

SCUOLA VOLLEY

Il progetto ha come obiettivo la stimolazione delle capacità coordinative di base dei bambini, attraverso esercitazioni a corpo libero e l'utilizzo della palla, al fine di apprendere i rudimenti del minivolley e della pallavolo.

DESTINATARI

- **Le classi II°, III°, IV°, V° della Scuola Primaria.**
- **ATTIVITA' A NUMERO CHIUSO.**

STRUTTURA DEL PROGETTO

Percorso di **10 lezioni**.

Ogni lezione prevede:

- prima fase di riscaldamento ((esercizi dinamici, percorsi, andature, ecc).
- fase centrale della lezione.
- gioco finale (“cacciatori e conigli”, “palla prigioniera”, “palla rilanciata”, “pallavolo”, ecc).
- esercizi di compensazione.

OBIETTIVI GENERALI

Nella fase di riscaldamento si faranno esercitazioni inerenti all'argomento della fase centrale della lezione, che di volta in volta affronterà o fondamentali tecnici del gioco del minivolley e, per gli alunni più grandi, della pallavolo.

Il gioco finale potrà essere un'attività di verifica sull'argomento trattato.

Vi sono – come evidente – degli obiettivi trasversali, quali il rispetto delle regole, dei compagni e dell'autorità.

E' prevista una fase di verifica finale, svolta attraverso la valutazione dei fondamentali tecnici appresi e una contestuale valutazione degli obiettivi trasversali.

OBIETTIVI SPECIFICI

- coordinazione generale;
- lancio e afferro;
- bagher/palleggio;
- palleggio (1 contro 1);
- battuta;
- battuta/ricezione (2 vs 2, con 5 battute a testa);
- esercizi di battuta e ricezione (3 vs 3, con 3 battute e la rotazione);
- attacco;
- torneo (3 battute a testa). Valutazione obiettivi raggiunti.
- Torneo (chi fa punto batte). Valutazione obiettivi raggiunti.

QUANDO

2° quadrimestre tra Febbraio e Maggio 2017

DOVE

Presso la palestra della propria scuola in orario scolastico.

REFERENTE DEL PROGETTO PER IL COMUNE DI

CINISELLO BALSAMO – SERVIZIO SPORT:

Piscitelli Marilena

Via XXV Aprile 4 - Cinisello Balsamo

Tel. 02/66023260

marilena.piscitelli@comune.cinisello-balsamo.mi.it

servizio.sport@comune.cinisello-balsamo.mi.it

RESPONSABILE DEL PROGETTO PER IL CIRCOLO POLISPORTIVO DILETTANTISTICO

AUPREMA SOC. COOP.

Direttore Scuola Pallavolo Federale Uniabita Volley: Prof.

Eugenio Scovino

e.scovino@uniabitavolley.it

Tel. 328 4122631