

Zeitschrift:	Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Herausgeber:	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Band:	33 (1976)
Heft:	9
 Artikel:	La pallavolo e piccoli giochi preliminari
Autor:	Boucherin, Jean-Pierre / Hefti, Georges
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1000868

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 21.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

La pallavolo e piccoli giochi preliminari

Jean-Pierre Boucherin / Georges Hefti

Queste considerazioni ci sono state dettate da un canto dalle discussioni che hanno avuto luogo durante il simposio sul transfert a Macolin lo scorso anno¹ e dall'altro in seguito alle numerose richieste d'informazioni in merito all'introduzione della pallavolo nella scuola tramite piccoli giochi. Dinnanzi alla complessità dei differenti problemi inerenti questo vasto soggetto e al fatto che alcune grandi personalità in materia (Le Boulch, F. Mahlo, B. Knapp, B.J. Cratty, H. Rieder, per citarne alcuni) non sempre sono consenzienti e lasciano planare alcuni dubbi in merito all'apprendimento, ci permettiamo comunque di ricorrere a larghi stralci delle loro opere. Il lettore potrà quindi meglio trovare una soluzione ai problemi che incontra delle varie fasi dell'apprendimento di un'attività sportiva, e il particolare della pallavolo.

1. Introduzione

Negli anni sessanta, il professor F. Mahlo della RDT rileva gravi lacune nell'insegnamento sportivo del 1° grado scolastico⁴.

- Insufficienza della motricità sportiva
- Sottovalutazione degli sforzi che i bambini possono sopportare
- Grandi carenze nel passaggio all'insegnamento specializzato
- Mancanza d'unità d'insegnamento
- Formazione insufficiente dei maestri che, a questo grado, spesso non sono specialisti sportivi.

Riferendoci all'appendice di questo articolo (schema d'allenamento della squadra nazionale femminile della RDT), sembra che questi 15 anni siano stati messi a profitto per rimediare a quelle lacune poiché anche i giocatori d'élite non disdegnano la pratica di piccoli giochi. Il loro valore è talmente variato che risulta possibile riferirsi per l'apprendimento e l'allenamento di numerosi componenti.

F. Mahlo spiega i suoi nuovi metodi scientifici per rimediare alle lacune constatate⁴: «La formazione lucida ha, a giusto titolo, un ampio posto nell'insegnamento sportivo... I piccoli giochi possono aiutare l'insegnante sportivo nel compimento della sua missione istruttiva ed educativa grazie alla loro forza d'attrazione e alla loro complessità psicomotrice e psichica... Come mezzi d'educazione relativamente semplici, essi permettono una buona preparazione ai grandi giochi sportivi collettivi che sono un mezzo qualitativamente superiore della formazione e dell'educazione fisica, ma anche una forma importante d'attività culturale della società umana». Sempre secondo F. Mahlo, tutti i giochi non hanno lo stesso valore educativo e diviene importantissimo effettuare una scelta severa e in funzione degli scopi da raggiungere, nel nostro caso l'apprendimento della pallavolo tramite le seguenti considerazioni, come enumerate da F. Mahlo:

- le qualità fisiche elementari (forza, velocità, resistenza, agilità)
- le fondamentali

- la capacità visiva
- i calcoli ottico-motori
- il pensiero tattico
- le nozioni tattiche
- la velocità di reazione
- l'attenzione e la concentrazione
- la volontà
- lo spirito collettivo
- la motivazione
- l'analisi dei piccoli giochi secondo questo principio permette di distinguere i giochi importanti (e specifici) da quelli meno importanti, di creare forme di gioco nuove e fruttuose o di modificare i giochi conosciuti
- occorre tener conto pure delle particolarità psichiche, intellettuali e fisiche proprie a ogni categoria d'età
- occorre tener conto degli obiettivi fisiologici fissati in ogni parte della lezione e prevedere dunque in questa scelta giochi adatti al riscaldamento, alla fase di prestazione e al ritorno alla calma
- la gioia e l'entusiasmo sono condizioni essenziali dell'efficacia pedagogica e della formazione lucida. I giochi educativi sintetici, senza effetto emozionale, non valgono nulla
- ricorrere a un gran numero di giochi
- la formazione lucida del 1° grado si orienta in funzione dell'insegnamento futuro dei giochi sportivi collettivi. Occorre vedere nei piccoli giochi forme preliminari ai giochi sportivi collettivi di cui devono creare le condizioni fisiche e intellettuali presupposte
- si tratta soprattutto di sviluppare precocemente le capacità fondamentali legate al controllo della palla, ciò che si può raggiungere nell'insegnamento solo ricorrendo a più palloni alla volta; ma disgraziatamente esistono relativamente pochi giochi di questo tipo. Occorre assolutamente crearne nuovi. Una transizione armoniosa verso la formazione ludica sportiva e un'introduzione precoce di giochi sportivi collettivi nell'insegnamento implicano una buona comprensione tattica generale da parte degli allievi.

2. Il Transfert

Se questo concetto d'apprendimento appare relativamente semplice e seducente sotto molti aspetti e corrisponde inoltre alle nostre idee sull'introduzione della pallavolo in G+S e nella FSP, non c'è alcun dubbio che abbia già dato risultati promettenti nella RDT, ma la sua applicazione ha sollevato da noi gravi problemi dovuti probabilmente a una mancanza di formazione pedagogica dei nostri monitori e allenatori.

L'apprendimento della pallavolo (o almeno di taluni elementi) tramite piccoli giochi pone in luce alcune leggi di transfert; leggi spesso fortemente discusse e il cui risultato è controverso, come d'altronde vedremo.

Quando un apprendimento anteriore (piccoli giochi) influenza favorevolmente un nuovo apprendimento (pallavolo) si parla di transfert positivo; in caso contrario di transfert negativo. Il termine d'interferenza significa che il vecchio apprendimento disturba il nuovo, ma può comunque beneficiare di alcune facilitazioni.

Riproduciamo alcune riflessioni concernenti queste leggi del transfert che possono indirizzarsi al transfert in generale o a certe componenti dissociabili nell'applicazione dell'apprendimento della pallavolo tramite piccoli giochi.

In ogni modo «il transfert dev'essere insegnato». Il monitor deve assolutamente sensibilizzare l'allievo sugli elementi comuni suscettibili d'essere trasferiti.

Cosicché il monitor dovrà quindi conoscere alcuni fenomeni di transfert come pure le caratteristiche proprie alla pratica della pallavolo per analizzarli e rendere l'allievo capace d'identificare i due elementi comuni. Così afferma Le Boulch quando parla di esercizi di coordinamento globale²: «Occorre che gli scopi da raggiungere siano ben definiti e che le possibilità di autocontrollo siano fornite all'allievo.

La scelta della situazione deve tener conto di quanto acquisito in precedenza e delle motivazioni dell'allievo. In particolare la situazione deve avere un "senso" per il ragazzo e deve comportare una difficoltà reale, altrimenti non lo interesserà... L'educatore non deve fornire all'allievo la risposta bell'e pronta, ciò che elimina il suo lavoro di ricerca. La stereotopia sarà evitata variando il più possibile le condizioni d'esecuzione degli esercizi».

3. Analisi

Vorremo succintamente dare alcune soluzioni a due punti importanti nell'apprendimento della pallavolo che concorrono la condizione fisica e la tecnica.

3.1 L'apprendimento della condizione fisica

Alcuni specialisti affermano che può prodursi un transfert positivo di certi fattori della condizione fisica durante la pratica di piccoli giochi in vista dell'apprendimento specifico di pallavolo. Durante il simposio sul Transfert¹, è stato chiaramente detto: «La forza, la velocità, la resistenza fanno parte delle attitudini fisiche che si cerca di migliorare con un allenamento generale della condizione fisica indipendentemente dalla disciplina sportiva». A questi fattori certi possono aggiungere la mobilità che non s'impone ma che si allena.

F. Mahlo precisa: «Il numero importante di piccoli giochi offre una larga scelta per quanto concerne il loro valore per la formazione fisica. Pensiamo dunque che i giochi, se le forme e i metodi del loro insegnamento sono buoni, sono mezzi eccezionali per sviluppare le qualità fisiche... Le attitudini psicomotorie individuali rappresentano dunque un terreno sul quale necessariamente avviene lo sviluppo delle capacità tattiche.

La presenza o meno di alte qualità fisiche si ripercuote sulla percezione e l'analisi della situazione, sul pensiero tattico, ma anche sulla mobilitazione delle forze psichiche...

Le qualità fisiche si sviluppano soprattutto sotto l'influsso delle seguenti condizioni esterne:

- volume e intensità dello sforzo fisico
- rapporto tra sforzo e riposo
- natura degli esercizi.

Di conseguenza sembra certo che l'allenamento della condizione fisica tramite piccoli giochi selezionati è favorevole come base a un allenamento della condizione fisica specifica per la pallavolo.

3.2 L'apprendimento della tecnica

La maggior parte degli autori sembra intravvedere piuttosto un transfert negativo per quanto concerne questa materia. Durante il simposio sul Transfert è stato discusso delle possibilità di un allenamento generale della destrezza. «Questo problema è di particolare importanza poiché la destrezza facilita l'apprendimento e l'esecuzione di nuovi compiti motori. Le prime analisi in merito del test di Rieder mostrano solo correlazioni modeste fra la destrezza generale, come misurata in questo test, e la destrezza nel calcio o nella pallavolo stimata dall'insegnante. Comunque le stime degli insegnanti sono criteri ancor meno sicuri, il che rende impossibile interpretare validamente questi risultati. Studi nel campo della psicologia dello sviluppo fanno credere che l'allenamento della destrezza è più efficace nell'età prescolare e al grado inferiore della scuola primaria. Più il bambino cresce, più consolida la destrezza acquisita». Secondo B. Knapp: «Il transfert positivo risiede nel fatto che si effettua nella misura in cui le due situazioni sono identiche.

È più facile e più probabile quando un insegnamento è già stato dato in precedenza. Si raccomanda sempre che la pratica abbia luogo se possibile nella situazione generale nella quale l'abilità motrice (dall'inglese skill) viene richiesta.

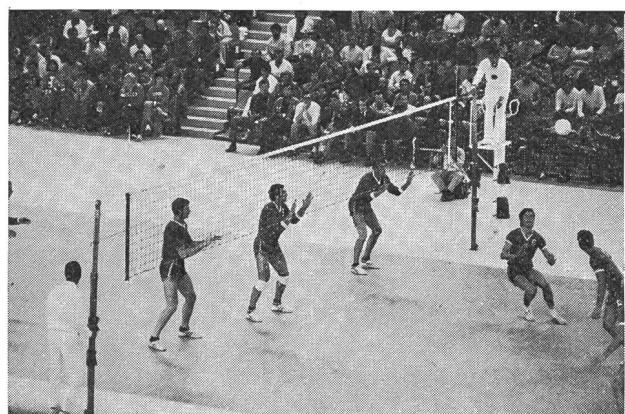
Dunque, se un individuo sa quale abilità motrice desidera imparare, sarebbe meglio per lui esercitarsi a questa attività piuttosto che di praticarne altre con la speranza di raggiungere un transfert positivo».

Quanto a F. Mahlo e al suo apprendimento scientifico, le affermazioni sono più positive⁴:

«È alla scuola e all'allenamento specializzato che conviene sviluppare sistematicamente le combinazioni gestuali, più specifiche al gioco, cioè, ricezione-trasmissione, ricezione-tiro ecc. (per la pallavolo s'intendono i gesti specifici a questo sport)... Un'educazione sistematica delle tecniche di base dovrà farsi il più possibile attraverso esercizi specifici, anche nella formazione ludica del primo grado.

Questi esercizi dovranno mettere in gioco il più gran numero di palloni per raggiungere un'alta intensità. Noi l'abbiamo constatato: questa formazione porta i suoi frutti a partire dalle classi 1 e 2.

L'educazione sistematica dell'atto e del pensiero tattico che vorremo veder iniziare dal primo grado implica, per la sua realizzazione, che si sviluppi correttamente da questa tappa le fondamentali di base».



4. Ricompensa

Durante l'allenamento della nazionale femminile della RDT, fu oggetto di grande stupore vedere come la motivazione poteva essere mantenuta con degli adulti, già visibilmente affaticati, per mezzo di piccoli giochi.

Due fatti, fra molti altri, possono essere all'origine di questo successo:

- la conoscenza dei risultati
- la ricompensa.

Dopo ogni piccolo gioco l'allenatore fornisce immediatamente il risultato e la classifica e ciò in modo sistematico. La ricompensa poteva essere un elogio dell'allenatore oppure gli applausi delle altre giocatrici.

La pratica di piccoli giochi si presta molto bene a istituire tali abitudini che potranno essere riprese anche negli allenamenti più specifici.

Alcuni autori hanno sviluppato questi temi in modo ben più completo; dice B. Knapp⁵: «Quando un individuo si allena senza conoscere i suoi risultati, è poco probabile che migliori. Negli sport collettivi il giocatore che meglio progredisce è colui che meglio può valutare i risultati delle sue azioni personali ...»

La legge dell'efficacia conferma dunque che un legame modificabile (fra lo stimolo e la reazione) è rafforzato o indebolito quando si accompagna alla soddisfazione o alla noia. Questo influsso affettivo deve accompagnare la reazione il più vicino possibile. L'insegnante deve creare un sentimento di soddisfazione nell'allievo. L'apprendimento dipende dunque da soddisfazioni e ricompense. J. Cratty⁷: «L'apprendimento è spesso maggiorato dalla presenza di un tipo qualsiasi di ricompensa, sia esso evidente od ottenuta semplicemente con la riuscita».

Osservazione

Vi presentiamo ora, a titolo di esempio, una serie di piccoli giochi preliminari e alcuni giochi diretti che hanno già trovato applicazione durante diversi corsi di formazione.

Attenzione: alcuni di questi giochi richiedono già esecuzione di certi gesti tecnici e che quindi devono essere già conosciuti. Al rischio di procedere in senso contrario dello scopo ricercato, l'insegnante dovrà esigere esattezza riguosa nell'esecuzione del gesto tecnico. Questo genere di piccoli giochi s'avvicina maggiormente al gioco diretto (come vedremo nella seconda parte).

Bibliografia

- ¹ Rivista Gioventù e Sport, SFGS, N. 10/1975 e 7/1976 (Il transfert nell'insegnamento sportivo).
- ² L'Education par le mouvement, J. Le Boulch, Ed. ESF, 1972.
- ³ Les motivations des sportifs, M. Bouet, Ed. Universitaires, 1969.
- ⁴ L'acte tactique, F. Mahlo, Ed. Vigot Frères, 1975.
- ⁵ Sport et motricité, B. Knapp, Ed. Vigot Frères, 1971.
- ⁶ Initiation aux sports collectifs, R. Graterau, Ed. Bourrelier, 1957.
- ⁷ Psychologie et activité physique, B. J. Cratty, Ed. Vigot Frères, 1974.
- ⁸ Spielerziehung H.-J. Schaller, Verlag K. Hofmann, Band 56, 1975.
- ⁹ Untersuchung zur Gruppendynamik von Ballspielmannschaften, H. Veit, Verlag K. Hofmann.
- ¹⁰ Das sportliche Spiel, H. Noll, Bardenschlager Verlag, München, 1975.
- ¹¹ Uebungsformen für die Sportspiele, G. Konzay, Sportverlag Berlin, 1973.
- ¹² Turnen und Sport in der Schule (Entwurf).

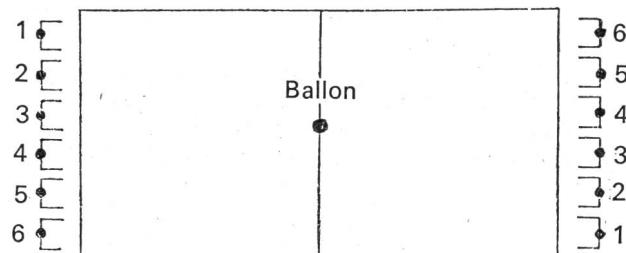
Esempio di piccoli giochi preliminari

1. Lo spingi-pallone

Scopo: reazione, osservazione, pensiero tattico, concentrazione.

Gli allievi, ripartiti in due squadre, sono seduti dietro le due linee di fondo, al centro è posato un pallone da pallavolo.

Al segnale del monitor, il giocatore 1 di ogni squadra si precipita verso il pallone, cerca d'impossessarsene e spingerlo dietro la propria linea. Il pallone deve sempre restare al suolo; è vietato spingere l'avversario. 1 punto alla squadra del giocatore vincente.

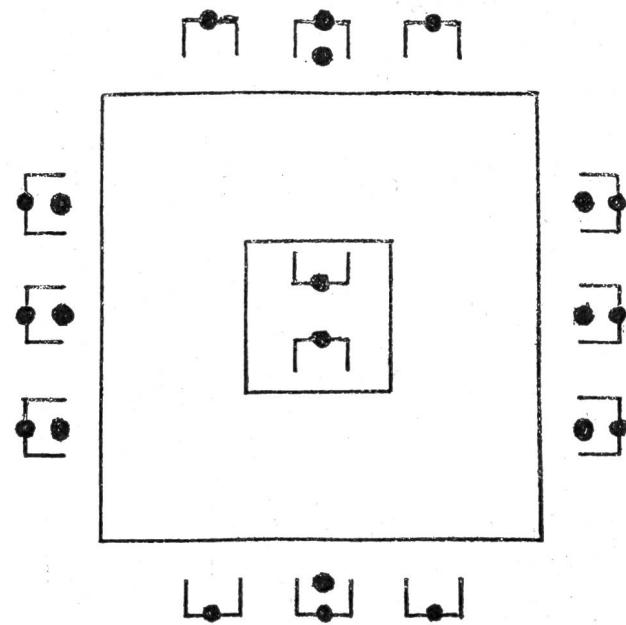


2. La difesa del castello

Scopo: osservazione, reazione, qualità tecniche — pensiero tattico — impegno.

Disporre al centro quattro panchine in quadrato. Due difensori all'interno di questo «castello»; gli altri allievi si dispongono attorno alla distanza di 6 m; dispongono di 8 palloni da pallavolo che devono lanciare in passaggio da pallavolo all'interno del quadrato. I difensori devono impedire che i palloni restino all'interno del quadrato rinviantoli con i gesti tecnici della pallavolo: muro, passaggio a due mani, bagher con una o due mani. I palloni che rimangono all'interno del castello non possono più venir rinviiati.

Dopo due minuti contare i palloni rimasti al suolo all'interno del quadrato.



3. A ognuno il suo pallone

Scopo: osservazione, concentrazione, reazione.

Sparagliare nella metà di una palestra tanti palloni meno uno quanti allievi. Questi ultimi corrono liberamente nella palestra e al segnale del monitor ognuno cerca di toccare con la mano un pallone. L'allievo rimasto senza viene eliminato come pure chi tocca un pallone con i piedi durante la corsa.

4. Le tre clave

Scopo: osservazione, reazione, visione panoramica.

Porre 3 clave al centro della palestra in triangolo di 1 m di lato. Un allievo funge da guardiano e impedisce che il pallone lanciato dai suoi compagni (che si trovano attorno in circolo di 10 m di diametro) colpisca le tre clave. Il guardiano non può servirsi dei piedi per rinviare il pallone. Cronometrare il tempo impiegato per abbattere le tre clave.

5. Pelota basca

Scopo: pensiero tattico, qualità tecniche, reazione, spirito collettivo.

Tracciare una linea su un muro a 1 m dal suolo. Formare due squadre di 2 giocatori. A turno un giocatore di ogni squadra batte il pallone da pallavolo con la mano aperta al suolo per farlo rimbalzare in seguito contro il muro sopra la linea.

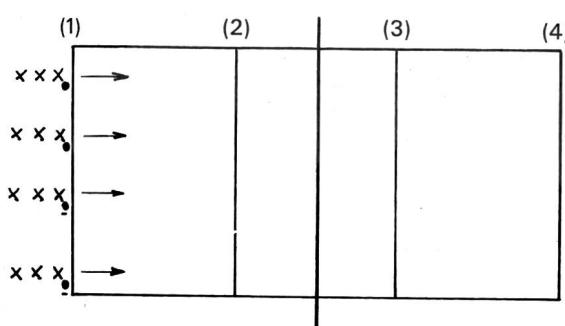
Contare un punto a scapito della squadra che commette un errore: pallone fuori dai limiti, sotto la linea tracciata sul muro, battuta non corretta, più di un rimbalzo al suolo.

6. Staffetta

Scopo: reazione — velocità.

Il giocatore che si trova sulla linea di fondo (1) fa rotolare il suo pallone al suolo in direzione della linea di fondo opposta (4). Al momento in cui il pallone supera la linea dei 3 m (2), può abbandonare la linea di fondo (1) e rincorrere il pallone.

- Se riesce a riprenderlo prima della seconda linea dei 3 m (3) lo trasmette al compagno seguente.
- Se non lo riprende prima di questa linea (3), deve dapprima giungere e toccare la linea di fondo (4) e poi trasmettere il pallone al compagno seguente.



7. Sgomberare il campo

Scopo: qualità tecnica — velocità.

Due squadre separate dalla rete sono in possesso di un ugual numero di palloni. Al segnale dell'allenatore ogni squadra lancia i palloni che si trovano nel suo campo sopra la rete. Quale squadra è in possesso del minor numero di palloni dopo un determinato periodo?

Varianti:

- passaggio alto a due mani
- servizio dal basso
- servizio tennis ecc.

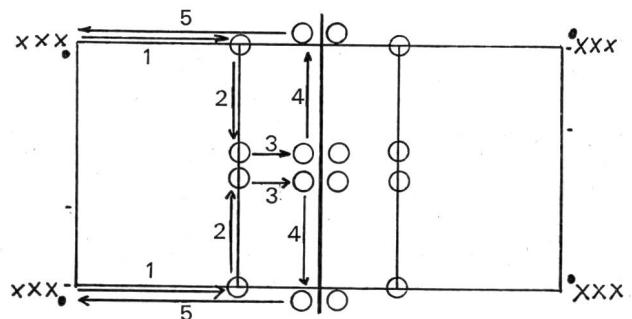
8. Staffetta

Scopo: agilità.

Deporre brevemente il pallone in ogni cerchio.

Spostamenti:

- 1+3 spostamento in avanti (corsa normale)
- 2+4 spostamento laterale (passo incrociato)
- 5 spostamento indietro (corsa indietro).



9. Il gioco dei Cantoni

Scopo: reazione — velocità — qualità tecnica.

Tutti gli allievi hanno scelto un nome di un Cantone e sono sparagliati nella palestra. Al centro un allievo lancia il pallone in alto e grida il nome di un Cantone. Gli altri fuggono il più lontano possibile dal pallone. Il giocatore chiamato grida «stop» nel momento in cui riesce ad afferrare il pallone, esegue tre passi in direzione del giocatore più vicino e cerca di colpirlo con il pallone.

Varianti:

- l'allievo fa un passaggio a due mani in alto invece di lanciare il pallone
- il giocatore chiamato esegue un bagher sopra di lui invece di afferrare il pallone
- i giocatori in fuga eseguono una capriola o un tuffo al momento in cui il loro compagno grida «stop»
- invece di lanciare il pallone contro il compagno, il giocatore cerca di colpirlo con un passaggio a due mani in alto o un movimento di schiacciata.

cont. a pag. 231