

Smolball: Basi tecniche

In questa lezione si descrive come è possibile, con materiale a poco costo, acquisire le tecniche di base del gioco e consolidarle.

Condizioni quadro

- Durata delle lezioni: 90 minuti
- Livello scolastico: livello secondario I e II
- Età: 11-20 anni
- Principianti/avanzati
- Acquisire, applicare



Obiettivi di apprendimento

- Riuscire a controllare la pallina.
- Riuscire a giocare la pallina in modo mirato.

Osservazione: la durata dei singoli esercizi può essere abbreviata o allungata. A seconda del livello e della dinamica che si viene a creare vale la pena diminuire o allungare il tempo consacrato agli esercizi o al gioco. I singoli esercizi possono anche essere effettuati sotto forma di torneo o di concorso durante tutta una lezione.

Lezione: [Basi tecniche](#) (pdf)

Fonte: Mischa Stillhart, docente alla SUFSM, Macolin e presso l'istituto BWZ di Rapperswil



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPÖ