

GLOSSARIO

- **Attacco:** ricerca del punto attraverso l'invio della palla nel campo avversario con una mano (lancio o schiacciata) o due mani (lancio da sopra la testa)
- **Bagher:** respinta della palla con l'avambraccio, effettuata a braccia tese e unite avanti
- **Bagher bloccato:** blocco della palla con le mani utilizzando la tecnica del bagher
- **Bagher facilitato:** esecuzione del bagher dopo un lancio della palla a due mani dal basso verso l'alto (auto-lancio)
- **Battuta:** azione di lancio della palla nel campo avversario. Può essere effettuata con un lancio a due mani, oppure a una mano (battuta facilitata) con colpo dal basso o dall'alto
- **Difesa:** intervento per evitare che l'attacco avversario realizzi il punto
- **Fondamentali:** tecniche di base della pallavolo, cioè schiacciata, muro, difesa, palleggio, bagher e battuta
- **Giochi propedeutici:** giochi che si avvalgono della facilitazione ludico-motoria, creando i presupposti per arrivare a giocare a spikeball e S3
- **Green:** gioco di livello medio
- **Muro:** azione eseguita con un salto a braccia protese in alto e parallele, sopra la rete, per intercettare l'attacco avversario
- **Palleggio:** respinta della palla con le mani aperte poste sopra al capo
- **Palleggio bloccato:** presa, blocco e lancio con la tecnica del palleggio
- **Palleggio facilitato:** esecuzione del palleggio dopo un lancio della palla a due mani dal basso verso l'alto (auto-lancio)
- **Pallonetto a una mano:** esecuzione del tocco di attacco a una mano da sopra il capo
- **Red:** gioco di livello avanzato
- **Ricezione:** intervento per intercettare la battuta avversaria utilizzando il palleggio o il bagher
- **Volley S3:** il gioco della pallavolo, che contrappone due squadre, divise da una rete, e che inizia con una battuta, per poi proseguire con i tre tocchi che si concludono con la schiacciata
- **Schiacciata:** colpo effettuato verso il campo avversario con braccio in alto e mano aperta
- **Schiacciata facilitata:** esecuzione della schiacciata, dopo un lancio della palla a due mani, dal basso verso l'alto (auto-lancio)
- **Spikeball - Il gioco della schiacciata:** il nuovo gioco, che contrappone due squadre divise da una rete molto bassa, e che parte dall'attacco
- **White:** gioco di livello base