



LIONS CLUB
TRIESTE HOST



PANATHLON
CLUB TRIESTE

SITTING VOLLEY ALPE ADRIA

Progetto formativo

per i docenti delle scuole

di primo e secondo grado



Con la collaborazione della
FIPAV Federazione Italiana Pallavolo
Comitato Friuli Venezia Giulia

OBIETTIVO

Il momento formativo fa parte del Progetto di diffusione della conoscenza dello sport inclusivo denominato "Sitting Volley", che comprende anche l'organizzazione del **Torneo Internazionale "Alpe Adria Sitting Volley"**, richiamato in fondo alla pagina.

Il **"Sitting Volley"** è una disciplina sportiva paralimpica nata in Olanda alla fine degli anni '50 con lo scopo di favorire l'integrazione sociale, attraverso lo sport, di persone con disabilità congenita o conseguente ad eventi traumatici.

Il Sitting volley ha la particolarità di essere uno *sport di squadra estremamente inclusivo* poiché può essere praticato contemporaneamente da persone con disabilità e senza disabilità che entrano a far parte della stessa squadra.

I Docenti grazie alla parte pratica avranno modo di avvicinarsi a questa disciplina sportiva da un punto di vista completamente diverso, cioè da seduti. Impareranno a comprendere le difficoltà che può incontrare una persona in condizione di disabilità nel praticare uno sport, ma anche valori importanti senso di appartenenza e cooperazione tra tutti i compagni al fine di raggiungere un obiettivo comune di squadra.

Nel sitting volley, infatti, tutti questi principi sono notevolmente accentuati rispetto alla pallavolo tradizionale. Al termine delle lezioni gli insegnanti avranno acquisito le necessarie competenze per poterle trasferire in autonomia ai propri alunni durante le attività curricolari.

Gli incontri formativi saranno tenuti da docente e referente tecnico specializzato nella disciplina, tesserato con la società sportiva asd Alta Resa di Pordenone che al momento è l'unica associazione regionale a praticare questo sport.

Nei mesi passati la società ha tenuto incontri formativi presso vari istituti scolastici di vari livelli anche fuori Provincia e fuori Regione (Università di Udine Facoltà di Scienze Motorie, San Giorgio della Richinvelda, Valvasone, Pramaggiore, Istituto Flora di Pordenone ecc.) ed ogni anno partecipa ad eventi sportivi su tutto il territorio nazionale sia a carattere promozionale/divulgativo, sia a carattere prettamente agonistico.

Gli incontri saranno totalmente gratuiti sia per i docenti sia per l'Istituto scolastico.

Torneo Internazionale "Alpe Adria Sitting Volley"

Palazzetto "Azzurri d'Italia" Palacalvola di via di Calvola 2/1 – Trieste

Sabato 19 ottobre 2024 dalle ore 15.00 alle 19.00 Ingresso

gratuito

PROGRAMMA

Sabato 14 settembre 2024 - ore 10.00

Trieste, Palestra "Don Marzari" di Largo Papa Giovanni n.7

1. PARTE TEORICA (durata 1 ora)

Materiale: slide di lezione, video e immagini

- La storia del sitting volley
- Le regole del sitting volley: analogie e differenze rispetto alla pallavolo tradizionale
- Il sitting volley in Italia e all'estero: la diffusione sul territorio nazionale
- Aspetti pratici nell'insegnamento del sitting volley: la gestione di un atleta con disabilità fisica, l'organizzazione degli allenamenti e l'integrazione con atleti non disabili

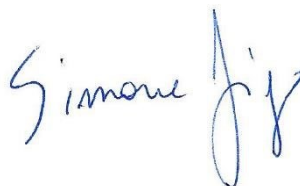
2. PARTE PRATICA (durata 1 ora e 30')

Lezioni in campo: campo con rete h 1,10 m (misto), metà campo 6 x 5 mt. (6 mt. sotto rete e a fondo campo, 5 mt. da sottorete a fondo campo)

- Fase di riscaldamento iniziale
- Tecniche ed esercizi di spostamento senza palla
- Le regole del sitting volley in campo
- I fondamentali del sitting volley
- Fase di gioco

Trieste, giugno 2024

Il referente tecnico e docente: Simone Drigo



Adesione del docente al Progetto formativo

Da inviare entro il 12 settembre all'indirizzo mail: alpeadriasittingvolley@gmail.com