

PALLAVOLO

Campo di gioco:

- 18 mt. di lunghezza x 9 mt. di larghezza
- Altezza max rete: 2.24 femmine - 2.43 maschi
- Altezza allievi (12 – 13 anni): 2.15 femmine - 2.24 maschi
- **Altezza ragazzi (14-15 anni)** 2.20 femmine - 2.35 maschi

Scopo del gioco:

- Far cadere la palla nel campo avversario facendole oltrepassare la rete, avendo a disposizione un massimo di 3 tocchi
- Per vincere la partita, una squadra deve vincere 3 set.

Un set è vinto dalla squadra che per prima arriva a 25 punti, con almeno 2 punti di scarto. Nel caso di parità di set vinti, si gioca il 5[^] set al meglio dei 15 punti.

Posizioni in campo:

- La squadra è composta da sei giocatori, più le riserve
- I 3 giocatori davanti si dicono di **prima linea** e sono **ATTACCANTI**; i 3 dietro, detti di **seconda linea**, sono **DIFENSORI**.
- Ogni volta che una squadra guadagna il diritto di BATTUTA deve effettuare una rotazione dei giocatori, che avviene in senso ORARIO.

Principali infrazioni:

- **Fallo di posizione:** se al momento della battuta i giocatori non rispettano le posizioni in campo
- **Quarto tocco**
- **Doppia:** se la palla viene toccata con due parti del corpo o due volte di seguito
- **Trattenuta:** la palla viene accompagnata con le mani
- **Tocco della rete**
- **Invasione**

FONDAMENTALI DI GIOCO:

BATTUTA

BAGHER

PALLEGGIO

SCHIACCIATA

MURO