

G+S-Kids: Introduzione Tchoukball - Lezione 7

Difesa a due

Autore

Greber Buschbeck Carole, responsabile disciplina G+S tchoukball

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
 Livello basso medio impegnativo
 Età consigliata 7 – 8 anni
 Grandezza del gruppo 12 [4-20]
 Luogo del corso Pannelli e palloni da tchoukball
 Sicurezza Vedi documento di base

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Difesa a due vicino alla zona vietata.

Indicazione

Vedi documento di base

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	Riscaldamento Esercizi che comportano il gioco di squadra di tutti i partecipanti.	Diversi esercizi a scelta del monitore.	A scelta del monitore
10'	„Pizzicati, pizzicami“ Ogni giocatore appende tre (o più) mollette da bucato sulla sua maglietta, i suoi pantaloncini o sulla sua tuta da ginnastica. I bambini corrono in tutti i sensi nella palestra. A un segnale del monitore, ognuno cerca di rubare le mollette degli altri, senza perdere le sue. A un secondo segnale il gioco si interrompe. Vince chi ha più mollette. Variante: Fare il contrario: ogni partecipante cerca di appendere le sue mollette alla maglietta, ai pantaloncini o alla tuta da ginnastica degli altri.		Mollette da bucato

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	Mi sposto con il mio compagno al rallentatore Ogni gruppo di due giocatori effettua gli spostamenti attorno alla zona vietata in funzione della posizione del monitore o di un portatore di palla (ala sinistra contro ala destra).		Pannelli e palloni da tchoukball

15'	Esercizio classico di difesa Due partecipanti si piazzano in difesa vicino alla zona vietata. Gli altri giocatori si sistemano sia sull'ala sinistra che su quella destra. Tirano uno dopo l'altro alternando l'ala a partire dalla quale viene scagliato il pallone. Dopo ogni tiro, si cambia lato. Tutti i giocatori passano anche in difesa.		Pannelli e palloni da tchoukball
-----	--	--	----------------------------------

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
20-25'	Gioco bipolare 5:5 Dopo che una squadra ha segnato un punto, l'altra squadra effettua una rimessa in gioco di fianco al pannello dove è stato segnato il punto. Gioco con regole semplificate: i falli commessi da una squadra non falli commessi da una squadra non si trasformano in punti per gli avversari (vedi documento di base).	Formare più squadre da 5 giocatori. Si gioca su tutto il campo (circa 15x26, un pannello su ogni linea di fondo).	Pannelli e palloni da tchoukball, contrassegni per distinguere le squadre.
5'	Ritorno alla calma a scelta del monitore	A scelta del monitore	A scelta del monitore

