

G+S-Kids: Introduzione Pallacanestro - Lezione 9

Il passaggio 3

Autori

Zufferey Yves, monitore G+S/Istruttore Minibasket e Michel Chervet, Capo disciplina G+S pallacanestro

Condizioni quadro

Durata della lezione 60 minuti

Livello basso medio impegnativo

Età consigliata 8-10 anni

Grandezza del gruppo 6-20

Luogo del corso

Palestra o campo esterno, con minimo due canestri (ideali 4 canestri laterali).

Sicurezza

Bambini con scarpe da ginnastica

Togliere i palloni e il materiale non usato durante l'esercizio o il gioco.

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Riuscire a ricevere la palla e passarla a un compagno.

Indicazione

Adattare l'organizzazione (campo intero, 1/2 campo, 1/4 campo), secondo il numero dei bambini presenti.

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tem/Esercizi/Forme di gioco	Organizzazione/Schizzo	Materiale
10'	<p>Palla al capitano</p> <p>Un cassone in area, a due metri dal canestro. Il capitano sta sopra. Ogni squadra fa un punto a ogni passaggio al capitano. La rimessa in gioco si fa da dietro il cassone.</p>		1 pallone magliette
10'	<p>Il postino</p> <p>Ogni coppia prende una palla e con dei passaggi arriva a posarla nella buca lettere avversaria. Vince chi si ritrova con la buca lettere vuota.</p> <p><u>Variante:</u> Aggiungere per ogni squadra un ladro che avrà il compito di intercettare i passaggi degli avversari. Se ci riesce, palleggiando, deve mettere la palla nella "buca lettere" degli avversari.</p>		2 riserve di palloni magliette

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tem/Esercizi/Forme di gioco	Organizzazione/Schizzo	Materiale
10'	<p>2 contro 1</p> <p>I primi 3 bambini avanzano con dei passaggi (tic-tac) fino a metà campo. Il giocatore al centro posa la palla nel cerchio centrale e diventa difensore. Gli altri due recuperano la palla e cercano di segnare tornando indietro. Idem nell'altra metà campo</p>		4 palloni

15'	<p>Segnare e difendere Due squadre con 1 pallone sotto il canestro. Al fischio, passandosi la palla, i giocatori cercano di segnare dall'altra parte. La prima squadra che ci riesce, recupera la palla, la passa al monitor (a metà campo) e poi difende. Il monitor segnala agli altri di cambiare canestro e si gioca 5 contro 5. Un canestro segnato conta 2 e un pallone recuperato 3 punti.</p>		2 palloni magliette
-----	--	--	------------------------

RITORNO ALLA CLAMA

Durata	Tem/Esercizi/Forme di gioco	Organizzazione/Schizzo	Materiale
15'	Partita 5 contro 5 a tutto campo Se ci sono a disposizione dei canestri laterali, giocare 3 contro 3 sulla larghezza del campo.		1 pallone magliette