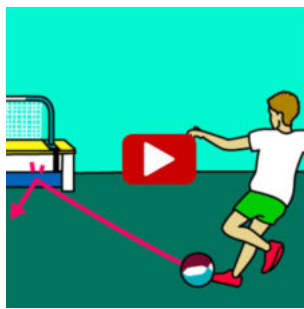


# FooBaSKILL: Pianificazione delle lezioni

Se il FooBaSKILL viene introdotto in modo progressivo e ludico gli allievi lo praticano con piacere. Le tre sequenze di 90 minuti presentate di seguito si basano proprio su questa idea.

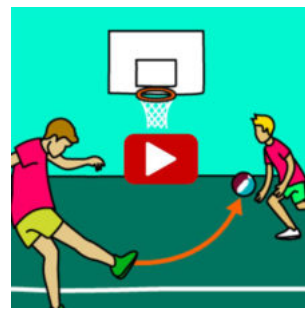
Un passo alla volta: prima di organizzare una doppia lezione di FooBaSKILL è meglio proporre agli allievi esercizi e giochi specifici per ciascuna delle due discipline, sia il FooSKILL che il BaSKILL, usando delle buone forme di organizzazione.



FooSKILL



BaSKILL



FooBaSKILL

Al livello principianti, il FooBaSKILL ha il vantaggio di basarsi su regole che possono essere adattate alle capacità di alcuni allievi, di tutta la classe oppure in funzione delle competenze che l'insegnante intende sviluppare. Il docente può così applicare liberamente le regole che considera importanti.

## Per un gioco equilibrato

Seguono alcuni consigli per un gioco equilibrato che permette ai bambini e ai giovani di progredire al loro ritmo e in modo ludico.

**Con una classe di buoni cestisti:** applicare [il regolamento per principianti](#) nel campo FooSKILL e [il regolamento per esperti](#) nel campo BaSKILL. In presenza di buoni calciatori procedere nel modo contrario.

**Con un buon giocatore:** stabilire un handicap

- Con i bravi cestisti. Esempio: il giocatore in questione può solamente segnare punti se riprende la palla (rimbalzo offensivo) oppure facendo canestri secondo il regolamento per esperti del BaSKILL.
- Con i bravi calciatori. Esempio: il giocatore in questione non ha il diritto di ricevere la palla tirata da lui stesso contro il cassone.

Nei due casi è la squadra avversaria che fissa quale o quali giocatori avranno un handicap.

**Per sviluppare una competenza particolare (regolamento per principianti):** si tratta di adattare le regole in funzione delle competenze su cui il docente intende lavorare. Esempio: giocare solamente con la regola dei due punti per migliorare la collaborazione tra i compagni.

**Per limitare i tiri a distanza e/o quelli incontrollati contro il tabellone (BaSKILL):** in particolare con gli allievi più grandi, è possibile assegnare un fallo quando i tiri mancano l'obiettivo.

---

---

Fonte: [Michal Lato, Piero Quaceci e Pascal Roserens](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**