Giochi polisportivi

Una stella come bussola

Un segnale (ad esempio una stella) posto al centro dei campi da gioco o di un percorso indica la direzione da prendere. Grazie a uno schizzo o a una descrizione i partecipanti sanno esattamente cosa li aspetta. Al termine di ogni postazione, porre un timbro o l'impronta digitale del monitore sulla cartina. Si parte sempre dal centro.

Calcio su un campo piccolo

Max. 5 giocatori per squadra (3:3, 3:4, 4:4, 4:5, 5:5).
Dimensioni massime del campo 20 × 30 m (ca. 1/3 della lunghezza e larghezza di un campo convenzionale).
Porte: 5 m di altezza. Si possono usare porte di 5 × 2 m in modo verticale o orizzontale.
Oppure: porte flessibili, coni, piatti, ecc.
Palla: di dimensioni 4 (leggera) 290 gr. oppure palle di gommapiuma o plastica.
Durata del gioco: 10-12 minuti su ogni campo.
Nessun portiere. L'ultimo giocatore deve toccare ogni volta la palla con le mani.
Nessun arbitro. I bambini si attengono alle regole autonomamente.
Regole semplici: evitare il fuori gioco.

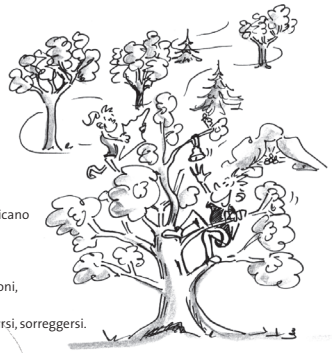
Grandi e piccoli compiti – Giochi per i tempi di attesa: nel programma dovrebbero figurare anche dei piccoli compiti da far in breve tempo, fra cui i bambini possono scegliere. Così, in caso di attesa, i bambini hanno delle piccole attività da svolgere, oppure possono giocare con delle palle.

«Il campo è libero?»: ogni bambino riceve un cappellino. In ogni postazione si trovano tanti portacappelli quanti sono i bambini che partecipano. Se tutti i portacappelli sono occupati bisogna scegliere un'altra postazione oppure aspettare. Si possono anche usare delle macchine che vengono parcheggiate in un «posteggio» davanti alla postazione.

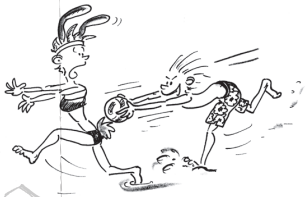
I bambini inventano percorsi e compiti: i bambini possono contribuire alla preparazione di un percorso avanzando delle proposte. Chi meglio di loro sa cosa potrebbe piacere ai compagni o cosa invece è troppo difficile o troppo facile? Anche i giochi proposti dai bambini vanno allenati durante gli allenamenti che precedono la festa. E perché non chiedere direttamente al fautore dell'idea di spiegarla a tutti quanti?

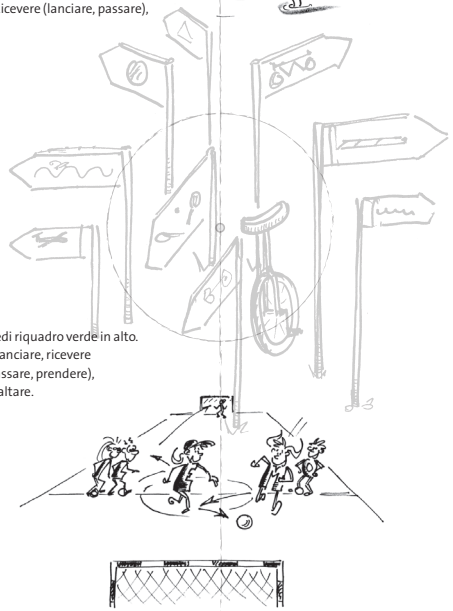
Coinvolgere genitori e giovani è utile soprattutto nei giochi in cui si inizia dalla «famosa» stella. La loro missione consiste nell'aiutare i bambini a svolgere i compiti e a valutare le loro prestazioni.

Percorso nel bosco
Come? Andrea, Francesca e Guido devono svolgere diversi compiti: per 20 m devono camminare il più silenziosamente possibile sino a giungere accanto al monitore, dopodiché iniziano un percorso che si snoda attorno a degli alberi. In seguito vanno alla ricerca di un tesoro indicato su una mappa di facile comprensione e alla fine si arrampicano tutti su un albero per suonare una campanella appesa ad un ramo.
Materiale: a seconda delle postazioni, una campanella, dei nastri, ecc.
Perché? Correre, saltare, arrampicarsi, sorreggersi.



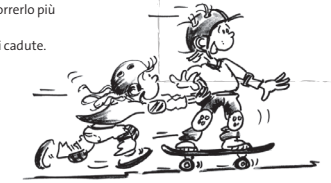
Tamponato
Come? La squadra dei cacciatori si passa una palla e cerca di «tamponare» i membri della squadra dei conigli. Con la palla in mano non si può correre e quando si è «tamponati» si diventa cacciatori.
Materiale: palla, gilet per definire i gruppi.
Perché? Ricevere (lanciare, passare), correre.





Rally
Come? Durante un rally su prato, su un campo di terra battuta o nel bosco, Sara e Barbara superano diversi ostacoli.
Materiale: demarcazioni, ostacoli.
Perché? Correre, saltare e altro.

Rigori
Come? Ogni squadra tira un certo numero di palle in direzione di una piccola porta. Quale squadra riesce a segnare il maggior numero di reti?
Materiale: palla, demarcazioni.
Perché? Lanciare, prendere (tirare).

Calcio
Come? Vedi riquadro verde in alto.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

Bob a due
Come? Kevin sale su uno skateboard, inginocchiandosi o rimanendo in piedi. Marco lo spinge tenendolo per la vita e insieme fanno uno slalom. Riescono a percorrerlo più velocemente di Manuele e Federico?
Attenzione: liberare uno spazio per eventuali cadute.
Materiale: skateboard, demarcazioni.
Perché? Stare in equilibrio, slittare, scivolare.