

# Lezione

## Foche e orsi polari

**Il motto di questa lezione? Tutti i bambini giocano e fanno esperienze positive. Perciò sono da prevedere molte reti, squadre di piccole dimensioni, ma nessuna eliminazione e niente riserve.**

### Condizioni quadro

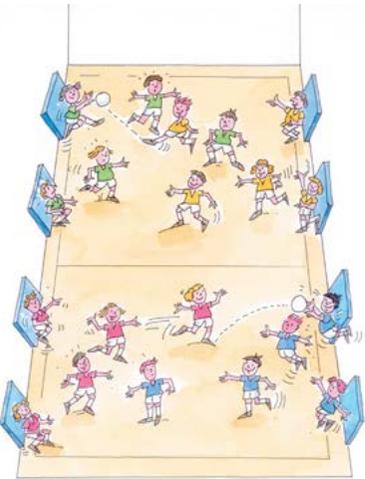
- Durata della lezione: 45 minuti
- Livello scolastico: 3°-5° anno di scolarizzazione
- Livello di capacità: principianti, avanzati
- Livello di apprendimento: acquisire e applicare

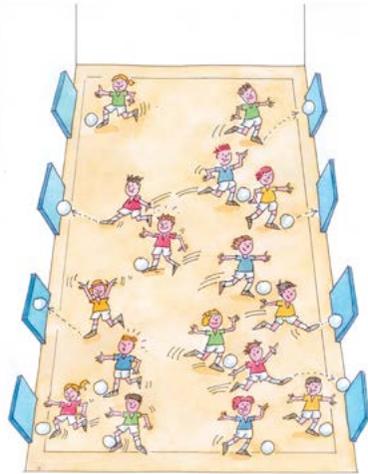
### Obiettivi di apprendimento

- Esercitare il controllo palla
- Segnare molte reti
- Vivere delle emozioni

### Consigli pratici

1. Tutti giocano (nel limite del possibile nessun giocatore di riserva)
2. Ogni giocatore ha una palla.
3. Preparare il materiale necessario all'inizio della lezione e utilizzarlo a seconda dei bisogni.
4. Una storia come fil rouge.
5. Dei piccoli gruppi e numerose reti sono sinonimo di divertimento e di tanto movimento.
6. Utilizzare dei palloni soffici.
7. Nessuna eliminazione.
8. Definire insieme le regole e rispettarle.
9. Giocare senza arbitro.
10. Evitare i tempi morti.
11. La nostra tabella di marcia: gioco libero, esercitarsi, giocare.

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Introduzione	<p>15'</p> <p><b>Nel mare di tappeti</b></p> <p>Formare due squadre: i leoni marini e gli orsi polari. Ripartire i tappeti (isole) e i cerchi (iceberg) nella palestra.</p> <p><b>Gioco libero</b></p> <p>Tutti i bambini dribblano attorno alle isole (tappeti) e agli iceberg (cerchi). Variare il tocco di palla: collo ed esterno del piede, destro/sinistro, ecc.</p> <p><b>Esercitare</b></p> <p>Quando l'insegnante fa un segno con il braccio:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. I bambini posano la loro palla sull'isola e prendono un pallone libero.</li> <li>2. I bambini posano la loro palla sull'iceberg e prendono un pallone libero.</li> <li>3. Effettuano un dribbling attorno all'isola o all'iceberg solo con il piede sinistro o con quello destro (poi il contrario).</li> </ol> <p><b>Gareggiare</b></p> <p>A un segnale gli orsi polari posano il pallone su un iceberg, i leoni marini su un'isola. Quale delle due squadre è più veloce? Idem, al contrario.</p> <p><b>Focus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• I bambini conducono la palla in modo controllato?</li> <li>• I bambini riescono a effettuare i compiti loro assegnati?</li> </ul>		<p>1 tappeto per leone marino</p> <p>1 cerchio per orso polare</p> <p>1 pallone per bambino</p> <p>1 nastro/casacca per ogni bambino</p>
Parte principale	<p>25'</p> <p><b>Torneo sul ghiaccio</b></p> <p>Dividere la palestra in due campi. Per ogni campo due porte (appoggiare i tappeti alle pareti). Giocare con le squadre formate durante l'introduzione. I bambini giocano una partita con o senza portiere. Le due squadre attaccano e difendono entrambe le porte.</p> <p>Tre turni di circa 7 minuti. Gli avversari, la posizione dei giocatori e il portiere cambiano dopo ogni turno.</p> <p>Giocare utilizzando le pareti. La palla è fuori (→ rimessa in gioco con i piedi) quando supera la linea e finisce nell'altro campo.</p> <p><b>Focus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutti i bambini partecipano al gioco?</li> <li>• I bambini cercano di dribblare e di passare la palla in avanti?</li> <li>• I portieri partecipano attivamente al gioco e alle azioni d'attacco?</li> </ul>		<p>8 tappeti</p> <p>2 palloni</p> <p>1 casacca per ogni bambino</p>

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Ritorno alla calma	<p>5' <b>Gli iceberg nel mirino</b>            Preparare le porte (tappeti) prima della partita. Ogni bambino ha una palla. I bambini dribblano liberamente e cercano di segnare il maggior numero possibile di reti. Dopo ogni rete segnata, bisogna cambiare tappeto.            1° turno: segnare tirando col piede sinistro.            2° turno: segnare tirando col piede destro.            3° turno: segnare tirando col piede destro o con quello sinistro.            Chi segna più reti durante due minuti? Ripetere 2-3 volte.</p> <p><b>Varianti:</b> i bambini tirano sempre contro lo stesso tappeto. Dopo ogni rete segnata, aumentare la distanza di tiro (orientarsi con le linee).</p>		<p>4 tappeti            1 pallone per bambino            1 nastro/casacca per ogni bambino</p>