

# Giociamo a Pallavolo

Uno sport divertente, adatto sia ai ragazzi che alle ragazze: chiunque può praticarlo e non occorrono speciali attrezzature

L'estate, ragazzi, è fatta per i giochi all'aperto: approfittatene! Vi sono giochi complicati, altri meno, che si possono realizzare con poche attrezzature e relativamente semplici. La Pallavolo è uno di questi ultimi: uno sport di terreno, due palli e una rete, o addirittura solo una corda tra i due palcati, è tutto quello che occorre per giocare. Se può interessare, posso dirvi che il gioco fu ideato nel 1895, 71 anni

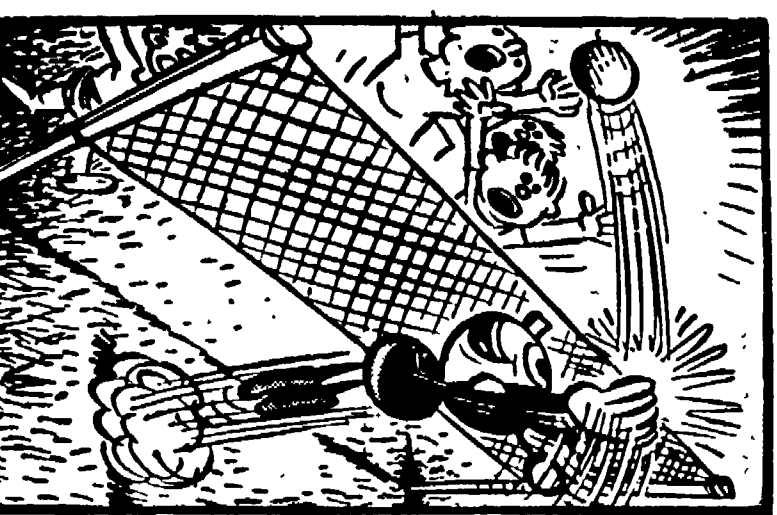
Le squadre si compongono di sei giocatori. Le gare si disputano in 15 punti, ma il vantaggio della formazione vincente deve essere almeno di due punti.

## Le regole

La squadra perde la battuta quando commette un errore: se l'errore è commesso dalla squadra che non ha la battuta l'altra guadagna un punto. Sono errori: a) se la palla tocca il suolo; b) se una squadra gioca più di tre volte consecutive la palla; c) se la palla è tratturata o spinta; d) se la palla ha toccato un giocatore al di sotto della cintura; e) se il giocatore tocca la palla due volte consecutivamente, salvo il caso in cui il primo tocco sia stato effettuato in azione di « muro » (barriera fatta con le mani dagli avversari); f) se la squadra al momento della battuta commette un fallo di posizione; g) se un giocatore tocca la rete; h) se un giocatore « invade » (supera cioè la linea di metà campo); i) se il settore avversario; j) se un giocatore tocca la palla sul campo avversario al di sopra della rete, salvo il caso in cui questo avvenga in azione di « muro »; k) se un giocatore di seconda linea che si trova nella zona di attacco rintra irregolarmente la palla all'avversario; l) se la palla attraversa la rete all'esterno delle bande laterali al secondo o terzo tocco; m) se sul primo tocco un giocatore della squadra in azione piva, senza toccare il terreno avversario, rintra la palla verso il proprio terreno per il successivo tocco; n) se la palla è fuori, se passa sotto la rete.

## Servizio

L'incontro comincia col servizio, cioè con un particolare colpo che a turno, all'inizio per sorteggio e poi per punteggio acquisito (o per errore), ciascun giocatore effettua dalla zona di battuta posta all'angolo destro del campo di chi guarda la rete. Per fare bene la battuta (o servizio) l'attaccante una gamba avanti all'altra. Se si colpisce con la mano destra stari davanti la sinistra e viceversa. Il pallone è tenuto con la mano corrispondente alla gamba che sta davanti. Il pallone deve essere colpito con la mano chiusa a « cinghiale », quanto avrà lasciato la mano che lo teneva.



Una « schiacciata » di Atommio, sfonda il « muro » degli avversari

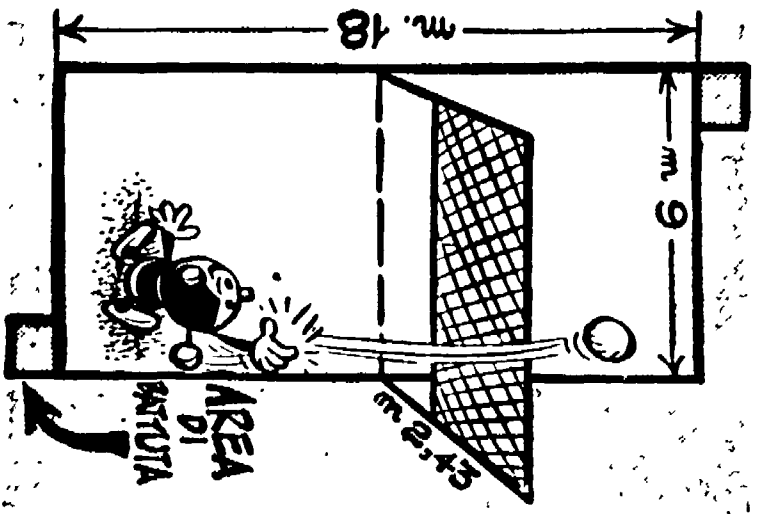
fa, dall'americano William Morgan, un insegnante di educazione fisica dello stato del Massachusetts. Ed ora cerci alcune informazioni essenziali per dare al gioco una certa regolarità.

## Il campo

Il rettangolo regolamentare misura metri 18 x 9 ed è tagliato a metà, in senso trasversale dalla rete alta m. 2,43 per le gare maschili e m. 2,24 per quelle femminili. Naturalmente l'altezza della rete dovrà regolarsi sulla base dell'altezza media dei ragazzi che prendono parte al gioco.

## Gioco

Bisogna far superare la rete dal pallone, colpendolo prima che tocchi a terra, con le mani o con qualsiasi parte del corpo al di sopra della cintura. All'inizio della partita viene designata per sorteggio la squadra che ha diritto alla prima battuta, che conserva fino a quando commette una irregolarità.



Schema con le dimensioni del campo

## Palleggio

Per il palleggio tenere i piedi paralleli, un poco divaricati, uno dei due a piacere in avanti; le gambe leggermente piegate; il busto un po' inclinato in avanti; i gomiti leggermente staccati dal corpo; le mani all'altezza del petto con le dita non molto divaricate.

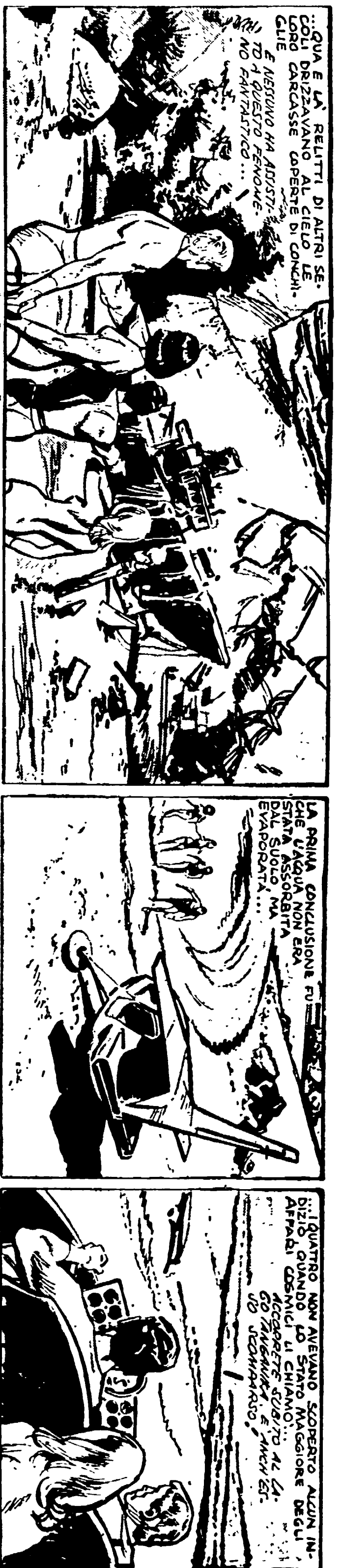
## Schiacciata

La schiacciata di solito conclude l'azione di palleggio ed è il movimento più spettacolare. Caratteristiche della schiacciata sono la potenza, la velocità e la precisione.

## Il muro

Il muro è l'azione che svolge la squadra che sta subendo la schiacciata avversaria. Può essere effettuata da uno o al massimo da tre giocatori, per cui avremo il muro a uno a due, a tre. Vi dirò ancora che ogni squadra dopo la prima battuta deve effettuare il cambiamento di posizione dei giocatori nel senso delle lancette dell'orologio prima di ribattere. Questo cambiamento si svolge al limite di due secondi al più. Questo è tutto: buon divertimento!

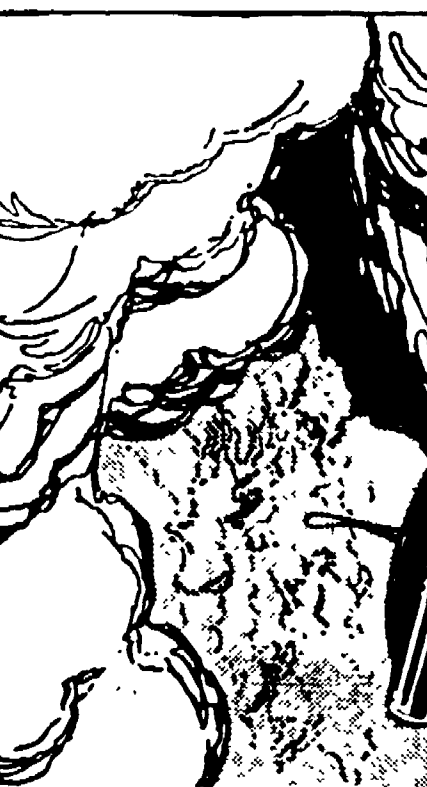
Geek



«QUA E LÀ, RELITTI DI ALTRI SE-  
COLI DRIZZAVANO AL CIELO LE  
LORO CARZAVANO OPERE DI CUNCI-  
GIE E NESTINO HA ADISTO...  
TO A QUESTO FENOMENO  
NO FANTASTICO...»



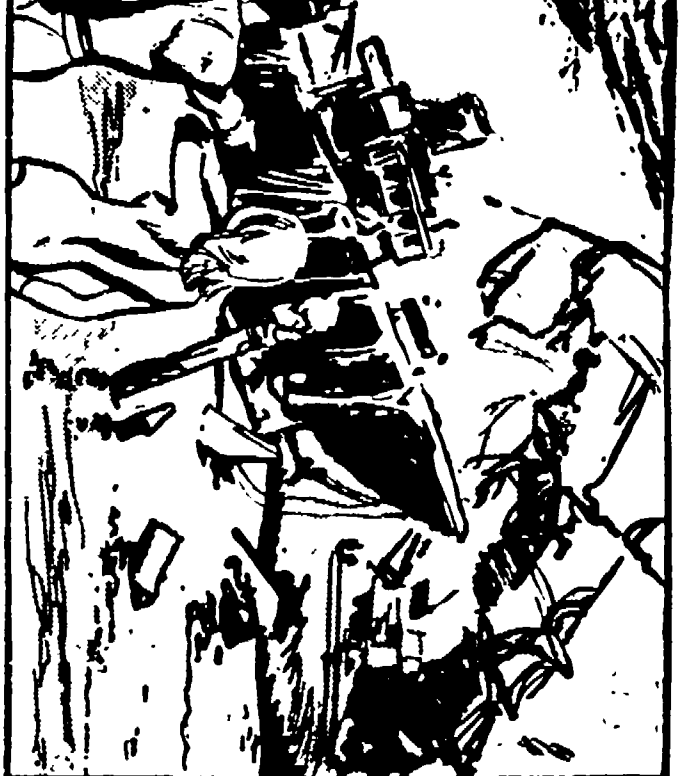
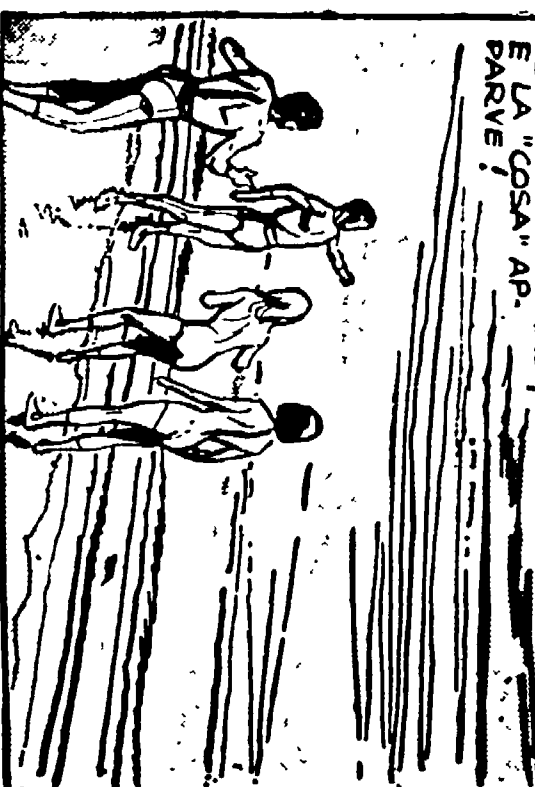
«ECCO DOPO SCORREVA L'IMMEN-  
SO LAORO FISSERO LA FENOMENO DI AS-  
SISTERO AL FENOMENO CHE  
SORPASSAVA OGNI FANTASIA...»



«MILLE METRI SOTTO DI LORO  
E' QUESTO IL FENOMENO DI  
SALVARE... SALVARE AL CIELO...»



«COME LA CONFERMA DELLA MASSIMA DI  
SEN- LA APPAREVE UNA STRANA SCENA: IN  
UNO AL CIELO LA LUNA  
LUNGO ANDO A  
DEGRADAVA PIU  
DA VICINO!»



«QUESTA LUNA E' UNA  
ZA DIEGO AL CIELO  
DELL'EMERGOZIONE...»



«MA IL CALORE ERA COSI' INTENSO CHE RI-  
INDICANDO NO AVVICINASI...»



«INTERNO  
VOCANDO  
CASI MICHELE...»



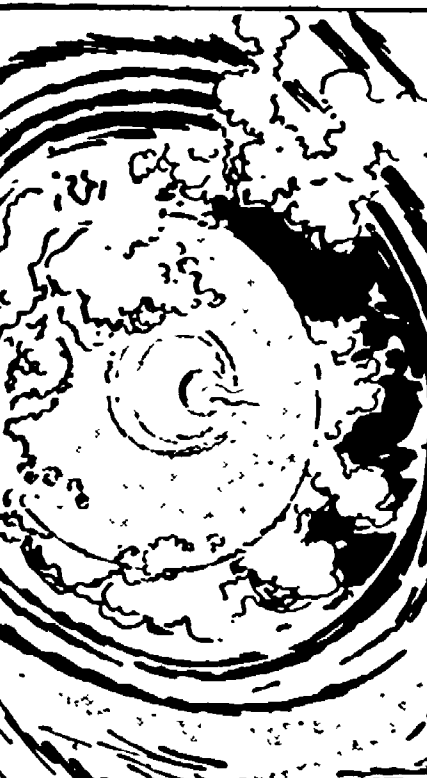
«QUELLO CHE I RIO-  
NO SCAMBIATO PER  
UN DISCO VOLANTE...  
AVEVA IN REALTA' UN  
TOLTA UNA GIGANTE  
SOTTO LA LUNA  
LA LUNA SOTTO



«LA DUNA CONDUZIONE FU  
CHE UNA ASSORBITA  
STATA ASSORBITA  
DAL SOLO MA  
EVASORATA...»



«LA TEMPERATURA ERA TALE CHE  
DOVETTERO GUARDARE GIUSTA,  
INFINE IL VAPORE CONTINUAVA...  
RIFORMARE LA VERIFICHE...»



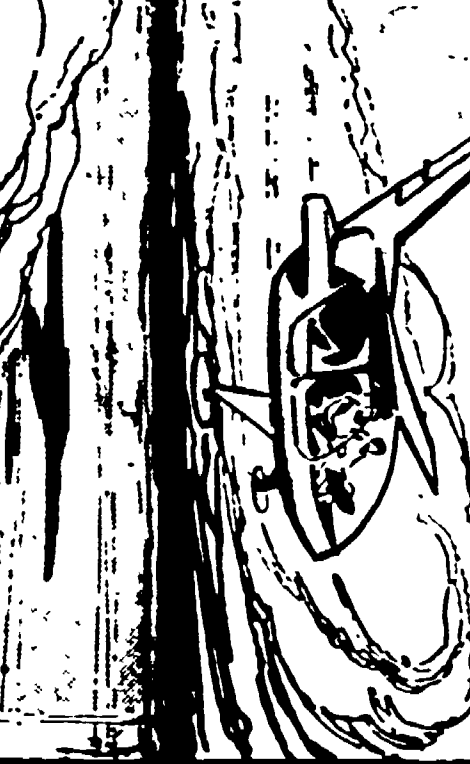
«AL CENTRO DEL DISCO IN SCOPPIA  
DEVA UN IMMENSO DISCO ROSSOBRANCO...»



«TANCA INFORMO LO STATO MAGGIORE COSI-  
LA DELLA SCOPPIA  
DEVE TUGNA OPERARE  
NON INTERPRE-  
LUTEMEN-  
LUTEMEN-  
LUTEMEN-»



«QUATRO NON NIENTE SCOPPIA ALUN N-  
BIZIO QUANDO LO STATO MAGGIORE DEL  
AFFRATTO QUANDO LI CHIAMO...  
ACCORRETE SUBITO AL LA-  
DO RICORDANDO...»



«NON VEDO  
MENTE DI  
MORIBILE... L'ACQUA...»



«UNA DA QUI, ANCHE  
A UN VISO VOLANTE...»



«CONVULSO UNA LINGUA ATESA  
E' BALANZO SOTTO LA LU-  
NA... DA DOVE VENIVA QUEL-  
L'ORDIGNO? ERA UNA MAC-  
CHINA O NO?  
L'ACQUA E' RAPPRESENTAZIONE  
E LA "OSCA" SI E' SPENNA



(Segue a pag. 6)