



SCHEDA PROGETTAZIONE ATTIVITÀ SPORTIVA
per le classi 1[^], 2[^] e 3[^] di scuola secondaria di I grado
Federazione FIPAV

Nelle scuole secondarie la partecipazione è sia a livello individuale che di classe.

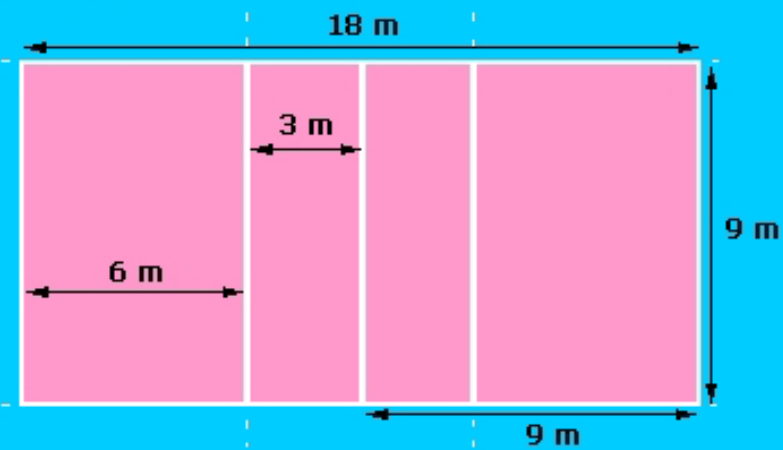
- Per gli **sport individuali** la partecipazione è a livello individuale (maschile e femminile).
- Per gli **sport di squadra** la squadra è rappresentata dalla classe o dal gruppo classe.
- Per il **premio multidisciplinare**, laddove l'Istituto scolastico voglia prevedere anche tale premio nella Fase di istituto, è previsto il coinvolgimento di tutta la classe in tre discipline sportive di cui almeno una individuale, una di squadra ed una terza a scelta tra individuale, di squadra o integrata. Tutte le studentesse e gli studenti concorrono al punteggio di classe, al quale possono contribuire sia individualmente, che suddivisi in piccoli gruppi, nel confronto con altre classi.

Si raccomanda di dare l'opportunità a tutte le studentesse e gli studenti della classe di cimentarsi nelle attività sia individuali che di squadra per dare il proprio contributo rispondendo ai principi dei Giochi della gioventù e valorizzando la partecipazione di tutti e il talento.

Nome dell'attività sportiva proposta	PALLAVOLO
Obiettivi di apprendimento	Obiettivi di apprendimento • Comprendere e applicare le regole base del fairplay • Saper gestire le proprie emozioni nelle situazioni di gioco e sportive • Comprendere e sapere applicare le regole e le tattiche delle attività e degli sport individuali e di squadra • Migliorare la padronanza del proprio corpo, in relazione alle personali caratteristiche, consolidando i movimenti fondamentali • Acquisire varie abilità, tattiche e tecniche motorie praticabili nel gioco, nell'esercizio e nello sport • Collaborare con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità • Potenziamento delle capacità motorie, sportive ed espressive

Eventuali obiettivi trasversali e interdisciplinari	• Matematica: punteggi, statistiche, angoli e traiettorie. • Geometria: orientamento nello spazio, occupazione delle zone del campo e simmetrie. • Scienze: frequenza cardiaca, respirazione, forza e parabole. • Lingua Italiana: verbalizzazione delle azioni, uso di termini tecnici, scrittura di brevi cronache di gioco. • Educazione Civica: inclusione, rispetto del bene comune, cittadinanza attiva.
Attività propedeutiche <i>(dal singolo al gruppo; dal facile al complesso)</i>	Nella classe prima della scuola secondaria di primo grado, pur essendo già introdotta la pallavolo, le attività propedeutiche mantengono l'uso di strumenti e giochi tipici del Minivolley S3 (palloni leggeri, giochi di lancio, prese e esercitazioni di controllo della palla), inseriti in una progressione didattica graduale. Lavoro individuale, a coppie e in piccoli gruppi consente di consolidare il controllo palla, la coordinazione e le prime situazioni di gioco, preparando gli studenti al passaggio progressivo a forme di gioco più strutturate (2vs2, 3vs3). Nelle seconde e terze classi della scuola secondaria di primo grado, le attività proposte sono sempre più orientate alla pallavolo, con regole standard, spazi e attrezzi tradizionali, mantenendo però esercitazioni adattate per favorire la partecipazione e l'inclusione. L'obiettivo è sviluppare il controllo tecnico, la collaborazione di squadra e la capacità di lettura del gioco, trasformando l'apprendimento in esperienza ludica, motivante e accessibile a tutti gli studenti.
Classi coinvolte specificare l'attività proposta per ogni classe (1 [^] , 2 [^] , 3 [^])	• Prima Categoria - Classi 1[^] della scuola sec. di I grado • Seconda Categoria - Classi 2[^] e 3[^] della scuola sec. di I grado
Numero partecipanti (per gli sport di squadra all'interno della stessa classe)	Max 12 ATLETI per classe - minimo 8 atleti).

Composizione delle squadre per lo svolgimento dell'attività sportiva proposta (solo per gli sport di squadra)	Ogni squadra è composta da un massimo di 12 giocatori con la presenza in campo di 6 atleti durante la fase di gioco. Le squadre saranno miste e in campo dovranno essere sempre presenti contemporaneamente 3 maschi e 3 femmine.
Attrezzi/materiali <i>(descrizione di dettaglio dei materiali da utilizzare, con eventuali specifiche per l'età dei ragazzi coinvolti)</i>	• Rete da pallavolo • Palloni omologati FIPAV (per le classi 1° si consiglia l'uso di palloni Volley S3) • Segnapunti manuale • Antenne
Spazio utilizzato <i>(descrizione del dettaglio degli spazi di gioco, con misure ed eventuali specifiche tecniche)</i>	L'area di gioco prevista è quella di un normale campo da pallavolo (9 m x 18 m).
Durata delle attività	Ogni partita verrà disputata al meglio di 2 set su 3. In caso di tempo di svolgimento limitato, è possibile effettuare un set unico a 25.
Preparazione del campo/dell'area di gioco	L'altezza della rete sarà diversa in base alle classi che parteciperanno alla competizione: • 2.10 m per le classi di 1° media • 2,20 m per le classi di 2° e 3° media
Regolamento dell'attività sportiva proposta <i>per le diverse categorie</i>	Per ogni azione viene assegnato un punto, sia che vinca l'azione la squadra al servizio che quella in ricezione. In questo secondo caso, oltre a conquistare il punto, la squadra acquisisce anche il diritto a servire, ruotando di una posizione in senso orario. I primi due set terminano al raggiungimento del 15° punto, mentre l'eventuale terzo set al raggiungimento dell'11° punto, senza la necessità di avere i due punti di scarto. La scelta della tecnica di esecuzione della battuta è obbligatoriamente dal basso. La zona di servizio è larga mt. 9. La palla può colpire ogni parte del corpo del giocatore. Quando la palla di servizio tocca la rete, ma passa comunque nel campo avversario, l'azione continua. Non costituisce fallo la ricezione del servizio avversario eseguita con tecnica di palleggio. È possibile effettuare al massimo 6 sostituzioni per ogni squadra ad ogni set. I cambi dovranno essere effettuati fra giocatori dello

	stesso sesso e la composizione della squadra in campo dovrà essere sempre di 3 maschi e 3 femmine. Non è consentito l'uso del giocatore "Libero" per nessuna delle 2 categorie. Il contatto del giocatore con qualsiasi porzione della rete compresa fra le due bande laterali, costituisce sempre fallo. L'allenatore può dare istruzioni di gioco agli atleti stando in piedi o muovendosi nella zona libera davanti alla propria panchina, dal prolungamento della linea di attacco all'area di riscaldamento, senza disturbare o ritardare il gioco. Nel rispetto del principio di inclusività, ogni componente della squadra inserito a referto dovrà scendere in campo. Per quanto non previsto nel presente regolamento, vige il regolamento tecnico della FIPAV.
Eventuali disegni, immagini, grafici esplicativi	Misure: 18x9 
Punteggi dell'attività sportiva proposta	Si gareggerà al meglio dei 2 set su 3. Nei primi 2 set si raggiungerà il punteggio di 15; un eventuale terzo set sarà di 11 punti (con cambio di campo a 6 punti).
Note aggiuntive	
ADATTAMENTI	
Adattamento per allievi con disabilità visiva	La pallavolo può essere resa accessibile anche ad allievi ipovedenti utilizzando palloni leggeri, ad alto contrasto cromatico e/o sonori, in modo da facilitare la percezione visiva e uditiva. Le attività possono essere semplificate con ritmi più lenti, traiettorie prevedibili e tempi di volo prolungati, assegnando ruoli specifici e funzionali (es. servizio o ricezione facilitata), per

	garantire partecipazione attiva e valorizzazione delle abilità individuali.
Adattamento per allievi con disabilità uditiva	L'intervento privilegia il canale visivo come principale forma di comunicazione. Si adottano strategie quali: • posizionamento frontale rispetto all'insegnante o al compagno guida; • utilizzo di dimostrazioni pratiche, immagini e modelli; • comunicazione chiara e lineare, supportata da gesti; • organizzazione ordinata del lavoro di gruppo, con interventi scanditi uno alla volta. L'obiettivo è garantire la comprensione delle consegne e la piena partecipazione alle attività.
Adattamento per allievi con disabilità motoria	Le attività vengono adattate modificando spazi, tempi, materiali e regole, valorizzando le abilità residue. L'utilizzo di facilitazioni operative (ruoli dedicati, esercizi semplificati) e l'introduzione di giochi ispirati al Sitting Volley consentono di praticare la pallavolo anche in posizione seduta, garantendo la massima inclusione.
Adattamento per allievi con disabilità intellettiva	La progettazione prevede consegne semplici e chiare, spazi e tempi strutturati, regole adattate e progressione graduale delle attività. Si favoriscono esercitazioni guidate, giochi a difficoltà crescente e il coinvolgimento dei compagni come tutor, per stimolare cooperazione e partecipazione attiva.
Ulteriore adattamento per allievi con altri Bisogni Educativi Speciali	Le strategie mirano a favorire attenzione, autocontrollo e rispetto delle regole, attraverso attività brevi e strutturate, alternanza dei compiti e ruoli chiari. Le facilitazioni organizzative e metodologiche contribuiscono al miglioramento dell'autostima, della gestione emotiva e del clima di gruppo, garantendo partecipazione inclusiva.