

Lezione

Introduzione al singolo

Grazie a questa lezione, gli allievi imparano gli elementi tattici di base nel singolo: sfruttare il campo da gioco, trovarsi in una buona posizione e adattare il gioco alle proprie capacità di prestazione.

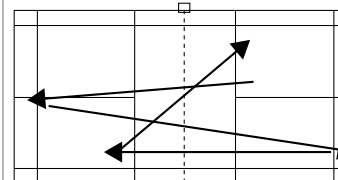
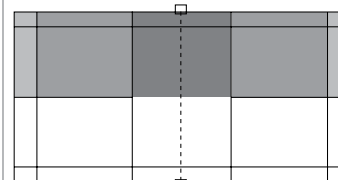
Condizioni quadro

Durata della lezione: 60 minuti
Livello di capacità: scuola media
(7°-9° anno scolastico)

Obiettivi d'apprendimento

- Sfruttare al meglio il campo da gioco.
- Rispondere alle possibilità offerte dall'avversario con un buon posizionamento.
- Adattare il gioco alle proprie capacità di prestazione.

		Svolgimento	Consigli importanti	Possibilità	Organizzazione/materiale
Introduzione	5'	Il volano assassino Un gruppo composto di sei a dieci allievi si dispone all'interno del campo di badminton. Al cacciatore è permesso compiere tre passi prima di lanciare il volano. Chi viene colpito diventa cacciatore.	Si può solo tirare sul corpo e non sulla testa.	Più facile • Giocare con due cacciatori. Più difficile • Lanciare il volano solo in un modo preciso (ad es. tra le gambe). • I tiri possono solo essere eseguiti sotto l'altezza delle spalle.	1 volano per campo
	5'	Scacco matto Due persone giocano in una metà campo. Il giocatore che riesce a tirare il volano in modo tale che l'avversario non sia più in grado di rispondere al tiro ottiene un punto.	Sottolineare l'importanza di una buona preparazione e un buon posizionamento dei tiri per il singolo.	Più facile Con smash. Più difficile Senza smash.	
Parte principale	5'	A settori Suddividere ogni metà campo in tre zone, ognuna delle quali corrisponde ad un preciso punteggio. Due allievi svolgono la partita nel rispetto delle usuali regole di gioco. Se il volano cade direttamente (senza che l'avversario lo tocchi con la racchetta) nel settore davanti o dietro, si ottengono due punti supplementari.	Se possibile, formare coppie dal livello simile.	Più facile Si aggiunge un settore: il corpo. I volani che colpiscono il corpo toccano questo settore. Più difficile Definire altri settori più piccoli vicino alle linee laterali.	
	30'	Giocare a scacchi Due giocatori riportano su un foglio i primi quattro tiri che eseguiranno sempre in modo preciso a ogni inizio di scambio. Dopo i primi quattro tiri definiti, lo scambio è libero. Lo scopo è di ottenere una situazione vantaggiosa di gioco grazie ai propri tiri. Dopo almeno dieci scambi, si possono apportare modifiche che saranno di nuovo riportate sul foglio. Il servizio è eseguito sempre dalla stessa persona.	Suddividere la classe in due. Il gruppo che non gioca guarda un filmato di un singolo di livello mondiale e annota i punti tattici importanti su una lavagna a fogli mobili.	Più facile Fare delle domande concrete sull'osservazione della gara a cui gli allievi devono rispondere.	Fogli con dei campi da gioco. Penne o pennarelli. Filmato scaricato da http://badmintonworld.tv



Dopo 15 minuti, cambiare i ruoli.

		Svolgimento	Consigli importanti	Possibilità	Organizzazione/materiale
Parte principale	5'	<p>Valutazione</p> <p>Si discute con tutto il gruppo di quanto è stato osservato in quanto «allenatore di badminton» e guardando la partita di alto livello.</p>	<p>Portare l'attenzione sulle differenze «allenatore di badminton» e gioco normale (in cui è difficile anticipare i tiri).</p> <p>Caratteristiche delle partite di livello internazionale: sicurezza nei tiri, precisione, velocità e posizionamento.</p>		
Ritorno alla calma	10'	<p>Un'eredità cospicua</p> <p>Due allievi giocano su una metà campo. Chi ottiene per primo sette punti rimane sul campo. Il perdente esce dal campo e dà in eredità il suo numero di punti al prossimo sfidante. Il vincitore riparte invece da zero punti.</p>	<p>Per rendere i cambi più veloci, chi è eliminato si fa notare subito.</p>	<p>Più facile</p> <p>Si può tirare solo in un settore del campo.</p> <p>Più difficile</p> <p>Senza smash.</p>	