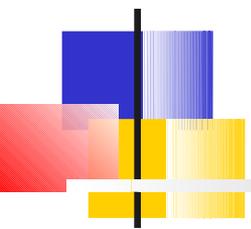




**UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PERUGIA**  
*FACOLTA' DI MEDICINA E CHIRURGIA*  
*FACOLTA' DI SCIENZE DELLA FORMAZIONE*  
Corso di Laurea interfacoltà intercorso in  
**SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE (L22)**

---



Insegnamento di

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

**MeD della PALLAVOLO**

Prof. Luigi Bertini

E-mail: [gi.ber@tin.it](mailto: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**

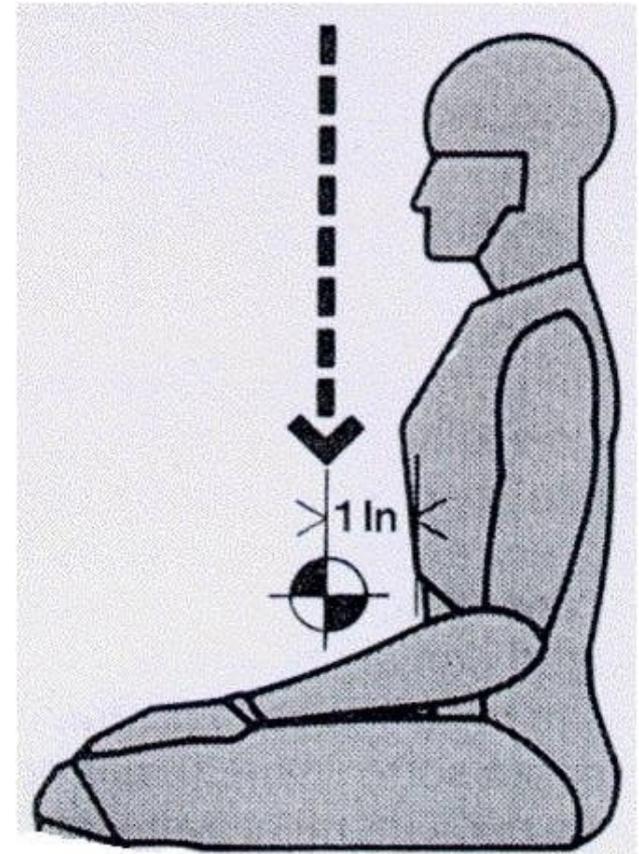
# POSTURA SEDUTA

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



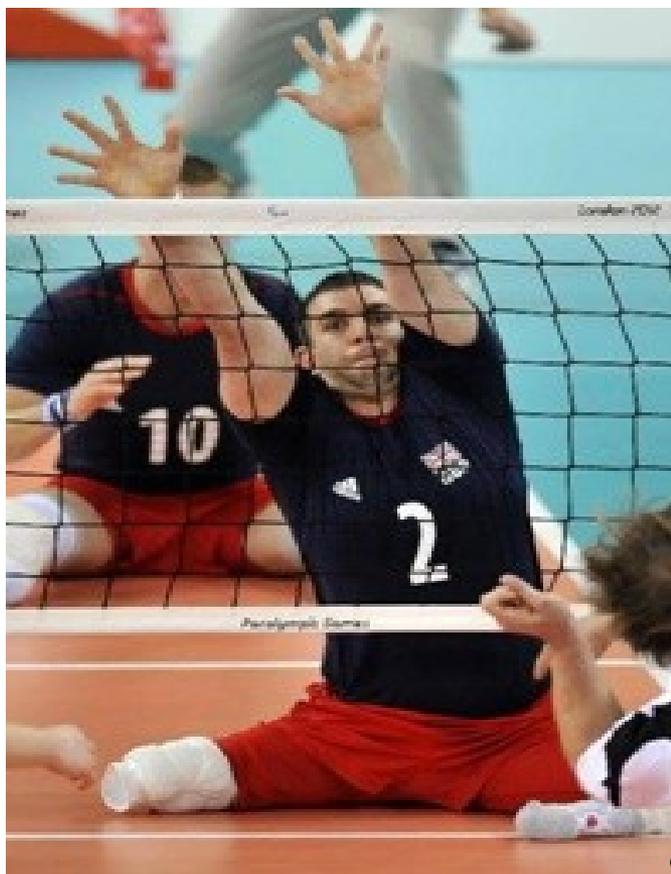
# POSTURA SEDUTA

- 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

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



# 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

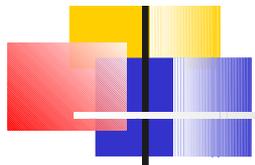
Interventi tra le spalle e l'addome con sbilanciamento e possibili rullate **indietro o angolari** con ripresa in palleggio o in bagher laterale: molto utilizzata per la ricezione

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





# INTERVENTI NELLA FIGURA

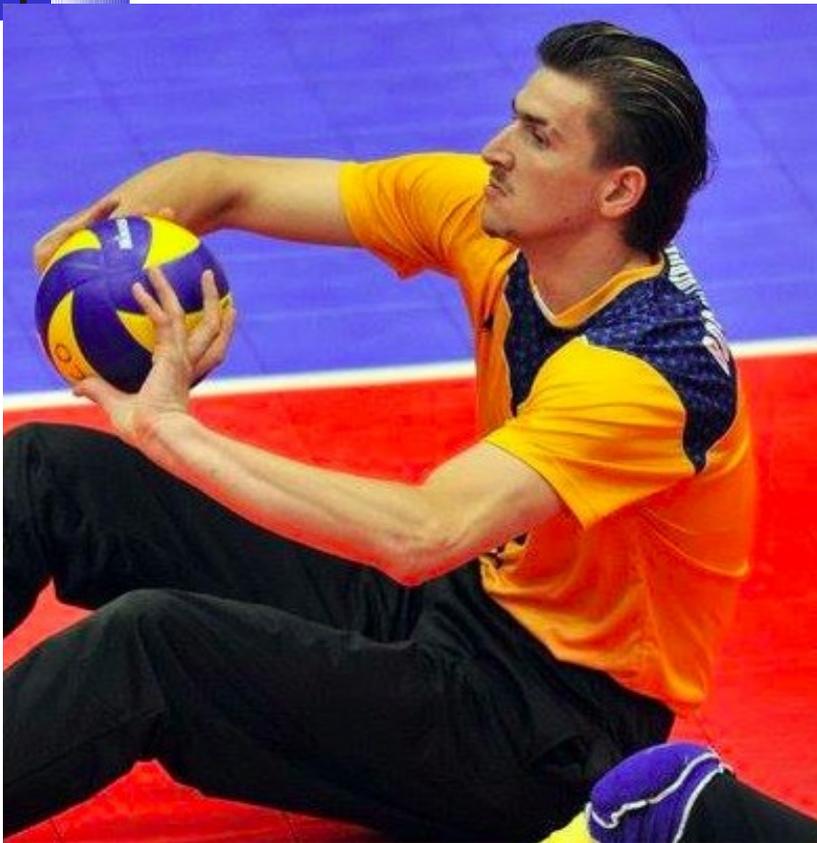


**Zona A**



**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





Comitato Italiano Paralimpico



# 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](mailto:gi.ber@tin.it)***

***[http://www.garamond.it/nostos/luigi\\_bertini](http://www.garamond.it/nostos/luigi_bertini)***