

# Associazione Culturale e Sportiva Dilettantistica Francesco d'Assisi

## CORSO MINI VOLLEY

Il minivolley è un gioco-sport in cui si fondono diversi elementi: schemi motori statici e dinamici (di movimento), la capacità di coordinazione, le capacità cognitive e le emozioni. Questi diversi elementi, quando integrati correttamente ed in modo equilibrato, contribuiscono a formare il "comportamento motorio-relazionale" di ciascuno, una delle forme privilegiate di espressione, soprattutto nell'età infantile.

Il bambino viene considerato nella sua globalità: l'attenzione verrà data non solo alle sue capacità/difficoltà durante l'apprendimento dei fondamentali della pallavolo, ma anche alle sue emozioni, ai suoi pensieri, al suo mondo di bambino. Egli è il protagonista del percorso che andremo ad effettuare, secondo tale logica: la palla è un gioco - il gioco viene prima della tecnica - la tecnica si apprende giocando.

Verrà quindi utilizzato il gioco come strumento principale di lavoro, partendo da giochi semplici fino ad arrivare a quelli più complessi. La progressione riguarderà anche il numero di giocatori: si inizierà infatti dall'1 contro 1, passando gradualmente al 2 contro 2 ed infine al 3 contro 3.

Gli elementi base del gioco del minivolley sono:

1. La palla
2. L'ostacolo rete
3. L'avversario
4. Il mio spazio
5. Lo spazio avversario
6. Lo spazio del mio compagno
7. Le competenze
8. La comunicazione
9. Il punteggio

Ad ognuno di essi corrisponderanno diversi obiettivi che verranno gradualmente raggiunti nel corso dell'anno sportivo. Riportiamo di seguito il primo obiettivo di inizio stagione:

1. Obiettivo generale iniziale: CERCARE DI NON FARE CADERE LA PALLA

All'interno di tale obiettivo possiamo ritrovarne altri, tra cui :

1. Familiarizzazione, conoscenza e manipolazione della palla
2. Saper intercettare la palla
3. Saper controllare ed autogestire la palla
4. Saper cambiare direzione alla palla
5. Saper difendere il proprio spazio
6. Saper attaccare lo spazio avversario
7. Saper interagire con il compagno, dividersi lo spazio e assegnare le competenze

Durante l'anno gli obiettivi da raggiungere diventeranno gradualmente sempre più complessi, crescendo parallelamente le abilità dei bambini, con lo scopo di partecipare a fine anno a tornei di minivolley in cui le piccole atlete potranno mettere in campo ciò che hanno imparato quest'anno.

Parallelamente verranno svolti giochi di percezione corporea, giochi di equilibrio, giochi finalizzati alla percezione dello spazio, all'orientamento, giochi di squadra che rafforzino la dimensione del gruppo. E' essenziale infatti dare importanza e rivolgere l'attenzione, soprattutto in questa fascia d'età, alla percezione di sé, del proprio corpo, dell'altro, dello spazio in cui mi trovo: occorre tenere presente che si è in un'età delicata per la crescita corporea, psicologica e cognitiva dei bambini.

