

# Lezione

## Regole di base (1ª parte)

**Nel corso di questa prima lezione introduttiva, gli allievi scoprono le regole elementari per giocare a due contro due. Si familiarizzano anche con il passaggio e il tiro sul pannello.**

### Condizioni quadro

- Durata della lezione: 45 minuti
- Livello scolastico: dal settimo all'undicesimo anno di scolarizzazione
- Livello di capacità: principianti

### Obiettivi d'apprendimento

- Effettuare dei passaggi senza che il pallone cada per terra
- Padroneggiare il passaggio per fare avanzare il pallone senza doversi spostare
- Tirare sul pannello e recuperare il pallone dopo il rimbalzo sul pannello
- Recuperare il pallone tirato da un altro giocatore, dopo il rimbalzo sul pannello

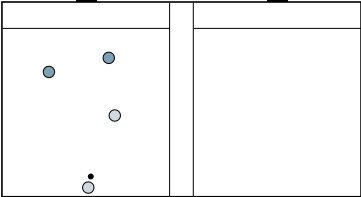
### Regole di gioco

- Questa lezione introduce progressivamente le regole 1, 2, 9 e 10 e 14 del tchoukball a scuola (vedi tabella).

#### Descrizione dei simboli

	Giocatore		Paletto
	Giocatore con palla		Tappetino
	Spostamento		
	Passaggio		

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Introduzione	5' <b>Introdurre la regola 1</b> In coppia. L'allievo col pallone corre attorno della palestra facendo dei passaggi contro il muro. Il suo compagno, senza il pallone, corre pure lui attorno alla palestra. Quando lo raggiunge, i ruoli vengono invertiti.		Un pallone per due allievi Event. quattro paletti per delimitare la corsa
	5' <b>Introdurre in aggiunta la regola 2</b> In coppia, gli allievi prendono posizione a circa tre metri l'uno dall'altro e si fanno dei passaggi in aria (lanciare dal basso e/o dall'alto) senza far cadere il pallone per terra. <b>Più difficile</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentare la distanza tra gli allievi.</li> <li>• Tirare con la mano «debole» o alternando (ancora più difficile).</li> </ul>		Un pallone per due allievi
Parte principale	5' <b>Applicare le regole 1 e 2</b> In coppia, gli allievi si fanno dei passaggi da un tappeto all'altro della palestra (nel senso della larghezza) senza far cadere il pallone per terra. Non hanno diritto di spostarsi con il pallone in mano. <b>Variante</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sostituire il secondo tappeto con un tiro sul pannello.</li> </ul>		Due tappeti Un pallone per due allievi Event. un pannello
	5' <b>Applicare la regola 2</b> Sistemare quattro pannelli in quadrato, con la rete orientata verso l'esterno. L'allievo si fa un passaggio tirando contro il pannello, poi corre fino al pannello seguente e si fa un altro passaggio e così via. <b>Variante</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistemare i quattro pannelli contro un muro. Gli allievi corrono nella palestra facendosi dei passaggi contro i pannelli, poi contro le altre tre pareti.</li> </ul>		Quattro pannelli Un pallone per allievo
	10' <b>Introdurre in aggiunta le regole 9, 10, 13 e 14</b> Sistemare quattro pannelli in quadrato, con la rete orientata verso l'esterno. In coppia, un allievo tira sul pannello e l'altro recupera il pallone. Si spostano verso il pannello successivo e invertono i ruoli. <b>Variante</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Idem, ma con l'organizzazione della variante precedente.</li> </ul>		Quattro pannelli Un pallone per due allievi

		Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Parte finale	15'	<b>Torneo 2:2 (gioco monopolare)</b> Giocare rispettando le regole (vedi tabella).		Diversi campi (8 x 8 m) con una zona di tiro e Un pannello e un pallone per campo

**Fonte:** Emile Guinand (2016), con degli adattamenti di Muriel Sommer Vorpe

<b>Disposizioni generali</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Campo: 8×8 m con zona di tiro</li><li>• Gioco monopolare 2:2</li></ul>
<b>Falli</b>	<p>Il giocatore commette fallo se:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. fa più di due passi con il pallone in mano</li><li>2. lascia cadere il pallone per terra.</li></ol> <p>Il tiratore commette fallo se:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>9. il pallone tocca il bordo di metallo, gli elastici, i ganci o gli anelli del pannello e non segue la traiettoria di angolo-specchio (rimbalzo sbagliato)</li><li>10. il pallone non tocca né il pannello né il quadro.</li></ol>
<b>Attribuzione dei punti</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>13. Il giocatore segna un punto se il pallone dopo aver rimbalzato sul pannello tocca la zona di gioco prima che un difensore la recuperi</li><li>14. il pallone dopo aver rimbalzato sul pannello tocca un difensore che non riesce a controllarlo, cade per terra o è respinto al di fuori della zona di gioco.</li></ol>
<b>Altro</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ingaggio: la squadra che ha concesso un punto rimette in gioco di fronte al pannello sulla linea che delimita il campo in monopolare</li><li>• Rimessa in gioco: un fallo è sancito con una rimessa in gioco in favore della squadra avversaria. Questa rimessa in gioco avviene nel punto in cui il fallo è stato commesso e nel punto più vicino all'interno della zona di gioco.</li><li>• Zona di tiro: la squadra in possesso palla può penetrare nella zona di tiro. La squadra in difesa può recuperare il pallone solo nella zona di gioco.</li></ul>