Inserto pratico 69: Kin-Ball

Il Kin-Ball è un gioco originale con regole uniche che ne facilitano l'apprendimento e mettono rapidamente i partecipanti in situazione di successo. Privilegia la cooperazione, la salute e lo spirito sportivo. È indubbio che già nel prossimo futuro questa attività farà furore nelle scuole svizzere.

Il Kin-Ball è nato in Québec nel 1986 ed è frutto della creatività di Mario Demers, un insegnante di educazione fisica. Attualmente è praticato in una dozzina di nazioni sparpagliate in tutto il modo e conta più di 3,8 milioni di giocatori. Ha un suo proprio campionato del mondo e un campionato europeo. Il gioco suscita un entusiasmo crescente non solo tra gli iniziati, ma stimola la curiosità anche dei profani. Là dove passa, questa nuova disciplina lascia il segno.

Tutti uguali

Il Kin-Ball si gioca con un pallone gigante di 1,22 m di diametro, pesante meno di un chilogrammo, ciò che gli conferisce un carattere divertente e sicurezza, rendendolo accessibile ai partecipanti di tutti i livelli e le età. Inoltre, la sua pratica sottostà a una Carta dello spirito sportivo che non tollera nessun contatto fisico né violenza verbale. Quindi, il rischio di infortuni è limitato. Tutti i giocatori sono uguali! Le regole, contrariamente a quelle di altri sport di palla, impongono a ogni giocatore di partecipare attivamente al gioco, sia in fase offensiva che difensiva.

Il sistema di punteggio assicura a tutte le squadre in gioco l'opportunità di conquistare dei punti. Il Kin-Ball s'iscrive particolarmente bene nel programma scolastico e si presta in modo ideale alla formazione di squadre miste. Grazie all'utilizzazione di superfici ridotte, un numero elevato di allievi può giocare simultaneamente (p. es. 3:3:3 su metà campo). Il sistema cardiovascolare è sollecitato in modo ludico e i gesti tecnici molto semplici e facili da padroneggiare permettono agli allievi di tuffarsi in questo gioco appassionante solo dopo alcuni minuti di pratica.

Imparare giocando

Come è impostato questo inserto pratico? Le pagine 2 e 3 presentano le regole importanti e i gesti tecnici di base che permetteranno a chiunque di lanciarsi in questa disciplina. Le pagine da 4 a 9 propongono una moltitudine di piccoli e grandi giochi conosciuti, adattati in salsa «Kin-Ball». Le pagine da 10 a 13 si compongono di esercizi e forme di gioco che permettono di sviluppare i vari gesti tecnici. Infine, le ultime due pagine svelano le strategie che le classi più dotate possono adottare per avvicinarsi alla forma competitiva del Kin-Ball

Inserto pratico 69: Kin-Ball (pdf)