La formula da proporre deve essere quasi esclusivamente a punteggio, mini-partite, con squadre che si alternano in campo alla conquista della vittoria.

Il gioco inizia con un attacco verso il campo avversario

Attacco: può essere eseguito con un pallonetto o una schiacciata verso il campo avversario

Difesa: la palla può essere bloccata dopo 1 rimbalzo, poi con auto-lancio e palleggio si alza la palla al compagno.

Alzata: dopo la difesa si effettua un'alzata diretta al compagno che attacca.

Muro: su ogni attacco avversario incentivare l'utilizzo del muro.