



Materiale introduttivo

G+S-Kids – Le basi del tchoukball

Autore/i

Greber Buschbeck Carole, responsabile disciplina G+S tchoukball

Condizioni quadro

Età consigliata	Da 7 anni; in ogni caso i membri del gruppo devono riuscire ad effettuare dei passaggi a qualche metro di distanza.
Grandezza del gruppo	4-20
Luogo del corso	Pannelli ufficiali di tchoukball (almeno 2), palloni da tchoukball di grandezza da 0 a 1, a seconda dell'età (se possibile 1 pallone per bambino).
Sicurezza	Regole di sicurezza come per ogni gioco con la palla. Fare attenzione soprattutto quando la palla rimbalza sul pannello: bisogna rendere attenti i bambini al modo in cui il pallone rimbalza, per evitare che se lo riprendano addosso dopo averlo scagliato contro il pannello. Durante il riscaldamento, concentrarsi in particolare sui polsi, le dita, le ginocchia e le caviglie.
Altro	Non proponiamo nessun esercizio per allenare il passaggio. Consigliamo però di esercitare anche questo aspetto. In effetti, per la forma finale di questo gioco è necessario saper effettuare dei passaggi, poiché non ci si può spostare più di tre passi con il pallone in mano.

Sguardo d'insieme sulle lezioni

Nr.	Titolo	Obiettivi	Presupposti	Livello
1	Tiri: scoprire i rimbalzi sul pannello.	Tiri nel tchoukball: scoprire come il pallone rimbalza sul pannello.	La prima lezione è destinata ai bambini che non conoscono ancora il tchoukball.	facile
2	Tiri: variare la forza.	Variare la lunghezza del tiro nel tchoukball.	Dopo la lezione 1	medio
3	Variare l'altezza del tiro.	Variare l'altezza del tiro: dal pallonetto sopra i difensori al tiro vicino alla zona vietata.	Dopo la lezione 1 oppure dopo la lezione 2.	medio
4	Tiri: variare l'angolo	Variare l'angolo di tiro, dalla destra alla sinistra.	Dopo la lezione 3	esigente
5	Intercettare il pallone dopo il rimbalzo	Imparare ad intercettare il pallone dopo il rimbalzo sul pannello in «situazione facili».	Dopo la lezione 4	medio
6	Intercettare il pallone spostandosi lateralmente	Intercettare il pallone spostandosi attorno alla zona vietata (movimenti laterali)	Dopo la lezione 5	esigente
7	Difesa a due	Difesa a due vicino alla zona vietata	Dopo la lezione 6	esigente
8	Tiro con rincorsa	Imparare a tirare contro il pannello con una rincorsa.	Dopo la lezione 7	esigente
9	Difesa collettiva I	Imparare le basi della difesa collettiva nel tchoukball	Dopo la lezione 8	esigente
10	Difesa collettiva II	Acquisire qualche conoscenza di base del piazzamento nel tchoukball (gioco su due pannelli).	Dopo la lezione 9	esigente

Regole del gioco

Principi del gioco

Nel tchoukball si affrontano due squadre.

La squadra che attacca deve:

- utilizzare nel miglior modo possibile i tre passaggi a disposizione per confondere la difesa avversaria;
- cercare di marcare un punto, lanciando il pallone contro uno dei pannelli di tchoukball in modo che, dopo il rimbalzo, il pallone tocchi terra senza essere prima intercettato da un membro della squadra avversaria

Nello stesso tempo la squadra che difende deve cercare di:

- piazzarsi nel miglior modo possibile per coprire tutto il terreno di gioco;
- intercettare il pallone dopo il rimbalzo sul pannello.

Come marcare i punti:

La squadra che attacca conquista un punto quando:

- nessun avversario riesce ad impedire che il pallone tocchi terra dopo il rimbalzo sul pannello.

La squadra che attacca dà un punto agli avversari quando, dopo il tiro, il pallone

Ufficio federale dello sport UFSPO

G+S-Kids



- passa di fianco al pannello;
- ricade nella zona vietata (vicino al pannello) o fuori dai limiti del terreno da gioco.

Terreno di gioco

Campo di circa 15x26 m, con un semicerchio di 3 metri di raggio davanti ad ogni pannello (zona vietata). La grandezza del campo deve essere adattata al numero di giocatori e al loro livello di gioco.

Numero di giocatori

Il tchoukball si può giocare a partire da tre contro tre fino a sette contro sette.

Regole di gioco

Le due squadre possono tirare su entrambi i pannelli.

Dopo ogni errore, il pallone va all'avversario.

Vi è fallo quando:

- un giocatore disturba l'avversario o intercetta un passaggio dell'altra squadra;
- un giocatore fa più di tre passi con la palla;
- una squadra fa più di tre passaggi prima di tirare verso il pannello;
- il pallone è tirato più di tre volte di seguito sullo stesso pannello;
- il pallone tocca terra dopo un passaggio sbagliato.

Ripresa del gioco dopo che una squadra ha marcato un punto:

- un giocatore della squadra avversaria lancia il pallone stando di fianco a un pannello.
- questo primo lancio non conta come passaggio;
- il pallone deve superare la linea di metà campo prima di poter essere di nuovo tirato contro uno dei due pannelli.

Vedi anche: www.tchoukball.ch (attività in Svizzera); www.tchouk.com (materiale di tchoukball); www.tchoukball.org (regole ufficiali).

Materiale necessario

Pannelli di tchoukball certificati FITB, palloni da tchoukball, se possibile di grandezza 00 (6-7 anni), 0 (7-9 anni) oppure 1 (9-10 anni e più).

Consigli e finezze

Da non dimenticare:

È importante che, nel limite del possibile, i bambini scoprano da soli tutte le sfaccettature dello sport. In questo senso, il tchoukball è uno strumento molto utile, poiché i bambini hanno pochi preconcetti su questo sport. Il monitore deve prima di tutto fornire degli impulsi per guidare il bambino nella scoperta di questo gioco

Il pannello è un oggetto che desta curiosità. Tutti i bambini cercheranno di tirarvi contro il pallone. Prevedere quindi degli esercizi adeguati.

Grazie alle sue regole, il tchoukball permette ai giovani di sperimentare tutte le situazioni senza nessun timore. Per permettere a tutti i bambini di giocare il maggior numero di palloni, bisogna cercare di formare delle piccole squadre e giocare su terreni di superficie ridotta.

Se i bambini hanno livelli differenti, prevedere dei gradi di difficoltà diversi per lo stesso esercizio. Ad esempio, si possono stabilire obiettivi diversi, più o meno difficili da raggiungere. Bisogna anche dar prova di flessibilità nell'interpretazione di certe regole, non snaturando lo spirito del tchoukball (ad esempio bisogna rimanere severi sul divieto di intercettare o di ostruire l'avversario, ma flessibili sulla regola dei tre passi).

Sulla base degli esercizi proposti in ogni lezione, è possibile immaginare nuove situazioni. Date spazio alla vostra immaginazione! Altre idee per degli esercizi sono disponibili negli opuscoli MOBILE speciale tchoukball e G+S «Capire e insegnare il tchoukball».

È possibile ridurre la grandezza della zona vietata (da 3 a 2 metri) ma non bisogna dimenticare che se vi sono buoni tiratori, un simile cambiamento penalizza troppo la squadra che difende e può anche essere pericoloso (palloni che arrivano troppo velocemente verso il difensore).

Mostrare dei filmati di tchoukball giocato a buoni o ad alti livelli, permette ai bambini di capire qual è la forma più completa di questo sport.

E se non si ha un pannello di tchoukball a disposizione? Per tutti gli esercizi senza pannello naturalmente non vi è nessun problema. Per gli altri esercizi, è possibile utilizzare i muri della palestra (con un bersaglio contrassegnato con del nastro adesivo). Bisogna tuttavia assicurarsi che i bambini riescano a tirare sufficientemente forte affinché il pallone non cada troppo vicino al muro (rischio di ferimenti importante). L'uso del minitramp è sconsigliato, poiché il rimbalzo è troppo debole.