



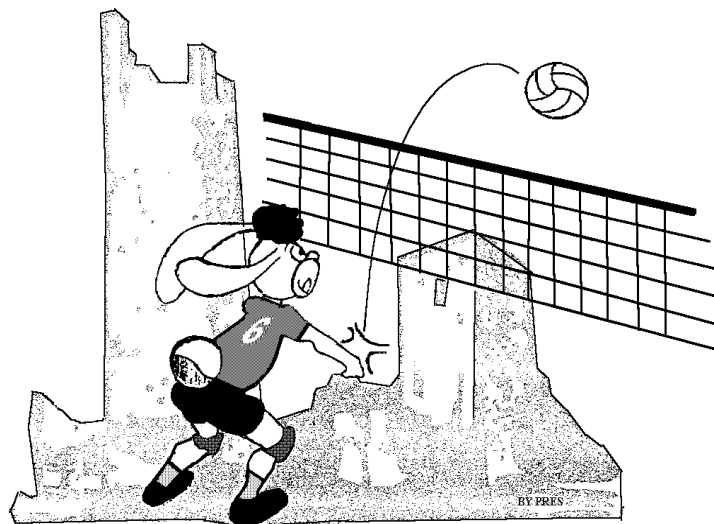
Settore Promozione Scuola e Minivolley

Fipav - Comitato Provinciale di Rovigo

CP 52 - 45100 Rovigo - Tel 0425/411820 - Fax 0425/411825 - scuolamini@fipavrovigo.net



Guida al Giocovolley



2009/2010

Caratteristiche del gioco

Il **Giocovolley** comprende un programma di giochi che permettono di esprimere intuizioni, immaginazione e volontà nel giovane atleta, aiutandolo a costruire un repertorio comportamentale che diventerà, con la crescita, la base dello sviluppo in un atleta adulto.

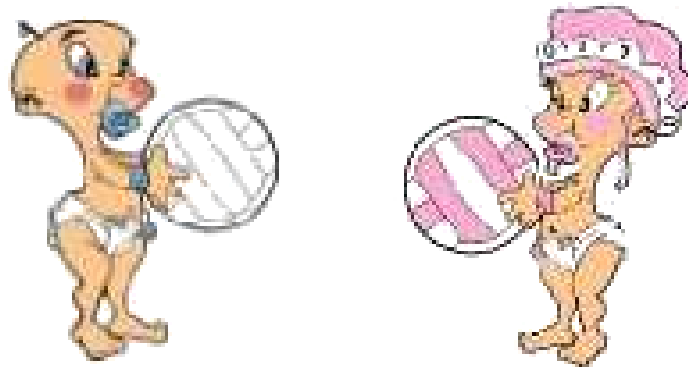
I giovani giocatori, tramite i giochi di seguito proposti, sono impegnati ad affrontare una serie di stimoli che, oltre a soddisfare il bisogno di movimento, contribuiscono a promuovere la cultura sportiva/pallavolistica, tramite il rispetto delle regole, del compagno di squadra e dell'avversario.

I giochi non esigono materiale particolare, ma semplici attrezzi di uso pallavolistico comune.

Hanno durata a tempo e non a punteggio, **che potrà variare**, a discrezione dell'organizzatore, per disponibilità di tempo/spazio/numero squadre, dai 15 ai 30 minuti, **purché venga comunicato all'inizio degli incontri**.

La Fipav, Comitato Provinciale di Rovigo, dispone l'organizzazione di **concentramenti indoor** (massimo a tre Società) per il calendario dell'attività invernale che va da gennaio ad aprile.

Si raccomanda il rispetto ed il fair-play fra gli atleti e i dirigenti responsabili.



Concentramenti di Giocovolley

modalità ed iscrizione

ISCRIZIONE

Possono partecipare al **Giocovolley** tutte le Società o Gruppi che aderiscono all'Attività Giovanile in regola con l'affiliazione ed il tesseramento.

Per iscriversi basta compilare in tutte le sue parti e faxare allo **0425/411825** il modulo d'iscrizione al **Giocovolley** (Allegato a pag.6) completo dell'elenco atleti tesserati all'attività giovanile (Allegato a pag.7) **entro lunedì 7 dicembre 2009.**

L'elenco atleti tesserati potrà essere integrato con nuovi nominativi, ogni volta che la Società lo riterrà opportuno.

SCOPO DEL GIOCOVOLLEY

Lo scopo del Giocovolley è quello di avvicinare i più inesperti alla pallavolo.

Attraverso i percorsi ed i giochi già prestabiliti i giovani atleti mettono in pratica quanto insegnato loro negli allenamenti.

DATE E ORARI

I concentramenti si svolgeranno di domenica pomeriggio con inizio delle attività indicativamente alle **15.00**. L'orario del calendario è quello d'inizio degli incontri. Si consigliano quindi le Società di arrivare almeno mezz'ora prima.

L'attività inizierà a **gennaio 2010**.

Le date definitive verranno comunicate entro **lunedì 21 dicembre 2009**.

MODALITA'

Il Comitato Provinciale dispone dei concentramenti, che si terranno a distanza di **un mese circa l'uno dall'altro**, nei quali le Società con le rispettive squadre si incontrano.

Ogni Società iscritta ha l'**obbligo** di ospitare una o più date. Sarà cura del Settore Promozione Scuola e Minivolley del Comitato Provinciale gestire le sedi in maniera opportuna, mantenendo quando possibile e se richiesto, una vicinanza geografica.

I concentramenti comprenderanno un massimo di **tre Società**.

All'inizio di ogni concentrazione consigliamo una breve cerimonia di presentazione dei partecipanti facendo dire loro il proprio nome ad alta voce e al termine piccolo rinfresco con cibi e bevande.

Le date e i luoghi potranno variare anche a programma avviato, purché d'accordo con le Società interessate e avvisando il **Settore Promozione Scuola e Minivolley del Comitato Provinciale Fipav Rovigo**, almeno 7 giorni dalla data, via fax (0425/411825) o via mail (scuolamini@fipavrovigo.net).

ATLETI

Possono partecipare i nati negli anni **2002/'03/'04** in regola con il tesseramento.

Consigliamo di indirizzare al **GiocoVolley** gli atleti più "vecchi" solamente se necessario. Sarà compito dei tecnici delle rispettive Società valutare caso per caso.

Visto la forma precaria dell'identificazione degli atleti, si raccomanda alle Società il **massimo rispetto delle regole**, soprattutto per la sicurezza degli stessi partecipanti.

Ogni atleta per poter partecipare all'incontro dovrà essere in possesso di **tesserino Fipav** e documento di autocertificazione. **Non sono ammessi all'attività giovanile atleti/e che già militano in campionati di categoria.**

LE SOCIETA' ORGANIZZATRICI DOVRANNO

Predisporre nel maggior numero possibile, i percorsi all'interno della propria palestra.

Ritirare all'arrivo delle Società ospiti, la **distinta atleti (CAMP3)**, i documenti di **Autocertificazione** (vedi vademecum) ed accertarsi dell'effettivo rispetto del regolamento.

Raccogliere gli elenchi dopo il concentramento ed **inviarli, assieme ai propri ed al Rapporto di Gara** (vedi vademecum), **al Settore Promozione Scuola e Minivolley del Comitato Provinciale Fipav Rovigo entro 7 giorni dalla data del concentramento.**

LE SOCIETA' OSPITI DOVRANNO

Contattare almeno 5 giorni prima della data del concentramento la Società ospitante, per definire il numero di squadre da portare.

Se per qualche motivo una volta definito il numero di squadre lo stesso dovesse variare, **avisare tempestivamente** la Società ospitante.

Predisporre per tempo **distinta atleti (CAMP3)**, relativi documenti di **Autocertificazione** (vedi vademecum) e **tessere Fipav** da consegnare all'arrivo, alla Società ospitante.

IDONEITA' MEDICO -SPORTIVA

Ogni atleta dovrà essere in possesso di un certificato di idoneità medico-sportiva per attività non agonistica rilasciata da un medico di base.

Il Presidente della Società sarà l'unico responsabile di eventuali violazioni.

PRESTITO GRATUITO MATERIALE

Si ricorda alle Società interessate, che presso il Comitato sono disponibili in prestito gratuito, 10 reti corte (m.5,5 e m.7), 2 reti lunghe (m.20) e 8 pali auto sostenuti (pari a 4 campi); basta farne richiesta scritta al momento dell'iscrizione usufruendo dei relativi moduli (vedi vademecum).

FORMULE DI GIOCO

livello	Anno di nascita	Misure del campo	Palloni	Giocatori	Formula e punteggi
gioco	2002/03/04 misto	varie	70 gr.	5/7	a tempo max 20 minuti

MULTE

A garanzia di una regolarità delle attività, una volta stilato il calendario definitivo dei concentramenti, le Società che per qualsiasi motivo venissero meno agli impegni presi, saranno comminate delle multe secondo il seguente criterio:

- rinuncia da parte di una Società a partecipare alle attività **multa di € 100.00**
- rinuncia da parte di una Società a recuperare il concentramento **multa di € 100.00**
- variazione delle date dei concentramenti non comunicate alle Società interessate e alla Segreteria del Comitato entro i 7 giorni dalla data prevista **multa di € 50.00**
- mancato invio, presso il Comitato provinciale, della documentazione relativa al concentramento **multa di € 25.00**
- mancata consegna del materiale Fipav prestato nel tempo stabilito **multa di € 25.00**

Non essendo il Comitato Provinciale in grado di garantire un visore ad ogni concentramento, **farà fede la segnalazione della Società organizzatrice tramite il Rapporto di Gara (vedi vademecum) su carta intestata con timbro e firma del Rappresentante Legale**, che dovrà pervenire assieme alla documentazione del Concentramento o Festa entro 7 giorni dalla data. **La Commissione gare** provvederà ad approvare la multa e, tramite il Comunicato, segnalarla a chi di competenza. Le eventuali multe serviranno da fondo cassa per acquisto di materiale tecnico e sportivo del Settore.

L'ATTIVITA' INIZIERA' A GENNAIO 2010



Settore Promozione Scuola e Minivolley

Fipav - Comitato Provinciale di Rovigo

CP 52 - 45100 Rovigo - Tel 0425/411820 - Fax 0425/411825 - scuolamini@fipavrovigo.net



MODULO DI ISCRIZIONE ALL'ATTIVITÀ DI GIOCOVOLLEY 2009/2010

(da compilare in stampatello)

Nome Società scritto per esteso

Codice FIPAV

RECAPITO CORRISPONDENZA

Via

n°

CAP

Comune

Prov

Telefono

Fax

_Mail (obbligatoria)

GIORNO ed ORARIO INCONTRI INTERNI: Domenica, con inizio alle ore _____

NUMERO SQUADRE CHE SI VUOL FAR PARTECIPARE (previsto): _____

CAMPO DI GIOCO

Denominazione Palestra

Via

n°

CAP

Comune

Prov

PER COMUNICAZIONI URGENTI CHIAMARE: _____

AL NUMERO: _____

I dati dei nominativi presenti in questo elenco potranno essere divulgati alle altre Società per creare una guida. Chi non lo desiderasse è pregato di specificarlo barrando la casella

NON DESIDERO CHE I NOMINATIVI VENGANO DIVULGATI

Preferenze per la trasferta:

- accetto anche trasferte lunghe per poter giocare con Società diverse;
- possibilmente trasferte corte;

Data

Timbro della Società

Firma del Presidente



Settore Promozione Scuola e Minivolley

Fipav - Comitato Provinciale di Rovigo

CP 52 - 45100 Rovigo - Tel 0425/411820 - Fax 0425/411825 - scuolamini@fipavrovigo.net



ELENCO TESSERATI ALL'ATTIVITÀ GIOVANILE 2009/2010

(da consegnare alla Commissione Settore Promozione Scuola e Minivolley ad inizio attività)

della Società
di

	Cognome e Nome	Tessera n°	Data di nascita	
			Maschi	Femmine
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

Data

Timbro della Società

Firma del Presidente

PRIMO INVIO

SOSTITUISCE IL PRECEDENTE

SEGUE AL PRECEDENTE

GIOCOVOLLEY 2010

PRIMA FESTA

GIOCO 1: BATTIMURO

Come si gioca

Gli atleti sono disposti in fila dietro una linea distante circa 4,5 metri dalla parete. Il primo atleta della fila (A) ha il pallone in mano; l'atleta B si trova più avanti a circa 3 metri dalla parete in attesa di intercettare il pallone.

Al VIA l'atleta A batte il pallone addosso al muro sopra una linea alta circa metri 1.90; dopo il rimbalzo della palla a muro l'atleta B cercherà (muovendosi liberamente) di prendere il pallone al volo; **se ci riesce 1 punto per la squadra**. Indipendentemente dalla riuscita del gioco si ruota: l'atleta A prende il posto dell'atleta B il quale, recuperata la palla la porterà al compagno C e si posizionerà in coda alla propria fila; l'atleta C riprende il gioco.

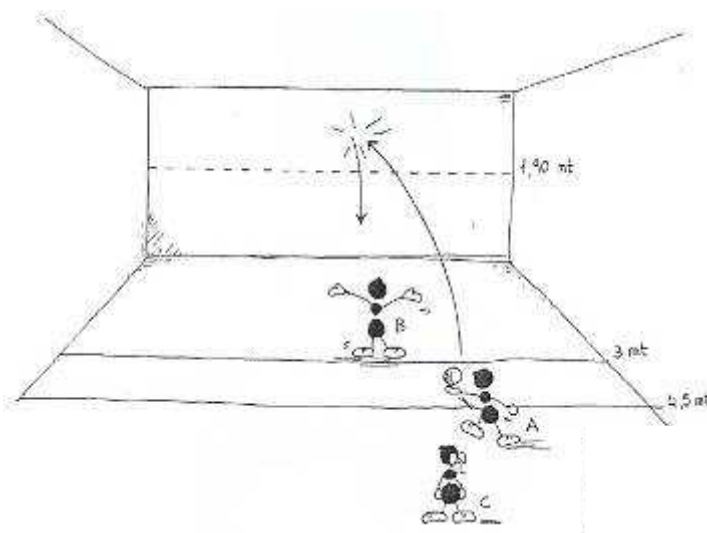
Come si vince

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti ottenuti battendo regolarmente sopra la linea tracciata sul muro con presa al volo del compagno.

Dimensioni e distanze consigliate

- ☛ Distanza tra la linea di battuta ed il muro: metri 4,5
- ☛ Altezza della linea tracciata a muro: metri 1,9
- ☛ Distanza del compagno senza palla dal muro: circa metri 3, ma poi può muoversi liberamente

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
correre	Per recuperare la palla	2 palloni (uno per squadra)
colpire	La pala in battuta	
intercettare	La palla rimbalzata dal muro	

GIOCOVOLLEY 2010

PRIMA FESTA

GIOCO 2: I TRE PASSAGGI

Come si gioca

Atleti delle due squadre (A, B, C, D... , 1,2,3,4...) posizionati secondo lo schema.

Al VIA, A lancerà (o palleggerà) la palla a B; B eseguirà un'alzata e A attaccherà al di là della rete. Il compagno C (dopo che la palla ha rimbalzato a terra) recupererà il pallone e lo porterà al compagno D che riprenderà il gioco. L'atleta A finita l'azione (indipendentemente dal risultato), va al posto di B il quale va al di là della rete prendendo il posto del compagno C.

Come si vince

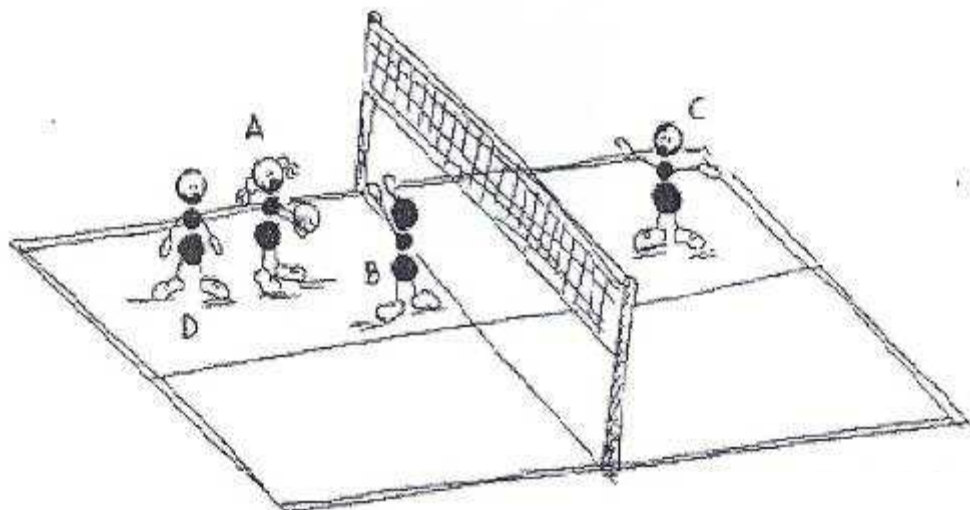
Si dà un punto alla squadra quando la palla cade all'interno della propria metà campo di gioco.

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti, cioè di attacchi eseguiti dall'atleta A all'interno della propria metà campo di gioco.

Dimensioni e distanze consigliate

- ☛ campo: metri 9 x 4,5
- ☛ altezza rete: metri 1,90

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
colpire	Eeguire un fondamentale in diverse direzioni	1 rete ed 1 pallone per squadra
intercattare	La palla lanciata da un compagno	
correre	Con cambi di direzione	

GIOCVOLLEY 2010

PRIMA FESTA

GIOCO 3: SPOSTA IL CERCHIO

Come si gioca

Atleti delle due squadre (A, B, C, D... , 1,2,3,4...) posizionati secondo lo schema.

Al VIA, A lancia (o palleggia) la palla a B oltre la rete (o la panca) cercando di farla cadere dentro il cerchio posto a terra nella metà campo di B (la posizione dei cerchi di partenza è vicino alla rete/panca); B, dopo che la palla ha rimbalzato, la ferma e, se la palla nel rimbalzare tocca dentro al cerchio o il suo contorno, lo ruota di una posizione allontanandolo dalla rete/panca verso il fondo campo, infine anche B invia la palla oltre la rete (o la panca) con un lancio (o palleggio), cercando di centrare il cerchio nella metà campo di A. Nel caso la palla non centri il cerchio o non lo tocchi, B, dopo averla recuperata esegue subito il lancio (o palleggio). Eseguito l'eventuale spostamento del cerchio o il lancio (o palleggio), ogni giocatore si posiziona in coda alla propria fila. Il lancio (o palleggio) dovrà sempre essere effettuato da dietro il proprio cerchio. Quando il cerchio tocca la linea di fondo campo viene ruotato al contrario, verso la rete, per il ritorno.

Come si vince

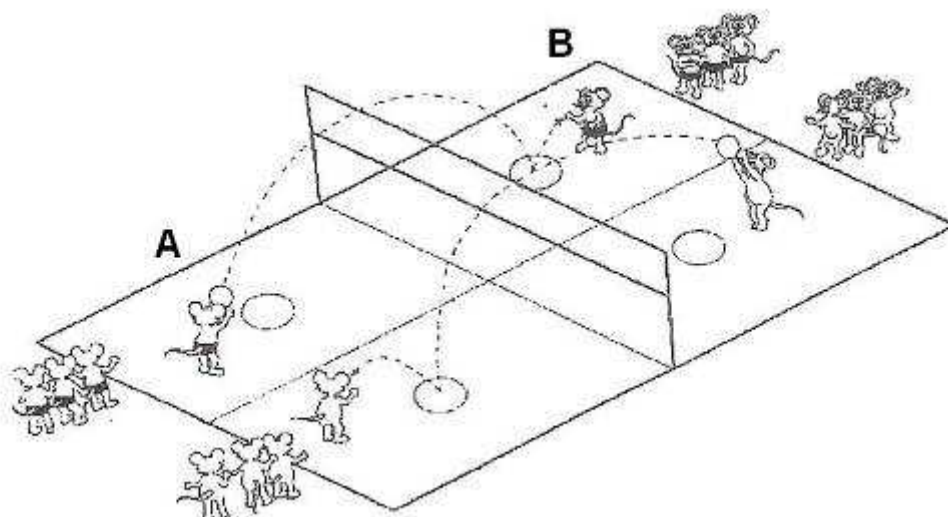
Si dà un punto alla squadra quando la palla cade all'interno del cerchio o ne tocca il bordo.

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti, cioè di centri (compreso il bordo).

Dimensioni e distanze consigliate

- campo: metri 9 x 4,5
- altezza rete: metri 1,90

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
lanciare	La palla verso un bersaglio fisso	1 rete o 1 panca 2 cerchi e 1 pallone per squadra
afferrare	La palla lanciata da un compagno	
correre	Per intercettare la palla dopo il rimbalzo	

GIOCVOLLEY 2010

PRIMA FESTA

GIOCO 4: PERCORSO (facoltativo)

Come si gioca

Le squadre sono in fila dietro il cerchio di partenza.

Al VIA, il primo giocatore di ogni fila parte dal cerchio, salta i primi due ostacoli, passa sotto il successivo, esegue sul tappeto due rotolamenti sull'asse longitudinale, aggira il cono A ed il cono B, corre all'indietro facendo zig zag tra i coni, entra nel cerchio dove trova una palla da minivolley e la lancia/la palleggia al compagno che nel frattempo si è posizionato nel primo cerchio; quest'ultimo gliela rilancia (anche in palleggio) e quindi parte per fare il percorso. Se i passaggi non avvengono dentro i cerchi, dovranno essere ripetuti. Il pallone viene riposto nel cerchio d'arrivo ed il compagno che ha appena terminato il percorso si mette in coda alla propria squadra.

Ogni 90 secondi circa (o dopo 10 lanci), l'arbitro darà il cambio e le due squadre ruoteranno in senso orario (guardando il disegno) occupando la coppia di appoggi a fianco e continueranno il gioco.

Come si vince

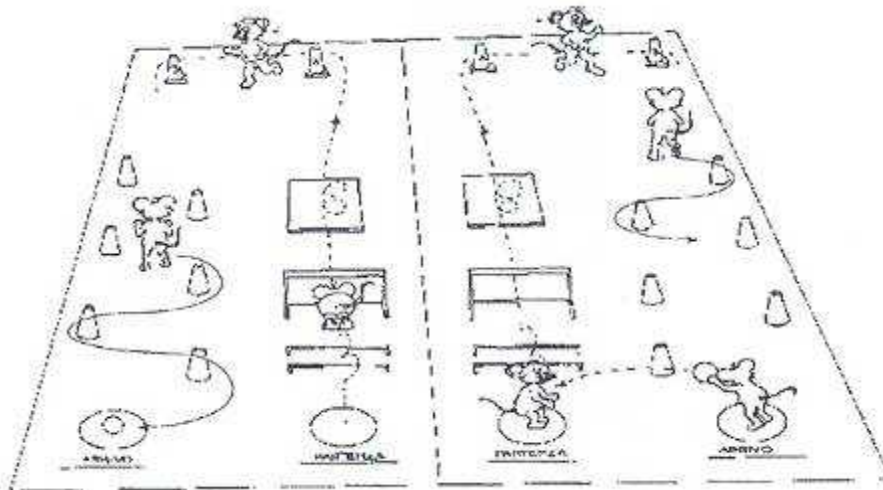
Si dà un punto alla squadra in cui il giocatore esegue un percorso con lanci / palleggi corretti.

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti.

Dimensioni e distanze consigliate

◀ campo: circa metri 18 x 9

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
lanciare, afferrare,	La palla	coni, bastoncini, cerchi, palloni, ostacolini
strisciare, rotolare	Sotto la panca e sopra il tappeto	
camminare, correre	Sugli appoggi ed a slalo	

GIOCOVOLLEY 2010

SECONDA FESTA

GIOCO 1: BOING !

Come si gioca

Gli atleti sono disposti in fila dietro un rialzo, il primo della fila parte sopra il rialzo (come da schema di gioco). L'allenatore, posto di fronte agli atleti lancia la palla verso l'alto, sopra il materassone; l'atleta deve prendere al volo la palla saltando dal rialzo e prima di cadere sul materassone.

Ogni volta che l'azione viene eseguita correttamente **la squadra prende 1 punto**.

L'atleta A, dopo aver svolto la consegna, si posiziona vicino l'allenatore per fare assistenza mentre chi lo precedeva recupera la palla e la consegna all'atleta A.

Varianti (da confermare prima dell'inizio del gioco)

- al posto della presa della palla può essere fatto un palleggio al compagno di fronte;
- la caduta sul materassone può essere precedentemente determinata dall'allenatore (in piedi, seduto, in ginocchio, supino, prono, ...);

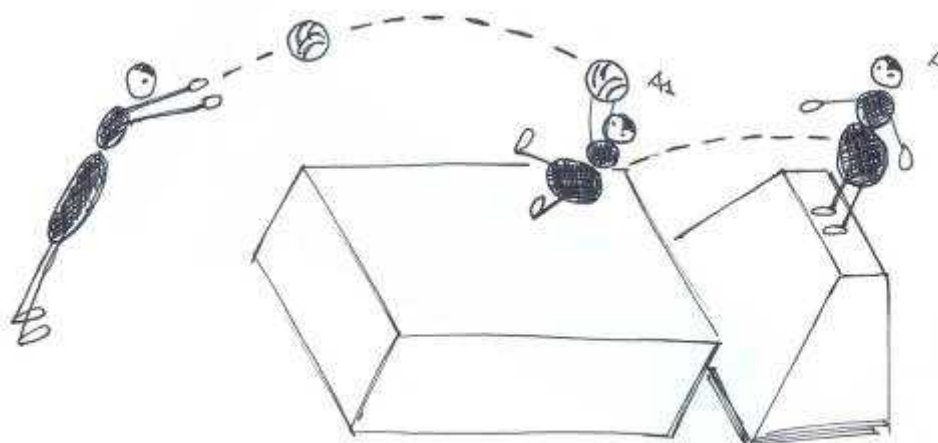
Come si vince

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti ottenuti dall'esecuzione corretta dell'azione del singolo atleta.

Dimensioni e distanze consigliate

- come materassone è inteso il materasso alto del salto in alto; può eventualmente essere sostituito con più strati di materassini (modificando in base agli spessori la posizione di atterraggio)
- il rialzo per la partenza deve essere almeno 20/30 centimetri più alto del materassone (sedia, tavolo, panchina, ...)

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
afferrare	La palla prima dell'atterraggio	2 palloni, 1 materassone ed 1 rialzo per squadra
lanciare	La palla verso un bersaglio	
equilibrio	Nel momento dell'atterraggio	

GIOCVOLLEY 2010

SECONDA FESTA

GIOCO 2: PALLEGGIO A ZIG ZAG

Come si gioca

Gli atleti sono disposti in fila di fronte alla rete (come da schema di gioco). Al VIA l'atleta A (ultimo della fila) inizia il percorso secondo la seguente successione: slalom in avanti palleggiando il pallone a terra (a 1 o a 2 mani) tra i compagni che si trovano in piedi (B, C, D); arrivato vicino a rete esegue un palleggio cercando di inviarlo al compagno E (dall'altra parte della rete), il quale deve cercare di prenderlo al volo. L'atleta A prende il posto di E; mentre E, dopo aver svolto la consegna, corre con la palla verso la propria fila, le si siede davanti, fronte a rete con tutti i suoi compagni e passa la palla con le mani da sopra la testa verso dietro. Quando la palla arriva all'ultimo della fila, tutta la squadra si rialza in piedi e si ricomincia.

Come si vince

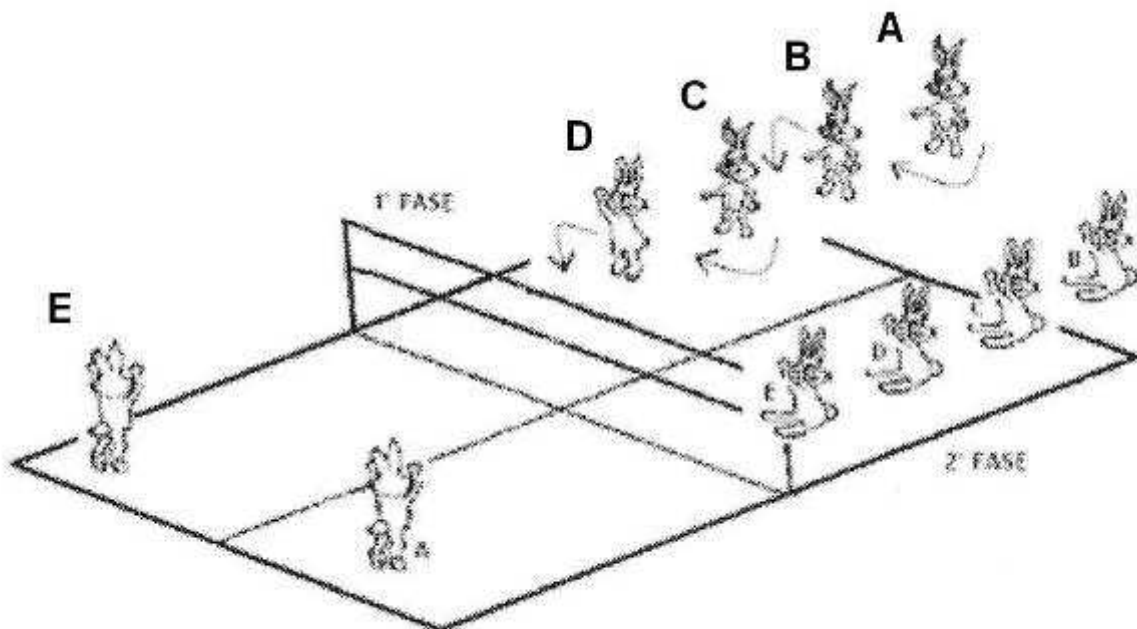
Ogni volta che il palleggio viene preso al volo **la squadra prende 1 punto**.

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti ottenuti dall'esecuzione corretta dell'azione del singolo atleta.

Dimensioni e distanze consigliate

- campo: metri 4,5 x 18
- altezza rete: metri 1,90

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
afferrare	La palla al volo	1 pallone e 1 rete per squadra
lanciare	La palla al compagno	
corsa e cambio di direzione	A zig zag fra i compagni	

GIOCOVOLLEY 2010

SECONDA FESTA

GIOCO 3: PALLA RILANCIATA

Come si gioca

Le squadre si dispongono nel proprio campo con tre giocatori (come da schema di gioco).

Il gioco consiste nel lanciare la palla nel campo avversario (con minimo 2 e massimo 3 passaggi) da parte del giocatore più vicino a rete che, dopo il lancio, grida **CAMBIO**; al comando tutti i componenti della squadra effettuano uno spostamento comprese le "riserve" (come da schema di gioco).

Se la palla la ricevono A o B, devono poi effettuare il passaggio al compagno C; se la palla la riceve C, deve passarla ad A o a B che a loro volta gliela ripassano per il lancio.

La squadra guadagna il punto quando: la palla cade nel campo avversario, la palla è stata toccata da un avversario e poi cade a terra, invasione a rete dell'avversario, se vengono fatti più di 3 o meno di 2 tocchi, il lancio dell'avversario è sbagliato (in rete o fuori). Si usa la formula del rally point system e si gioca a punti o a tempo.

Varianti (da confermare prima dell'inizio del gioco)

- il tocco nel campo avversario deve essere consecutivo al passaggio del compagno (in palleggio o in bagher)
- il primo tocco (la palla lanciata dall'avversario) deve essere consecutivo

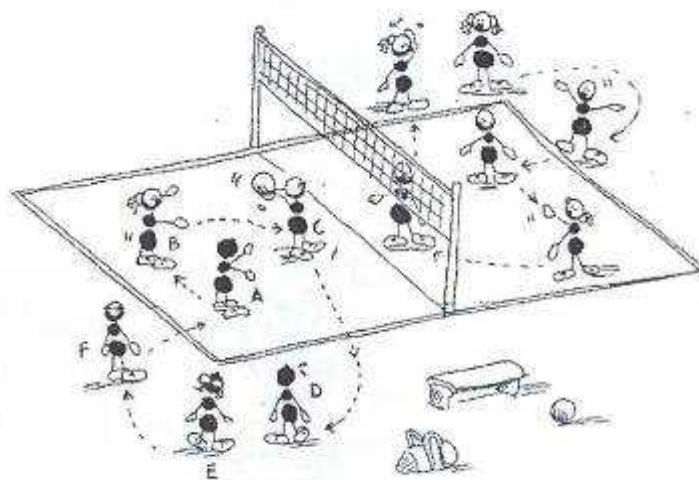
Come si vince

Vince la squadra che raggiunge per prima i 15 punti o, se a tempo, alla fine del tempo (max 20 minuti) la squadra che ne fa di più.

Dimensioni e distanze consigliate

- ☛ campo: metri 9 x 4,5
- ☛ pallone morbido o di spugna
- ☛ altezza rete: metri 1,80

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
correre	Con e senza palla e con rapidi scambi di direzione	1 pallone ed 1rete
lanciare	La pala verso un compagno o verso un avversario	
intercettare	La palla lanciata da direzioni e traiettorie diverse	

GIOCVOLLEY 2010

SECONDA FESTA

GIOCO 4: PERCORSO (facoltativo)

Come si gioca

Le squadre sono in fila dietro il cerchio di partenza.

Al VIA, il primo giocatore di ogni fila parte dal cerchio, salta i primi due ostacoli, passa sotto il successivo, esegue sul tappeto due rotolamenti sull'asse longitudinale, aggira il cono A ed il cono B, corre all'indietro facendo zig zag tra i coni, entra nel cerchio dove trova una palla da minivolley e la lancia/la palleggia al compagno che nel frattempo si è posizionato nel primo cerchio; quest'ultimo gliela rilancia (anche in palleggio) e quindi parte per fare il percorso. Se i passaggi non avvengono dentro i cerchi, dovranno essere ripetuti. Il pallone viene riposto nel cerchio d'arrivo ed il compagno che ha appena terminato il percorso si mette in coda alla propria squadra.

Ogni 90 secondi circa (o dopo 10 lanci), l'arbitro darà il cambio e le due squadre ruoteranno in senso orario (guardando il disegno) occupando la coppia di appoggi a fianco e continueranno il gioco.

Come si vince

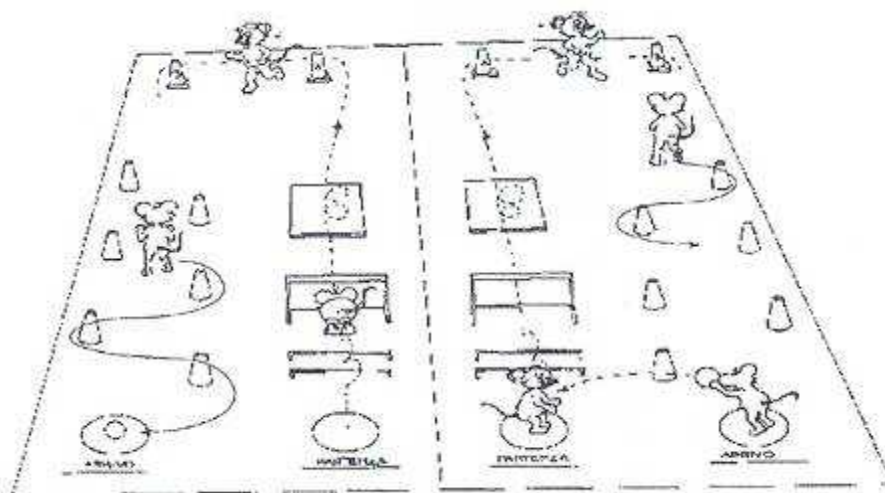
Si dà un punto alla squadra in cui il giocatore esegue un percorso con lanci / palleggi corretti.

Vince la squadra che alla fine del tempo (prestabilito dall'organizzatore) ha totalizzato il maggior numero di punti.

Dimensioni e distanze consigliate

◀ campo: circa metri 18 x 9

Schema di gioco



SCHEMI MOTORI	MODALITA'	MATERIALE
lanciare, afferrare,	La palla	coni, bastoncini, cerchi, palloni, ostacolini
strisciare, rotolare	Sotto la panca e sopra il tappeto	
camminare, correre	Sugli appoggi ed a slalo	