

Lezione

I bambini scoprono il gioco del golf I

Durante questa lezione introduttiva, i bambini imparano ad imbucare la pallina e scoprono le basi del gioco del golf.

Condizioni quadro

Durata della lezione: 100 minuti

Livello scolastico: quinta elementare, prima media

Età: 10-11 anni




Obiettivi di apprendimento

- Coordinazione occhi-mani
- Dosare, sensazioni

Osservazione: gli esercizi di questa lezione possono essere eseguiti individualmente, in coppia o in gruppo.

Attenzione: le palline da golf possono essere utilizzate esclusivamente negli impianti di golf. Al di fuori di essi (in un parco o vicino a degli edifici) questo esercizio deve essere svolto con delle palline da golf soffici (Almost) o delle palline in gommapiuma, da tennis, da unihockey, ecc.

Fonte: Bovet, C., Chazeau, D., Egger, B., Kressig, P., Meier, M.: «Golf – spielend lernen» (disponibile solo in tedesco e in francese):. ASG. 2012

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Riscaldamento	<p>20'</p> <p>L'architetto di golf Obiettivi: Competenze golfistiche, creatività, reazione, orientamento. Tempo di preparazione: 5 minuti</p> <p>I bambini costruiscono una buca di golf con differenti ostacoli (ostacoli d'acqua, bunker, fuori limite, ecc.), simbolizzati dai coni colorati. Il monitore racconta una storia. Se viene menzionato un termine del vocabolario golfistico (ad esempio: bunker), tutti devono andare in questa zona. Il bambino che arriva per primo nella zona conquista un punto.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sul practice. • Su una vera buca del percorso. • Ogni bambino ha 5 «vite» prima di essere eliminato. L'ultimo che arriva nella zona giusta perde una vita. 		<p>Coni, corde, bandiera, ecc.</p>
Learning	<p>60'</p> <p>Feeling Obiettivi: Sensibilità e ritmo, oscillazione, traiettoria percorsa dalla testa del bastone, fiducia in se stessi. Tempo di preparazione: 2 minuti</p> <p>Scegliere un putt diritto. Giocare il putt solo con la mano destra, quella sinistra o con gli occhi bendati. Utilizzare un metronomo per il ritmo. Trasferire la sensibilità così acquisita nel movimento del putting.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ogni volta da 3 a 5 palline. • 5 palline per esercizio, seguite da 5 palline giocate normalmente. • Scegliere dei putt lunghi. • Dopo un putt alla cieca, dire se era troppo lungo o troppo corto. 		<p>Tee, nastro per bendare gli occhi, metronomo, palline da golf.</p>
	<p>Il dado Obiettivi: Sensibilità della distanza, sensibilità e ritmo, non ripetitivo. Tempo di preparazione: 5 minuti</p> <p>A una distanza di 4 m, tracciare 6 zone di 50 cm a un metro di profondità. Sistemare un cono a destra e a sinistra di ogni zona. Per definire la zona nella quale bisogna fare il putting, lanciare il dado. Per ogni obiettivo raggiunto, il bambino riceve i punti del dado.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chi raggiunge per primo i 20 punti? • Ogni giocatore lancia il dado 5 o 10 volte, chi fa più punti? • Sotto forma di competizione a squadre. • Variare la distanza fino alla prima zona. 		<p>Tee, corda o gesso, dado, coni, palline da golf.</p>

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Learning	<p>La bussola Obiettivi: Allineamento, oscillazione, traiettoria percorsa dalla testa del bastone, non ripetitivo, fiducia in se stessi. Tempo di preparazione: 3 minuti Scegliere una buca in pendenza, sistemare 12 o 16 tee o coni a forma di croce a 50 cm, 1, 1,5 e 2 metri attorno alla buca. Giocare la palline in buca secondo un ordine definito.</p> <p>Varianti</p> <ul style="list-style-type: none"> • Giocare prima le 4 palline che si trovano nel cerchio interno (50 cm), poi passare al cerchio seguente e così via. • Per aumentare la difficoltà, imbucare le 4 palline del primo cerchio prima di passare al seguente. • Sotto forma di test: 1 pallina per tee (12 o 16 palline), chi riesce a imbucare il maggior numero di palline? • Sotto forma di gara a due: chi vince? • Imbucare almeno 2 palline di fila prima di passare alla distanza successiva 		Palline da golf, tee o coni.
Playing	<p>20' Minigolf Obiettivi: Allineamento, sensibilità della distanza, lettura del green e visualizzazione, non ripetitivo, regole del golf. Tempo di preparazione: 15 minuti Disegnare una buca di minigolf aiutandosi con coni, corde o gesso. A seconda del livello, introdurre un dog-leg, degli ostacoli, delle pendenze, ecc. Se la pallina supera la linea va giocata con un colpo di penalità dal punto in cui è uscita dal percorso.</p> <p>Variante</p> <ul style="list-style-type: none"> • A coppie: eseguire dei putt uno dopo l'altro, fino a quando la pallina è entrata in buca. 		Tee, corda, gesso, coni, frisbee, palline da golf.