

G+S-Kids: Introduzione alla lotta svizzera - Lezione 3

Prevenzione degli incidenti 1

Caccia al tesoro

Autore

Capi disciplina G+S lotta svizzera / giochi nazionali

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
 Livello basso medio impegnativo
 Età consigliata 5 - 10 anni
 Grandezza del gruppo 5 - 10 bambini
 Luogo del corso Locale di lotta
 Sicurezza 1 monitore G+S lotta svizzera

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Prevenzione degli incidenti giocando
 Tecniche di caduta
 Abituarsi alla segatura
 Movimento e divertimento

Indicazione

Presenza elettrica per la televisione e il lettore DVD.

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Benvenuto, obiettivi e svolgimento della lezione	I bambini in semicerchio Il monitore di fronte alla classe	
5'	Prevenzione degli incidenti nella lotta svizzera <i>Visionare il capitolo 1 del DVD</i>		Film didattico sulla lotta svizzera Televisione Lettore DVD
5'	Gioco 1. livello: capriole in avanti un po' in tutti i sensi nella segatura. 2. livello: capriole in avanti sul lato destro e in seguito sul lato sinistro.		

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
15'	Sotterrare le palline Formare due gruppi. Il primo gruppo volge lo sguardo verso il muro, mentre il secondo gruppo sotterra cinque palline da tennis a circa 20 centimetri di profondità nella segatura. Invertire i ruoli. Il gruppo che ha nascosto le palline fissa il muro, mentre l'altro nasconde a sua volta cinque palline nella propria parte di campo. I due gruppi hanno a disposizione quattro minuti per cercare le palline degli avversari, rubarle e sistemarle in un deposito sul proprio lato di campo. Nello stesso tempo devono difendere il loro campo contro i ladri dell'altro gruppo. Vince il gruppo che dopo quattro minuti è riuscito a trovare il maggior numero di palline.	Dividere il locale di lotta in tre parti. Ogni gruppo dispone di un campo. Il campo in mezzo è la zona neutrale.	10 palline da tennis Prospetti 24 giochi brevi (disponibili presso la Federazione di lotta svizzera)

15'	<p>Tiro alla fune Due gruppi di lottatori con infilati i pantaloni di lotta, formano due file e si fronteggiano. I bambini si tengono ai pantaloni del compagno che sta davanti, formando così una «corda».</p> <p>I primi due di ogni gruppo effettuano le prese abituali. Ogni gruppo cerca di tirare gli avversari oltre una linea.</p> <p>Il gioco può essere ripetuto più volte per designare un vincitore.</p>		<p>Pantaloni di lotta</p> <p>Prospetti 24 giochi brevi (disponibili presso la Federazione di lotta svizzera)</p>
-----	--	--	--

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	<p>Girare la tartaruga Tutti i bambini salvo uno (il lottatore) strisciano nella segatura.</p> <p>Il lottatore cerca di girare una «tartaruga» sulla schiena. Se ci riesce, i due cercano di girare un'altra «tartaruga». Il gioco finisce quando rimane una sola tartaruga, proclamata vincitrice.</p>		<p>Pantaloni di lotta</p> <p>Prospetti 24 giochi brevi (disponibili presso la Federazione di lotta svizzera)</p>
5'	Salutarsi e presentazione della prossima lezione.		