

G+S-Kids: Introduzione Baseball - Lezione 4

L'ABC della battuta – Le posizioni in campo

Autore

Carmen Schaub, Esperta G+S, Capo disciplina Baseball/Softball

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
 Livello basso medio impegnativo
 Età consigliata 8-10 anni
 Grandezza del gruppo 18 (minimo 6, massimo 20)
 Luogo del corso Campo di calcio o palestra doppia
 Sicurezza Vedi le basi del baseball

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

I bambini imparano il movimento corretto della battuta dal batting-tee.
 Dopo la lezione i bambini devono conoscere le posizioni in campo.

Indicazione

Le posizioni nel campo esterno (7-9) non sono molto amate dai bambini, quindi si consiglia di creare un sistema di rotazione delle posizioni. Per esempio ogni due battute vengono cambiate le posizioni. In questo modo il gioco rimane entusiasmante per tutti i bambini.


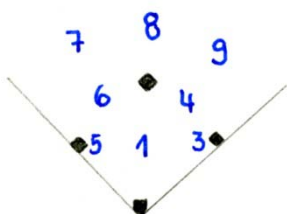
Contenuti

INTRODUZIONE

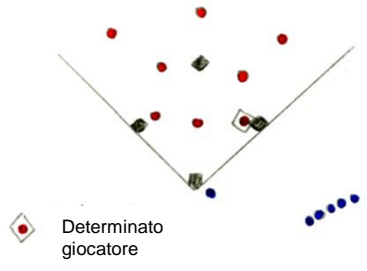
Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	La ricerca delle carte da Jass Gruppi di al massimo 4 bambini. Bisogna cercare 4 carte da Jass dello stesso tipo (per es. 4 fanti). Tutte le carte vengono disposte capovolte in cerchio. Si può prendere solo una carta alla volta. Una carta sbagliata può essere riportata indietro. La corsa dura fino a quando un gruppo ha le 4 carte uguali.	2 squadre Distanza da percorrere ca. 20 metri	Carte da Jass
5'	Forme di movimento Alcune forme vengono svolte camminando in avanti <ul style="list-style-type: none"> - Alzare la gamba, ruotarla all'esterno e appoggiarla. In alternanza destra e sinistra. - Skipping alzando le ginocchia - Skipping con gambe tese - Gamba tesa e braccio teso 	Su una linea oppure in diversi piccoli gruppi	

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	L'ABC della battuta 1) Oscillazione e stop al punto di contatto senza batting-tee e senza pallina Consiglio: come punto di contatto l'allenatore può usare un giornale arrotolato. 2) Oscillazione con rotazione del piede posteriore. La mazza può essere tenuta normalmente o dietro la schiena.	Esercizi 1+2 da svolgere su una linea con abbastanza distanza 	Mazze

15'	<p>Battere dal batting-tee Oscillazione a partire dal batting-tee Consiglio: se lo sguardo è sulla pallina è molto più facile colpirla.</p> <p>Esercizio da svolgere in piccoli gruppi. I bambini che non sono alla battuta raccolgono le palline. Nella raccolta delle palline fare attenzione che i bambini guardino sempre il battitore.</p>		Palline soft Mazze Batting-tee
10'	<p>Le posizioni in campo I bambini imparano alcune posizioni. In seguito l'allenatore dice il nome di una posizione e tutti bambini corrono verso quest'ultima. In un secondo momento il bambino estrae una carta con scritta una posizione e corre verso quest'ultima. Ci possono essere più carte con la stessa posizione. Consiglio: la posizione del catcher non c'è, in quanto per motivi di sicurezza viene assunta dall'allenatore.</p>	<p>Disegno:</p> 	Basi Carte con le posizioni Indicazione delle posizioni

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
15'	<p>Stop baseball con lancio su un obiettivo Formare due squadre, una è in campo e l'altra alla battuta. Il battitore, rispettivamente il corridore può correre fino a quando la squadra difensiva ferma la pallina e la passa ad un determinato giocatore. Deve rimanere fermo sulla base fino a quando il prossimo bambino va alla battuta. Quando tutti i bambini della squadra offensiva hanno battuto una volta, le squadre invertono i ruoli. I bambini in campo ogni 2 battute cambiano la loro posizione.</p>	<p>Disegno:</p> 	Basi Batting-tee Mazza Palline soft Guantoni
5'	Tutti assieme riordinano il materiale. Saluti.		