

## I primi Giochi Easy : **Il Palleggio**

### ALCUNE PROPOSTE PER INSEGNARLO

- **Insalata Mista. (stimolare l'abitudine all'utilizzo del palleggio)**

Dal palleggio in libertà tuttocampo dei bambini, dividere il campo in 2 metà, ed assegnare compiti diversi per ciascuna metà campo :

- metà con palleggio e metà senza palleggio
- metà palleggio in giù (normale) e metà in su (lanciare)
- metà palleggiare alti e metà bassi, o destra e sinistra
- metà in avanti e metà all'indietro, o lenti e veloci

I bambini si spostano liberamente per il campo applicando le diverse modalità suggerite (anche da loro), a seconda della zona attraversata.

- **Killer Silenzioso. (giocare ad utilizzare il palleggio)**

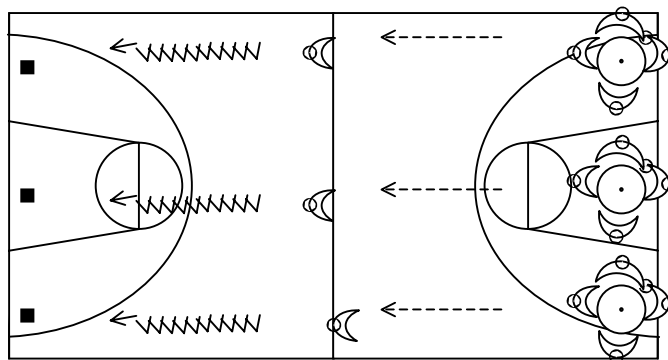
L'Istruttore sceglie tra i bambini il poliziotto che dovrà trovare il Killer, e farà muovere in palleggio per il campo tutti i bambini. Il gioco inizia quando l'Istruttore consegna, non visto, a un bambino l'arma segreta:

la strizzatine d'occhio. Da quel momento, il Killer armato gira palleggiando per il campo, e i bambini ai quali strizzerà l'occhio verranno colpiti e cadranno a terra. Solo il poliziotto potrà fermarlo dopo averlo scovato.

- **Pony Express. (utilizzare il palleggio a tuttocampo e in velocità)**

Bambini divisi in più squadre a fondo campo e disposte come nella **Figura 1**, al primo segnale dell'Istruttore i bambini attorno al cerchio si passano la palla tra loro e al secondo segnale chi si trova con la palla in mano la lancia al Pony Express che corre a fondo campo opposto, gira attorno ad un ostacolo e velocemente la porta nel cerchio della propria squadra; 1 punto alla squadra più veloce

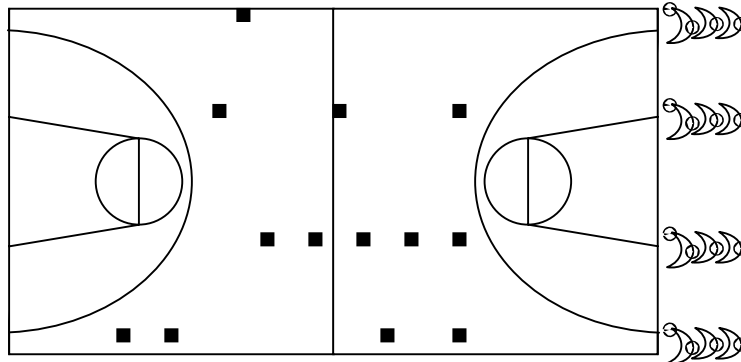
**Fig. 1**



- Strani Percorsi. (stimolare l'attenzione ad ostacoli sempre diversi)

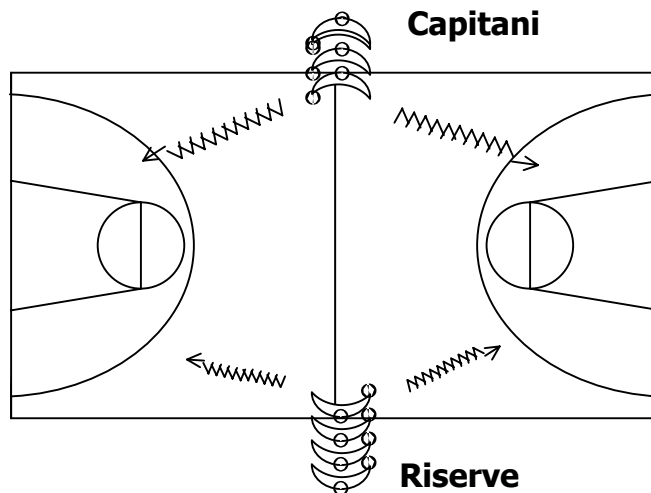
Bambini divisi in più squadre a fondo campo e disposte come nella **Figura 2**, ogni squadra ha un percorso diverso da realizzare per raggiungere il canestro ed a ogni segnale dell'Istruttore le squadre si spostano nel percorso successivo, alla loro destra, continuando a sommare i canestri realizzati

**Fig. 2**



- Sfida di Palleggio. (utilizzare il palleggio contro un avversario)

Al termine di una gara di tiro assegnare ai vincitori il ruolo di "Capitani" ed ai perdenti quello di "Riserve", e posizionare i 2 gruppi a metà campo come in **Figura 3**, al segnale di "PRONTI" dell'Istruttore, il 1° capitano parte per tirare in un canestro, la riserva deve partire per la stessa direzione; chi segna per primo resta o diventa capitano.



**Fig. 3**

## I primi Giochi Easy : **Il Tiro**

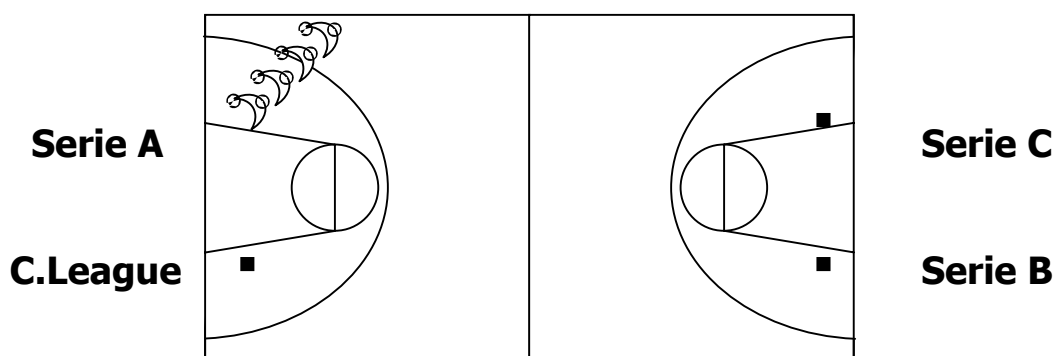
### **ALCUNE PROPOSTE PER INSEGNARE IL TIRO**

- Campionato Italiano di Calcio !. (sviluppare confidenza con il tiro)

Bambini in fila in posizione laterale rispetto ad un canestro tutti con la palla (Serie A); al segnale dell'Istruttore, uno alla volta tirano a canestro, chi segna resta in Serie A, chi sbaglia raggiunge il canestro opposto nella medesima posizione di tiro (Serie B) e quando si realizza il canestro in Serie B, si può tornare in Serie A.

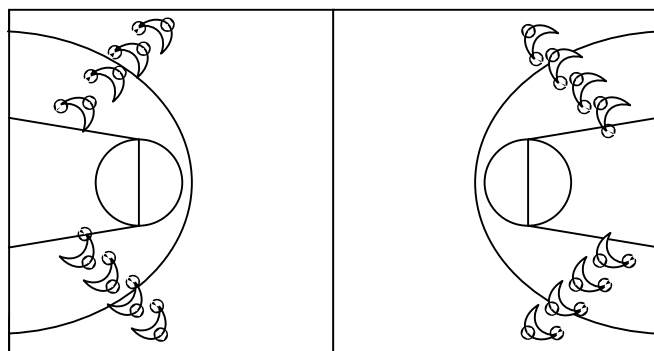
- SuperCampionato di Calcio !. (sviluppare le ripetizioni individuali)

Bambini in posizione di partenza come nel gioco precedente (Serie A), al segnale dell'Istruttore, uno alla volta tirano a canestro, chi segna va sul lato opposto dello stesso canestro (Champions League), chi sbaglia retrocede in Serie B e chi sbaglia di nuovo retrocede in Serie C (**Fig.1**)



- Tiro Sprint. (stimolare attenzione sull'esecuzione del tiro)

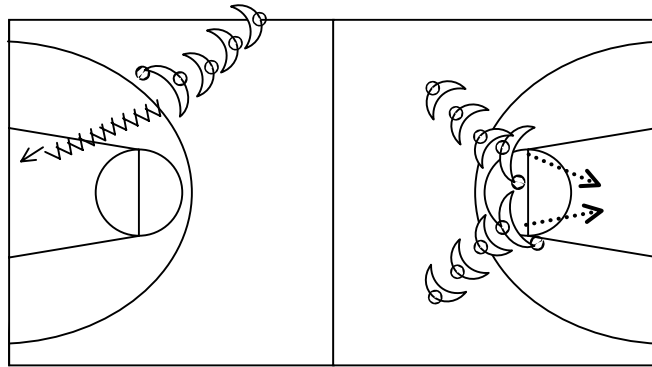
Bambini divisi in 4 squadre disposte come nella **Figura 2**, al segnale dell'Istruttore i bambini tirano a canestro e vince, su ogni canestro, la prima squadra che arriva a 8 canestri realizzati, ma tenendo presente una regola : se due palloni tirati a canestro si toccano, il tiro non è valido e l'eventuale canestro viene annullato. Il gioco prosegue con altre ripetizioni, ogni volta si sfidano le 2 vincenti e le 2 perdenti.



- Sfida con il 3° tempo. (differenziare tiro in corsa e tiro piazzato)

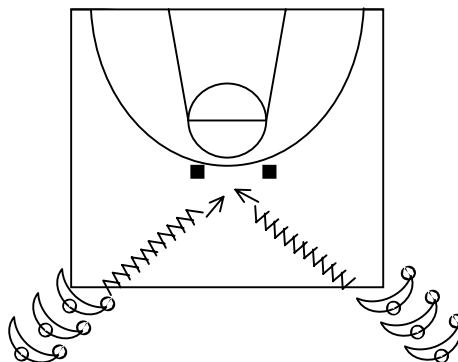
Bambini divisi in 3 squadre disposte come nella **Figura 3**, ogni squadra ha un pallone ed al ogni segnale dell'Istruttore le 2 squadre sugli angoli della linea di tiro libero iniziano a tirare da fermi a canestro, 1 tiro solo, rimbalzo e passaggio al compagno successivo, mentre la squadra sul lato opposto inizia a tirare in corsa, un tiro a disposizione e passaggio al compagno successivo; quando la squadra che tira in corsa arriva ad un numero prestabilito di canestri realizzati, viene dato allo stop alle 2 squadre che si stavano sfidando sul lato opposto, chi vince rimane, chi perde va a fare l'orologio al posto della nuova squadra sfidante.

*Varianti* : alternare i tiri in corsa a destra e a sinistra o premiare i vincenti andando a tirare in corsa



- Sfida di Palleggio e Tiro. (affrontare e risolvere problemi di gioco)

Bambini divisi in 2 squadre disposte come in **Figura 4**, al segnale dell'Istruttore, i primi di ciascuna squadra partono per tirare a canestro con l'obbligo di entrare nella porta predisposta senza toccarsi o toccare la palla dell'avversario, pena l'annullamento della prova; chi segna per primo fa un punto per la propria squadra.



## I primi Giochi Easy : **Il Passaggio**

### **ALCUNE PROPOSTE PER INSEGNARE**

- *Simpatico o antipatico.*

Bambini in palleggio libero per il campo, quando incontrano un compagno possono chiedere di scambiare la palla e proseguire a palleggiare per il campo, ma il compagno può accettare lo scambio (simpatico) o rifiutarlo (antipatico) .

- *Scambio per forza.*

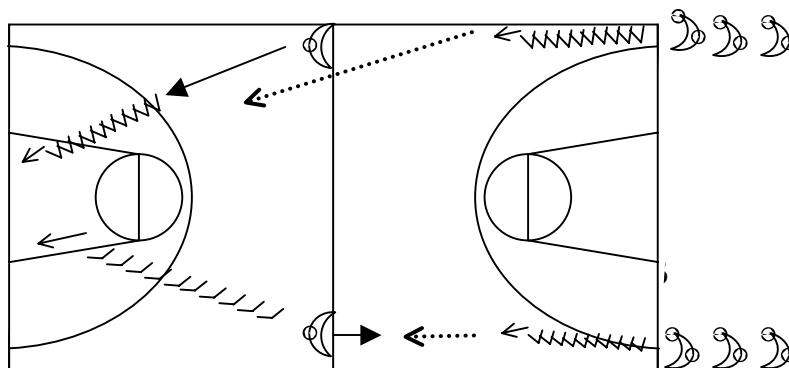
Bambini in palleggio libero per il campo, al segnale dell'Istruttore lasciano rimbalzare liberamente il proprio pallone e corrono velocemente a cercare un altro pallone con il quale proseguire il palleggio

- *Passaggi "matti" !.* **(stimolare la collaborazione)**

- Bambini a coppie con un pallone ciascuno si scambiano i palloni stando vicini e senza farli cadere a terra
- a coppie sempre con 2 palloni, uno lo passa bene (con 2 mani senza far cadere la palla) il compagno lo passa male (con i piedi)
- ancora a coppie con 2 palloni, uno dei 2 posa il pallone a terra tra i piedi, riceve la palla del compagno, la ripassa, prende il proprio pallone da terra e lo passa al compagno che fa la stessa cosa
- sempre a coppie con 2 palloni, uno dei 2 posa il pallone a terra e così i bambini si scambiano un pallone soltanto, ma al fischio dell'Istruttore si deve velocemente cambiare il pallone
- un solo pallone per coppia, passaggi sul posto, ma al fischio dell'Istruttore, chi ha il pallone se lo tiene, chi resta senza deve cercare un nuovo compagno
- come sopra ma chi tiene il pallone palleggia sul posto in attesa di un nuovo compagno

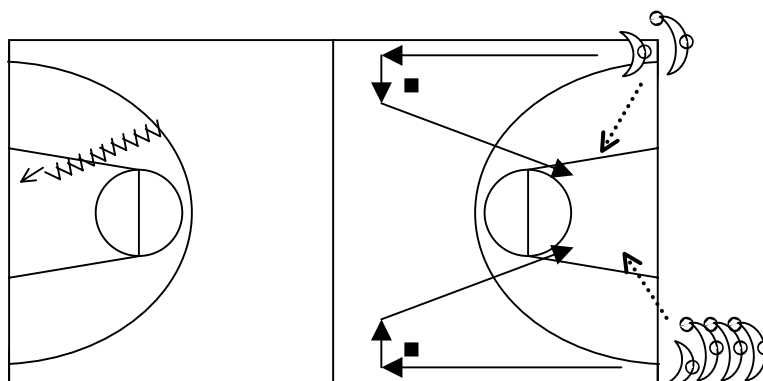
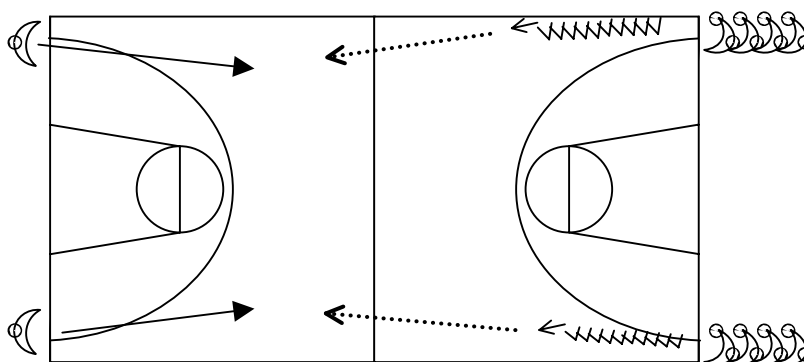
- *Sfida tuttocampo.* **(creare subito situazioni di gioco reali)**

Bambini divisi in 2 squadre disposte come nella **Figura 1**, ogni squadra ha un giocatore senza palla a metà campo, obiettivo della squadra è far segnare il proprio giocatore prima dell'avversario; i giocatori a metà campo non sono obbligati a restare fermi ad aspettare la palla, quando la ricevono corrono velocemente in palleggio a tirare a canestro; dopo la realizzazione (1 punto a chi segna per primo) chi ha passato loro la palla si posiziona a metà campo in attesa del nuovo segnale di partenza



- Sfida varie da posizioni diverse.

**Figura 2** come il precedente modificando posizione di partenza e canestro;  
**Figura 3** con i giocatori senza palla che partono come primi della fila, girano attorno ad un birillo, ricevono la palla dal compagno e tirano a canestro  
 Come il precedente con i giocatori che corrono verso il birillo posizionato nell'angolo opposto alla propria squadra  
 (in questo caso mettere in evidenza il problema e far riflettere i bambini sulla necessità di "vedere" il passaggio e non urtare l'altro pallone o colpire l'avversario che attraversa il campo)



## I primi Giochi Easy : **La Difesa**

### **ALCUNE PROPOSTE PER INSEGNARE**

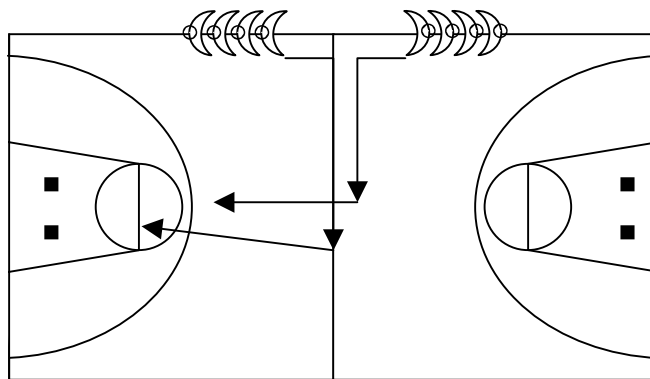
- attacco e difesa

Metà dei bambini diventano difensori e possono, non visti, mettersi, camminando o correndo, alle spalle degli altri bambini e toccando chi hanno davanti obbligarli ad imitare i loro movimenti per 10" sul posto

\* come sopra invertendo i ruoli al segnale di **cambio**

- sfida il tuo attaccante

Bambini a coppie, 1 attaccante e 1 difensore per coppia, sulla linea laterale del campo a metà campo; la prima coppia parte seguendo la linea di metà campo con l'attaccante davanti e il difensore dietro, quando l'attaccante vuole, parte per raggiungere la linea di fondo campo che sceglie e si salva, restando attaccante, se la raggiunge prima di farsi toccare dal difensore



- bambini svegli

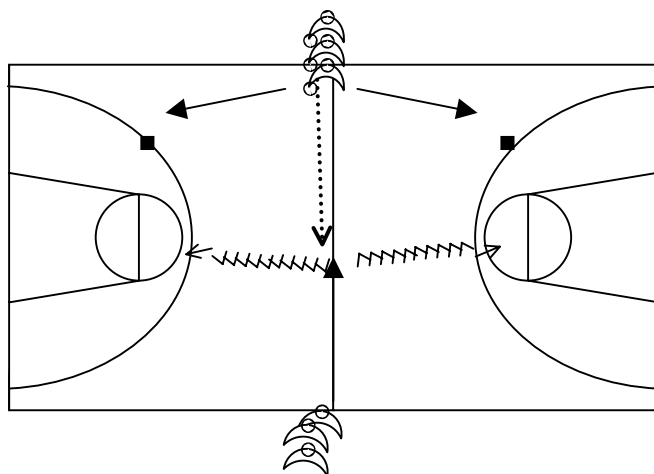
con cambio di ruolo al segnale improvviso dell'Istruttore

- decido io

Bambini a coppie a metà campo, un pallone per coppia; la prima coppia di fronte sul cerchio di metà campo si passa la palla, al segnale chi ha la palla la mette a terra e sceglie la metà campo nella quale vuole difendere, mentre l'altro recupera la palla e attacca

- rinforzo linea

File di fronte a metà campo, 1 di attaccanti senza palla e 1 di difensori con la palla. Al segnale il primo difensore inizia a palleggiare ed esitare sul posto, mentre il primo attaccante si avvicina in corsa all'indietro e quando entra nel cerchio si gira rapidamente a ricevere la palla, il difensore passa e corre verso il birillo posizionato nella metà campo scelta per difendere mentre l'attaccante parte per andare a canestro



- **VISUALIZZARE : "2 c 1 se rubo"**

Bambini divisi in 2 squadre a metà campo, 1 di attaccanti e 1 di difensori; posizione iniziale con 2 attaccanti di fronte attorno al cerchio con la palla che eseguono passaggi tesi tra loro e 1 difensore fuori dal cerchio esattamente di fronte alla loro "linea di passaggio", quando il difensore lo decide, parte a rubare il pallone dei 2 attaccanti, se ci riesce va a canestro 1 c 2, ma se non ci riesce deve recuperare sui 2 attaccanti che, appena letto il suo movimento, partono per andare a canestro in 2 c 1

- **ADEGUARE : "non la prendi":**

Bambini divisi in 2 squadre in fila a fondo campo, attaccanti senza palla e difensori con palla; al segnale dell'Istruttore il primo difensore passa la palla all'Istruttore in posizione di ala e contemporaneamente il primo attaccante si muove per cercare di riceverla; il difensore cerca di impedirlo occupando la linea di passaggio, se ruba la palla va al canestro opposto, se l'attaccante riceve difende 1 c 1 sulla linea avversario – canestro. Dopo alcuni minuti, attaccanti e difensori invertono posizioni e ruoli, vince la squadra che totalizza più punti

