

Lezione

Passare

Con un gioco di squadra intelligente è possibile creare delle interessanti possibilità di gol. Prima, però, occorre avere le condizioni tecniche necessarie.

Condizioni quadro

Durata della lezione: 45 minuti

Livello di capacità: 1°- 6° anno di scolarizzazione

Obiettivi d'apprendimento

- I giocatori imparano a ricevere la pallina e a controllarla in modo sicuro.
- I giocatori imparano le diverse possibilità per eseguire dei passaggi e la rispettiva tecnica.
- I giocatori sperimentano come eseguire dei passaggi all'interno della squadra al fine di creare delle situazioni di gioco vantaggiose.

Consigli tecnici

- Nel caso ideale, il giocatore è posizionato a 90° rispetto alla direzione del passaggio.
- Per ricevere bene la pallina, il corpo accompagna l'arrivo della pallina e poi la frena (consiglio: ricevere cercando di non fare rumore).
- Per tirare di nuovo la pallina, eseguire il movimento inverso. Accelerare la pallina e farla partire davanti al corpo.
- L'impugnatura del manico è piuttosto larga. Tuttavia, può cambiare in funzione del tipo di passaggio. Anche i passaggi eseguiti con una mano sola possono essere precisi.
- Mentre si esegue un passaggio, rivolgere lo sguardo verso l'obiettivo.

		Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Introduzione	5'	Fare centro Distribuire diversi bersagli (elementi di cassone, parete, panchine, ecc.) in tutta la palestra. I bambini si muovono liberamente con la pallina nella palestra e cercano di colpire più bersagli possibili e in seguito riguadagnare il controllo della pallina. Varianti <ul style="list-style-type: none"> • Passaggi di dritto e di rovescio. • Come esercizio a coppie: fare un passaggio doppio tramite il bersaglio. • Presso ogni bersaglio si trova un giocatore che passa direttamente la pallina a chi l'ha tirata. 		Diversi attrezzi
	10'	Passaggi alla carta Due bambini sono uno di fronte all'altro e si passano la pallina. In questo modo, è possibile esercitare bene la tecnica di base. In seguito, i bambini eseguono soprattutto passaggi mentre sono in movimento. Varianti <ul style="list-style-type: none"> • Aumentare/ridurre la distanza. • Flip (a mezza altezza). • Ricevere la pallina con diverse parti del corpo. • Dopo aver ricevuto la pallina, eseguire un'altra forma (p. es. tirare la pallina con i piedi, fare una piroletta, ecc.). • Tirare di dritto/di rovescio. 		
Parte principale	5'	Passaggi numerati La classe è suddivisa in gruppi da 4-5 giocatori. I diversi gruppi sono distinti da nastri o pettorine. Ogni giocatore ottiene un numero. Tutti corrono liberamente nella palestra e cercano sempre di passare la pallina al prossimo numero. Varianti <ul style="list-style-type: none"> • Tirare di dritto/di rovescio. • Condurre la pallina al massimo per tre secondi. • Una volta ottenuta la pallina, passarla direttamente (molto difficile). • Diverse palline. • Cambiare l'ordine. 		Nastri o pettorine

		Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Parte principale	10'	<p>Passaggi a coppie</p> <p>Due giocatori sono uno di fronte all'altro. Tra di loro c'è un piccolo tappetino. I giocatori si passano la pallina facendola transitare accanto al tappetino (sinistra/destra).</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Può essere svolto come forma di test. Quale delle squadre riesce a fare per prima 20 passaggi? • Esercitare i passaggi di diritto e di rovescio. • Permettere anche i passaggi sopra il tappetino. 		Tappeto
	15'	<p>Palla del re</p> <p>Ogni squadra definisce un re. I passaggi doppi con il re fruttano un punto. Si può giocare anche con squadre numerose. In tal caso, far circolare due o più palline.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chi conduce la pallina non può essere attaccato. • Adattare le dimensioni del campo. • Il re resta «anonimo». 		
Forme di gioco				