



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PERUGIA
FACOLTA' DI MEDICINA E CHIRURGIA
FACOLTA' DI SCIENZE DELLA FORMAZIONE
Corso di Laurea interfacoltà intercorso in
SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE (L22)



Insegnamento di

***Metodi e Didattica degli
SPORT DI SQUADRA***

MeD della PALLAVOLO

Prof. Luigi Bertini

E-mail: gi.ber@tin.it



SITTING VOLLEY - LUIGI BERTINI



1° WORKSHOP

“SITTING VOLLEY”

**Corso di Formazione per
Referenti Regionali, Docenti Nazionali,
Docenti Arbitri e Allenatori**

Roma - 11-13 Settembre 2013



SITTING VOLLEY - LUIGI BERTINI



Sitting Volley

PROPOSTE DIDATTICHE

POSTURA SEDUTA

- Il corpo nella **posizione seduta** è in uno stato di **continua attività dinamica**
- I **cambiamenti di posizione** che si effettuano, spesso in modo istintivo, servono per **controbilanciare** il peso del tronco e del capo e per dare più **solievo** alla posizione stessa

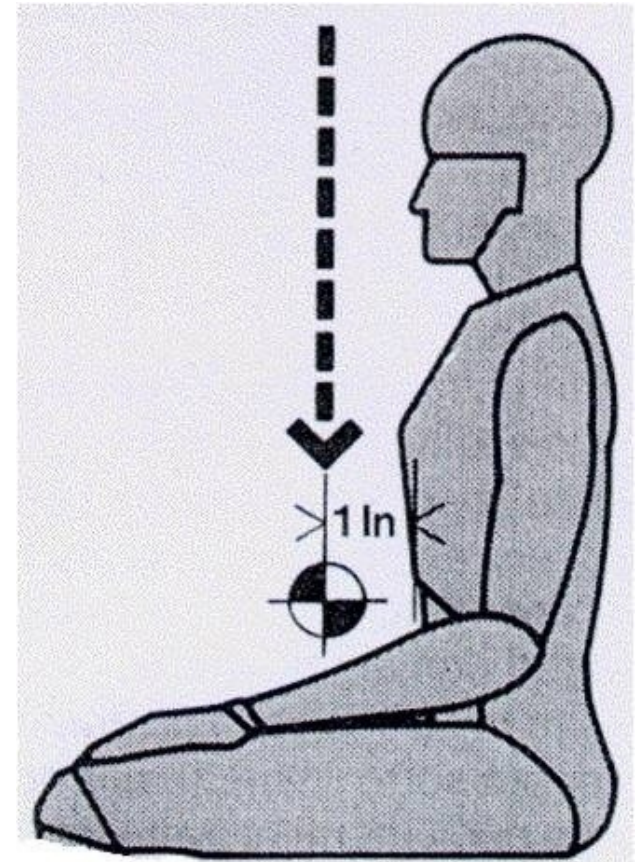
POSTURA SEDUTA

- La **postura seduta** caratterizza in modo evidente il Sitting Volley ed è diversa a secondo della lesione dell'atleta e del residuo funzionale



POSTURA SEDUTA

- Il **baricentro** di una persona con l'uso completo degli arti inferiori e nella posizione seduta del Sitting Volley **non cade all'interno del sistema ischiale** di supporto a contatto con il pavimento, ma in **proiezione fuori dal corpo a circa 2,5 cm.** di fronte all'ombelico



POSTURA SEDUTA

POSTURA SEDUTA E BILANCIAMENTO



POSTURA SEDUTA

- Per gli atleti con **amputazione transfemorale bilaterale con lesione alta** (*terzo superiore*), risulta difficile **mantenere l'equilibrio** in quanto la base di appoggio è limitata, mentre è molto favorita la **mobilità di movimento in tutte le direzioni**



POSTURA SEDUTA

- Gli atleti con **amputazione bilaterale appena sopra il ginocchio** (*terzo inferiore*), invece, godono di un **equilibrio posturale abbastanza** buono e di una **mobilità eccellente**, facilitata dalla base di appoggio più ampia e da una migliore compensazione dei muscoli del tronco



POSTURA SEDUTA

- Gli atleti con un **amputazione monolaterale** hanno un **equilibrio** abbastanza **buono** e una **buona mobilità** che dipende ovviamente dall'altezza della lesione



POSTURA SEDUTA

- Per i soggetti con **lesioni midollari** occorre fare delle differenze:
 - solo i soggetti **paraplegici** con una lesione bassa da **D11-D12** fino al tratto **lombo-sacrale** hanno un buon controllo dei muscoli addominali, degli erettori spinali, dei flessori dell'anca e degli abduttori, che consentono loro di mantenere un buon bilanciamento e di spostarsi in modo agevole

POSTURA SEDUTA

- Per i soggetti con **lesioni midollari** occorre fare delle differenze:
 - per i **poliomielitici**, dipende ovviamente dal grado della lesione, ma hanno dalla loro rispetto ai paraplegici **l'integrità delle vie afferenti** che possono ricostruire più agevolmente gli schemi motori adatti all'attività sportiva

Deficit	Mobilità	Equilibrio	Possibilità
Amputazione bilaterale transfemorale alta	<i>Molto buona</i>	<i>Difficile</i>	<i>Possibilità esecutive molto buone</i>
Amputazione bilaterale transfemorale sopra il ginocchio	<i>Molto buona</i>	<i>Abbastanza buono</i>	<i>Molta mobilità: ideale per il Sitting Volley</i>
Amputazione monolaterale di una gamba	<i>Buona</i>	<i>Abbastanza buono</i>	<i>L'equilibrio dipende dall'altezza dell'amputazione: la gamba è a volte di intralcio</i>
Paraplegia parziale	<i>Buona</i>	<i>Buono</i>	<i>Le gambe possono aiutare lo spostamento</i>
Paralisi cerebrale	<i>Discreta</i>	<i>Abbastanza buono</i>	<i>L'equilibrio dipende dall'entità del deficit: le gambe possono essere di intralcio nello spostamento</i>



Comitato Italiano Paralimpico



POSIZIONI DI ATTESA



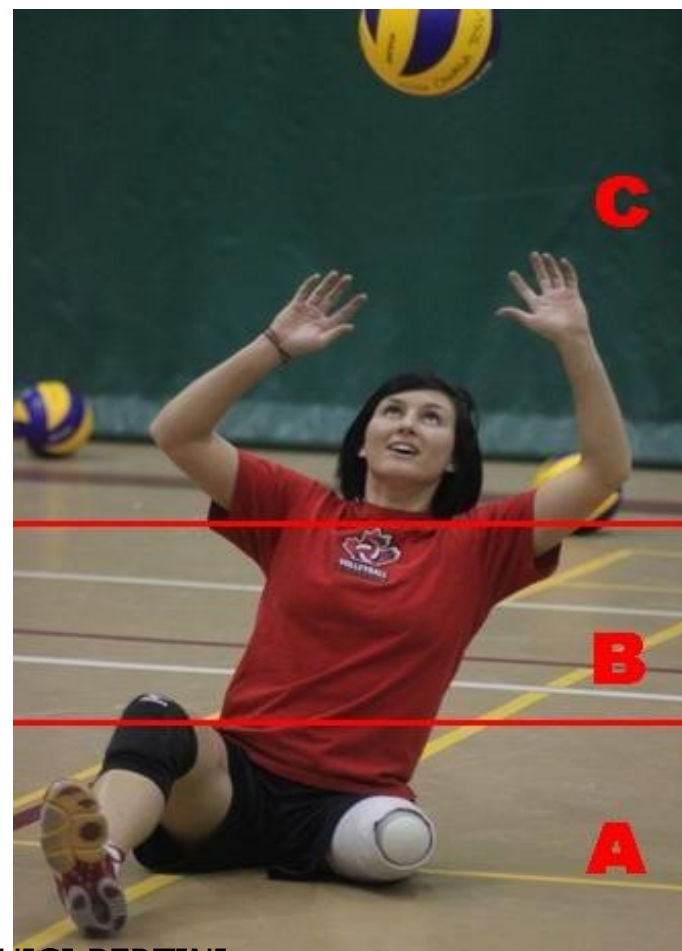
SITTING VOLLEY - LUIGI BERTINI

INTERVENTI NELLA FIGURA

Ripresa in palleggio con braccia alte sopra il capo e anche in rullata per palloni **lunghi o laterali** al corpo, guadagnando spazio e tempo

Interventi tra le spalle e l'addome con sbilanciamento e possibili rullate **indietro o angolari** con ripresa in palleggio o in bagher laterale: molto utilizzata per la ricezione

Interventi difensivi in estensione con riprese **in avanti** con bagher estremo o laterale con riprese acrobatiche in rullata





INTERVENTI NELLA FIGURA



Zona A



Zona B

INTERVENTI NELLA FIGURA



Zona B



Zona C

TRASLOCAZIONI

■ **INDIVIDUALI**

- Antero-posteriori
- **Laterali**
- Con cambi di direzione

■ **COLLETTIVE**

- In situazione di MURO
- In situazione di DIFESA





TRASLOCAZIONI



SITTING VOLLEY - LUIGI BERTINI



TRASLOCAZIONI



SITTING VOLLEY - LUIGI BERTINI



Comitato Italiano Paralimpico



TRASLOCAZIONI



SITTING VOLLEY - LUIGI BERTINI



INTERVENTI FUORI DELLA FIGURA





INTERVENTI FUORI DELLA FIGURA





SITTING VOLLEY - FLUID



Grazie per l'attenzione!

E-mail: gi.ber@tin.it

http://www.garamond.it/nostos/luigi_bertini