

Lezione

Torneo di futnet

Questo torneo può essere organizzato al termine di una serie di lezioni dedicate al futnet. Gli allievi applicano gli elementi tecnici e tattici di questo sport.

Condizioni quadro

Durata: 90 minuti

Età: 11-15 anni

Livello scolastico: secondario I

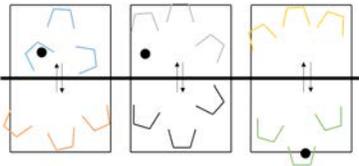
Livello di apprendimento: avanzati

Obiettivi d'apprendimento

- Consolidare la padronanza del passaggio
- Abbordare l'aspetto tattico della difesa
- Imparare a giocare assieme
- Gestire in modo autonomo lo svolgimento di una o più partite

Osservazioni: giocare sul campo di badminton, utilizzando una rete installata a un'altezza di circa 90-100 cm tesa sulla lunghezza della palestra.

	Esercizio/Forma di gioco/Forma di competizione	Organizzazione/Schizzo	Materiale
Riscaldamento	<p>10' Scambio senza fine</p> <p>Tre contro tre. La squadra A gioca contro la squadra B al di sopra della rete. Dopo aver fatto un passaggio, il giocatore esce dal campo per effettuare un compito. Poi può riprendere il suo posto. Tutti i giocatori della squadra devono toccare il pallone prima di rinviarlo agli avversari. È permesso far rimbalzare il pallone per terra una volta tra ogni tocco. Quale squadra riesce a fare il maggior numero di scambi senza commettere errori?</p> <p>Compiti possibili: correre attorno al proprio campo : 1 x normale, 1 x marcia indietro, 1 x pas chassé, ricominciare la serie.</p> <p>Più facile</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possibilità di toccare il pallone con un'altra parte del corpo, comprese le mani. <p>Più difficile</p> <ul style="list-style-type: none"> • Limitare il numero di rimbalzi per squadra. 		<p>Campo di badminton e rete di pallavolo, un pallone per campo e eventualmente dei nastri.</p>
	<p>10' Obblighi</p> <p>Partita di triplo fino a sette punti, mantenendo le stesse squadre dell'esercizio precedente. Una sola limitazione tattica: la squadra B aspetta dietro alla sua linea di servizio fino a quando l'altra squadra non ha concluso la costruzione della sua azione e ha attaccato.</p> <p>Regole</p> <ul style="list-style-type: none"> • Al massimo tre rimbalzi non consecutivi prima di rinviare il pallone nel campo avversario. • Al massimo tre tocchi di palla non consecutivi per squadra. • Effettuare il servizio tra le linee di servizio e la linea di fondo. • Dopo il servizio, il pallone deve rimbalzare una volta nel campo avversario prima di poter essere giocato dall'altra squadra. • Divieto di rinviare il pallone direttamente nel campo avversario (al minimo due tocchi di palla per squadra). <p>Più facile</p> <ul style="list-style-type: none"> • Possibilità di toccare il pallone una volta con le mani. <p>Più difficile</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diminuire il numero di rimbalzi autorizzati per squadra. 		<p>Come l'esercizio precedente.</p>

	Esercizio/Forma di gioco/Forma di competizione	Organizzazione/Schizzo	Materiale
Parte principale	60' Torneo di tripla Su tre o quattro campi (di badminton). Tirare a sorte sei o otto squadre. I giocatori scelgono un nome per la loro squadra e lo scrivono su una tabella. Tutte le squadre giocano una contro l'altra. Fissare la durata di ogni partita (5-6 minuti di gioco e 1 minuto di transizione). Dopo il turno qualificativo, le tre-quattro squadre ai primi posti formano un primo gruppo, le altre un secondo. In entrambi i gruppi, ogni squadra gioca di nuovo contro tutte le altre. Osservazioni: gli allievi arbitrano loro stessi, secondo le regole di gioco definite nell'esercizio precedente (senza la limitazione tattica).		Come l'esercizio precedente.
Ritorno alla calma	10' Mettere in ordine il materiale e bilancio Tre o quattro allievi recuperano i nastri, altri due mettono in ordine i palloni e gli altri si occupano della rete. Tutti poi si riuniscono e stilano un bilancio (impressioni degli allievi, ecc.) di questa iniziazione al futnet.		