

# IL MINIVOLLEY

A cura del Prof. Nazzareno Midei

## COSA E' IL MINIVOLLEY

L'errore più grande che potremmo commettere nel pensare al Minivolley, è quello di considerarlo come la Pallavolo vera e propria.

Il Minivolley non è una Pallavolo in miniatura, il Minivolley è la Pallavolo dei piccoli!!

Il Minivolley è **ANCHE** un metodo per arrivare al volley, esso è un tipo d'attività ludica che utilizza i gesti tipici della pallavolo e il medesimo attrezzo (palla) e soprattutto mantiene invariati gli obiettivi: difendere il proprio campo ed attaccare il campo avversario, dovendo superare una rete.

In questa ottica è di fondamentale importanza insegnare i primi elementi tecnici attraverso il **GIOCO**, inserendo situazioni divertenti, gratificanti e vincenti.

I bambini debbono e soprattutto vogliono giocare perché questo per loro è un bisogno naturale legato ad un corretto sviluppo psico-fisico.

Spesso la Pallavolo dei più grandi è fonte di difficoltà, pressioni, problemi.

Nel Minivolley tutto questo non deve esistere e tutto deve essere più **semplice** e più **facile**.

## COSA SI FA DURANTE UNA LEZIONE DI MINIVOLLEY

La lezione non va quindi impostata come una riduzione dell'allenamento dell'adulto, ma come una serie di stimoli e situazioni di nuovi apprendimenti rinforzando quelli già acquisiti.

Ci sono delle cose che bisogna evitare assolutamente come per esempio i tempi morti senza palla in mano e le spiegazioni troppo lunghe (come purtroppo fa spesso qualche "allenatore" tecnocrate e prolisso).

Il riscaldamento deve essere brevissimo e fatto in forma di gioco per esempio con delle andature animalesche (il cavallo, il canguro, la giraffa ecc.)

Anche alcuni piccoli elementi di rafforzamento (addominali, stabilizzazione ecc.) devono essere proposti sotto forma di gioco o di imitazione (posizione della scimmia o dell'orso).

L'allenatore deve inventare situazioni divertenti ma stimolanti al tempo stesso.

Si deve fare quasi bambino ma con la sapienza del tecnico.

Deve essere autorevole e non autoritario perché i piccoli sono sensibili ed hanno un profondo senso di giustizia ancora non inquinato da comportamenti falsi e di opportunismo.

## MINIVOLLEY: a lezione di comportamento

Giocare non significa però assistere ad una lezione anarchica e confusionaria.

Il grande filosofo e pedagogo olandese Huizinga nella sua opera più famosa "Homo Ludens", affermava che il gioco, nonostante la sua natura ludica e spensierata, per riuscire bene deve possedere un ordine ben preciso.

I bambini quindi devono essere educati ALL'ORDINE NEL DISORDINE.

Puntualità, rispetto per l'allenatore e per i compagni, abbigliamento adeguato, momento del bere unitario, devono essere punti fermi della lezione.

Mettere a posto i palloni, i coni o i cerchi, tutti insieme è per esempio uno dei momenti più formativi della lezione.



## OBIETTIVI DEL MINIVOLLEY

La metodologia più appropriata dovrebbe essere quella legata alla **GRADUALITA'**: dal semplice al complesso, dal facile al difficile, dal generale allo specifico.

Ma i bambini sono pieni di sorprese e risorse e quindi in ogni lezione è consigliabile inserire un elemento complesso magari motivandolo in modo preventivo:

"adesso proviamo a fare una cosa che fanno le ragazze più grandi" è una frase magica che induce i bambini e le bambine del Minivolley a mettersi alla prova e spesso a riuscire là dove fino al giorno prima era impensabile.

L'obiettivo principe del Minivolley è quindi quello di far acquisire, costruire, rinforzare la miglior struttura psico-motoria possibile in base all'età dei giovani "atleti".

Il Minivolley deve far conoscere i contenuti tecnici propri della Pallavolo e le caratteristiche fondamentali di questa disciplina.

Mezzi quali la multilateralità, le capacità coordinative e condizionali amplieranno gli stimoli giusti per completare il cerchio.

I bambini dovranno imparare a correre, saltare, girarsi in volo, rotolare e strisciare a terra, afferrare, respingere e manipolare una palla.

In sintesi, tutto ciò che qualche decennio fa i bambini apprendevano giocando in strada e sui prati, adesso dobbiamo noi operatori riproporlo in palestra.

La **SCUOLA FEDERALE DI PALLAVOLO** della **POLISPORTIVA TALETE** si propone di sviluppare nei bambini del settore **MINIVOLLEY** prima di tutto la consapevolezza di frequentare una **SCUOLA DI VITA** nel pieno rispetto delle loro personalità, delle loro caratteristiche e delle loro aspettative.

La **GIOIA** di far parte di un gruppo, la **SPENSIERATEZZA** del gioco e del divertimento, l'**ORGOGGIO** di indossare una maglia con gli stessi colori dei propri compagni e di giocare con essi sono **FONDAMENTI INDISSOLUBILI** del nostro cammino educativo.

