Tema del mese 12/2017: FooBaSKILL

Come il suo nome lo suggerisce, il FooBaSKILL combina il calcio e la pallacanestro nella stessa attività. Le regole di questo gioco che riunisce il calcio e la pallacanestro sotto lo stesso tetto sono ideate proprio per lo sviluppo motorio e cognitivo complessivo e una partecipazione attiva di tutti i partecipanti. Ideale da praticare a scuola, nelle società sportive e all'aperto.

Il FooBaSKILL non solo è originale perché combina due discipline sportive, ma anche perché l'ambiente di gioco favorisce uno sviluppo completo dei partecipanti. In ciascuna delle due metà campo dedicate a una pratica sportiva i giocatori possono anche ottenere punti e contribuire alla vittoria della loro squadra.

Questa specificità favorisce la partecipazione di allievi che non apprezzano particolarmente il calcio e/o che stanno un po' nelle retrovie. Non appena oltrepassano la linea centrale del campo, i giocatori devono subito abituarsi a nuove condizioni, ciò che stimola considerevolmente le loro capacità coordinative e di sviluppare tattiche mentali.

Al servizio di altri sport

Il FooBaSKILL è stato ideato inizialmente per le lezioni di educazione fisica, ma può essere anche praticato nelle società sportive.

Le regole indicate permettono in effetti di acquisire determinati aspetti tecnici, tra i quali anche l'occupazione dello spazio, che possono essere facilmente trasferiti anche in altri sport di squadra e che stimolano varie abilità. Ad esempio la possibilità di fare gol in due porte da calcio apre la strada a tante nuove strategie di attacco e di difesa e il fatto di poter usare le pareti aiuta a sviluppare la creatività.

Anche gli sport individuali traggono grandi benefici dal FooBaSKILL, innanzitutto per la fase di riscaldamento e poi per migliorare competenze diverse da quelle richieste dalla disciplina stessa. Senza dimenticare la coesione di gruppo, che ne risulta indubbiamente stimolata.

A misura d'allievo

Il presente tema del mese è pensato per un pubblico molto vasto grazie alla flessibilità delle regole del FooBaSKILL. Il docente può adattare le regole in funzione della capacità degli allievi, del gruppo nella sua totalità, delle competenze che intende sviluppare oppure del materiale disponibile.

Alla fine sono proposte tre lezioni per un'introduzione progressiva al gioco: gli allievi si familiarizzano prima con il FooSKILL (calcio) poi con il BaSKILL (pallacanestro) prima di scoprire la forma finale.

Numerosi consigli e filmati completano il materiale a disposizione per consentire agli allievi di vivere un'esperienza nuova e stimolante.

Tema del mese

- FooBaSKILL (pdf)

Filmati

- Playlist

Articoli

- Un gioco completo

Aiuti didattici

- Regolamento
- Campo da gioco
- Attribuzione dei punti
- Forme d'organizzazione
- Materiale

Parte pratica

- Pianificazione
- Lezione 1 «FooSKILL»
- Lezione 2 «BaSKILL»
- Lezione 3 «FooBaSKILL»
- Gioco «FooBaSKILL Kids»
- Gioco «FooBaSKILL Outdoor»

Fonte: Michal Lato, Piero Quaceci e Pascal Roserens

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO