

METODOLOGIA E DIDATTICA DELLE DISCIPLINE SPORTIVE

DR. RISALITI MONICA

SEMINARIO DI AGGIORNAMENTO
OPERATORI CENTRI ESTIVI

UISP EMILIA ROMAGNA 2020



CAPACITÀ ED ABILITÀ MOTORIE

Le **Capacità Motorie**

sono i presupposti che l'individuo possiede per realizzare prestazioni motorie o sportive

Le **Abilità Motorie**

sono azioni motorie o parti di esse automatizzate tramite ripetizioni **consapevoli**



CAPACITÀ MOTORIE

MOBILITÀ ARTICOLARE

CAPACITÀ
CONDIZIONALI

Forza
Resistenza
Velocità

CAPACITÀ
COORDINATIVE

Generali
Speciali



CAPACITA' COORDINATIVE



RAPPORTI TRA CAPACITÀ MOTORIE ED ABILITÀ MOTORIE

- L'incremento delle **capacità motorie** si realizza attraverso l'apprendimento, l'automatizzazione e l'utilizzo delle **abilità motorie**, secondo i seguenti principi:
- le **abilità motorie** si costruiscono sulle **capacità motorie** e sono innumerevoli
 - un'**abilità motoria** può considerarsi acquisita solo dopo la sua piena automatizzazione
 - l'apprendimento, il perfezionamento, l'automatizzazione e l'utilizzo delle **abilità motorie** sviluppano le **capacità**
 - con l'automatizzazione dell'**abilità** lo stimolo nei confronti dello sviluppo coordinativo rallenta sensibilmente



PROGRESSIONE TECNICA

PADRONANZA DEL PROPRIO CORPO

CAPACITÀ DI PIÙ GESTI TECNICI DISCIPLINARI

RISOLUZIONE DI SITUAZIONI

MIGLIORAMENTO TATTICO

PERSONALITÀ REATTIVA

ASPETTO TECNICO

ATLETA COMPLETO



SCHEMI MOTORI DI BASE



Prodotto dalla Scuola Regionale dello Sport del Friuli Venezia Giulia nell'ambito della campagna di educazione motoria "In Corpore Sano"

Autori

Elena Conti
Bruno Mongiat

Illustrazioni tecniche

Elia De Antoni



SCHEMI MOTORI DI BASE

Gli **schemi motori di base**

rappresentano la capacità generale di:

programmare, realizzare e controllare un movimento

di memorizzare le soluzioni operative attuate,

per poterle riutilizzare in situazioni analoghe



SCHEMI MOTORI DI BASE

Coinvolgono sia l'**apparato locomotore**, (l'effettore o il "motore" del movimento) e soprattutto quello di **progettazione e di controllo del movimento stesso** (sistema nervoso centrale e periferico).

L'**apprendimento** di uno schema motorio si basa sulla tracciatura, in alcune aree del cervello, di "**mappe di apprendimento motorio**".

Esse consistono in speciali "**circuiti preferenziali**" di connessioni tra i vari neuroni, che il soggetto può successivamente riutilizzare ogniqualvolta si trovi a dover risolvere un compito motorio analogo o simile



SCHEMI MOTORI DI BASE

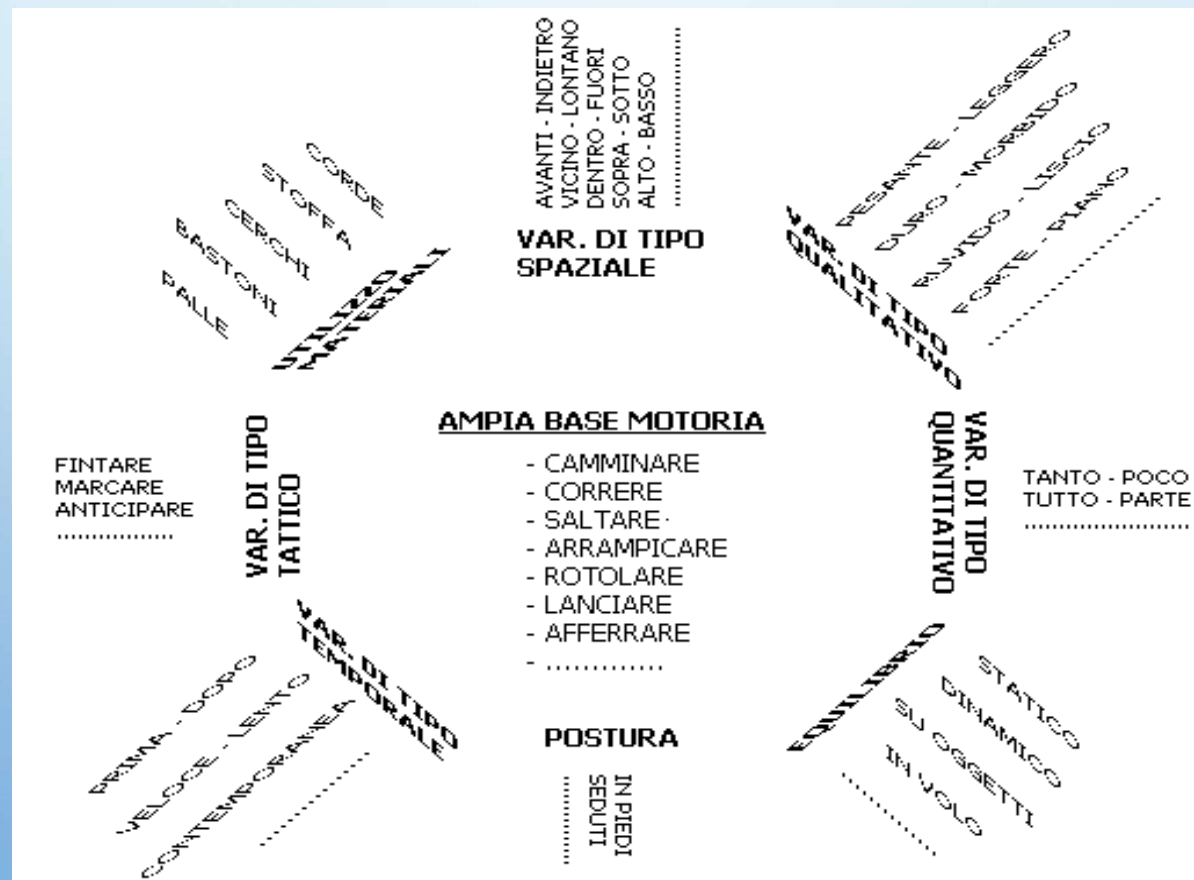
Sulla loro **conoscenza** si **basa** qualunque **forma di movimento**.

Gli **schemi motori** possono essere assimilati all'**alfabeto della motricità**.

Il loro **apprendimento**, che avviene in modo **semplice e naturale** nei **primi anni di vita**, si presenta più arduo con il trascorrere del tempo, fino a diventare molto difficile, e talvolta impossibile, una volta superata la soglia della pubertà



CAPACITA' COORDINATIVE



CAPACITÀ COORDINATIVE

(DALLA “DESTREZZA” ALLE CAPACITÀ COORDINATIVE)

Le **capacità coordinative** rappresentano i presupposti neurologici per l'apprendimento, il controllo e l'applicazione “in situazione” delle azioni motorie

Sono legate:

- all'attività percettiva e cognitiva
- ad un buono sviluppo ed integrazione dei vari livelli di controllo dell'azione da parte del SNC



CAPACITÀ COORDINATIVE

(DALLA “DESTREZZA” ALLE CAPACITÀ COORDINATIVE)

Sono determinate:

- da fattori genetici
- da fattori ambientali
- dallo loro interazione

Si esprimono:

- nella rapidità e qualità dell'apprendimento motorio



CAPACITÀ COORDINATIVE

(DALLA “DESTREZZA” ALLE CAPACITÀ COORDINATIVE)

Le **capacità coordinative** si sviluppano solo
nell'attività, ovvero attraverso
l'apprendimento, il perfezionamento e l'applicazione
“in situazione”
delle **abilità motorie** e si presentano sempre come
“complesso” di capacità



CAPACITA' COORDINATIVE

Lo sviluppo delle **c. coordinative** consente di:

- rendere più rapido e migliore l'apprendimento tecnico
- mantenere e migliorare la capacità di perfezionare il gesto
- avere un parametro abbastanza attendibile per le scelte
- disporre di una gamma di esercizi da utilizzare per il riscaldamento e l'allenamento generale

**Con l'avvio alla specializzazione il loro allenamento
si fa sempre più specifico**



CAPACITA' COORDINATIVE

Dipendono dall'efficienza del **sistema nervoso** e, per questo motivo, possono essere **stimolate efficacemente** solo **prima della pubertà**

Vengono suddivise in:

Capacità coordinative generali

Capacità coordinative speciali

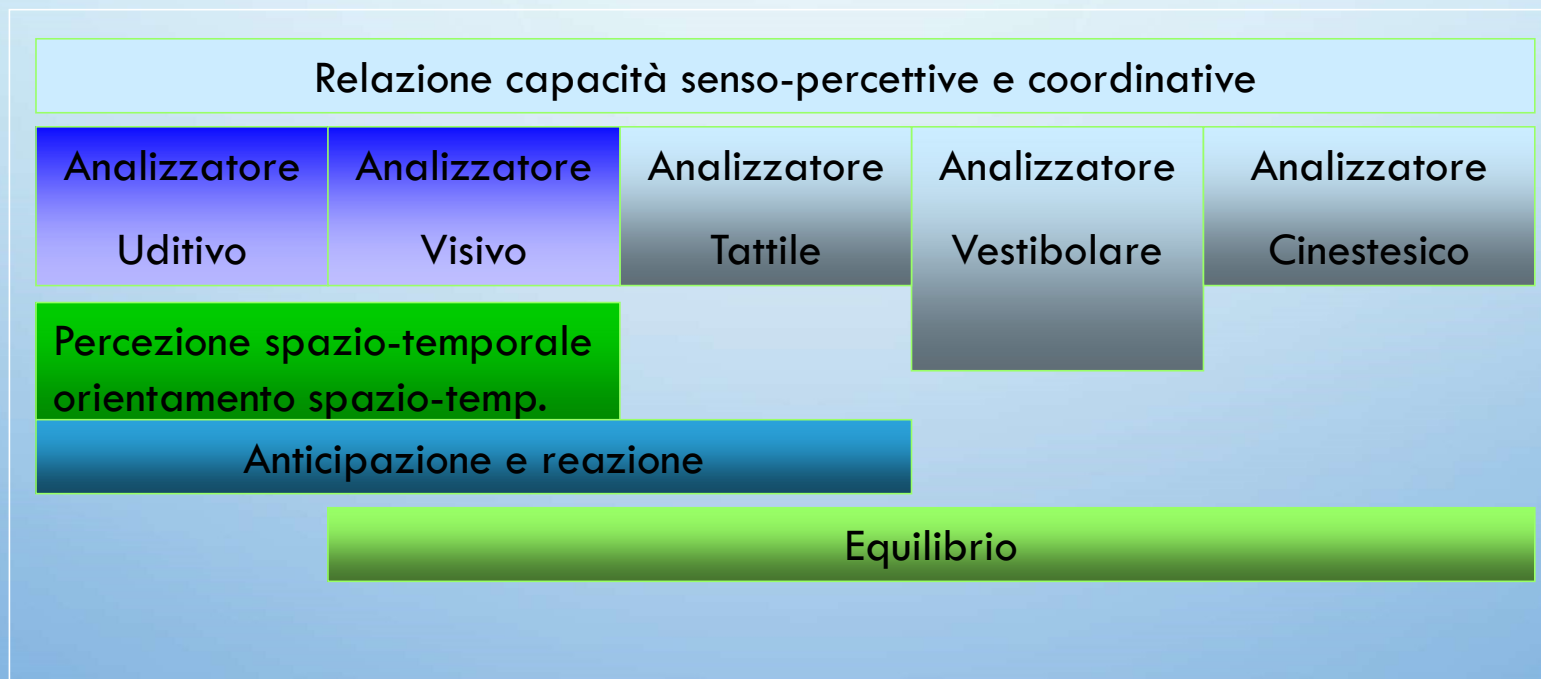


CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI

- C. di combinazione e accoppiamento
- C. orientamento spazio - temporale
- C. di differenziazione
- C. di equilibrio
- C. di reazione
- C. di trasformazione di movimento
- C. di ritmizzazione



CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI



CAPACITA' COORDINATIVE SPECIALI

Per fare attività sportiva occorre:



coordinare	Più movimenti nel tempo e nello spazio	Accoppiamento o combinazione
eseguire	Movimenti precisi ed efficaci	Differenziazione cinestesica
Mantenere e ripristinare	L'equilibrio in situazioni squilibranti	Equilibrio
Verificare	Costantemente la posizione del corpo rispetto all'ambiente	Orientamento
sintonizzare	Il movimento a ritmi precisi	Ritmo
reagire	Adeguatamente a stimoli ottici,acustici,tattili,...	Reazione
Adattarsi con successo	A cambiamenti improvvisi della situazione	Trasformazione

APPROCCIO METODOLOGICO

Per raggiungere l'**OBIETTIVO** occorre:

- **proporre** esercizi di **facile comprensione** e con **poche regole**
- **utilizzare** **parole semplici** adatte alle caratteristiche dell'atleta
- **spiegare bene l'esercizio**



APPROCCIO METODOLOGICO

- **evitare** di usare **termini vaghi** (gira da questo lato, oppure vai da quella parte)
- quando un esercizio viene eseguito in modo scorretto occorre porsi una semplice domanda:

“abbiamo spiegato bene l’esercizio?”



INFORMAZIONE DI BASE

La **regolazione dei movimenti** ed il suo **miglioramento**, si basa sulle informazioni che giungono al sistema regolatorio.

L'**informazione** sullo stato dell'apparato motorio si svolge attraverso **recettori** (propriocettori) situati nei muscoli, nei tendini, nelle articolazioni, è completata dalla cute, dalla vista, dall'udito e dall'apparato vestibolare.

Questa **informazione** sui movimenti, viene definita da Farfel, **informazione di base o propria**



INFORMAZIONE SUPPLEMENTARE

L'insegnamento è un tipo particolare di **trasmissione di informazioni** che viene a **completare** dall'esterno l'**informazione di base**.

Chi insegna lo fa parlando o mostrando, e così facendo si rivolge, in primo luogo all'**attenzione** dell'allievo.

E' un'informazione in entrata, cioè proveniente dall'esterno sull'errore fatto, sull'errore esistente, sulla deviazione del movimento reale da quello richiesto, sull'efficacia ed inefficacia del movimento.

E' un'informazione supplementare che completa quella di base



CODICE DI INFORMAZIONE

Un'informazione oggettiva sul risultato di un movimento può essere fornita in **codici diversi**.

E' importante che sia

un **codice efficace, comprensibile**

dal soggetto, quello che corrisponde meglio alla sua capacità di percepire l'informazione e di elaborarla.



LA SENSAZIONE

Può essere definita come un processo (**affettivo**) di registrazione di uno stimolo a cui i nostri organi sensoriali rispondono trasformandolo in impulsi nervosi che vengono trasferiti al cervello.

In pratica, è un **processo passivo** che porta informazioni del mondo esterno al cervello. Semplificando un po' il concetto, nel nostro sistema senso-percettivo i recettori sensoriali trasformano differenti stimoli (esterni o interni al nostro organismo) in impulsi nervosi



LA PERCEZIONE

E' quel processo (**cognitivo**) attraverso
il quale diamo un "senso" alle
informazioni che sono state
registrate dal
sistema sensoriale



MODELLO PRESTATIVO

Per modello prestativo si deve intendere la **definizione oggettiva** di un **insieme di fattori** che **caratterizzano la prestazione** stessa, ha fra le varie funzioni, quella di **orientare e controllare** l'allenamento



DISCIPLINE SPORTIVE

Si possono classificare in:

DISCIPLINE INDIVIDUALI

e

DISCIPLINE DI SQUADRA



DISCIPLINE INDIVIDUALI

Si trovano in questa classificazione:

ATLETICA LEGGERA

GINNASTICHE: artistica e ritmica

DISCIPLINE ACQUATICHE: nuoto, tuffi, sincronizzato,...

SCHERMA

TENNIS

DISCIPLINE ORIENTALI: judo, karate

....



DISCIPLINE DI SQUADRA

Si trovano in questa classificazione:

CALCIO

PALLAVOLO

PALLACANESTRO

PALLAMANO

RUGBY

PALLANUOTO

....



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE INDIVIDUALI

ATLETICA LEGGERA

Schemi motori di base

contro il **tempo** e contro lo **spazio**

CORSA: resistente, veloce, con ostacoli

SALTO: orizzontale (in lungo), verticale (in alto)

LANCIO



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE INDIVIDUALI

GINNASTICHE: artistica, ritmica

Schemi motori di base

con **variazioni coordinative** contro i **giudici**

PRE-ACROBATICA e ACROBATICA

GRANDI ATTREZZI: trave, sbarra, cavallo, parallele

PICCOLI ATTREZZI: palla, funicella, nastro, cerchio



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE INDIVIDUALI



SCHERMA

Sport di opposizione: 1vs1

con strumento mediatore (arma)

GESTIONE STRUMENTO: conoscenza attrezzo

COORDINAZIONE OCULO-MANUALE

COORDINAZIONE SPAZIO-TEMPORALE

STRATEGIA

FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE INDIVIDUALI



TENNIS (ping-pong, volano, tamburello)

Sport di opposizione: 1 vs 1

con palla e strumento mediatore (racchetta)

GESTIONE STRUMENTO: conoscenza attrezzo

LETTURA TRAIETTORIE

COORDINAZIONE OCULO-MANUALE

STRATEGIA

FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE INDIVIDUALI



DISCIPLINE ORIENTALI: (judo, karate,...)

Sport di opposizione: 1vs1

CONTROLLO DEL CORPO

CONTATTO: con l'altro (prese), con il terreno (cadute)

COORDINAZIONE SPAZIO-TEMPORALE

STRATEGIA

FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

PALLACANESTRO

La palla deve entrare nel canestro

Sport di opposizione senza contatto

Sport di regole: dalle quali emergono i

fondamentali tecnici che la caratterizzano

PALLEGGIO, PASSAGGIO, TIRO, INDIVIDUALI

DIFENSIVI



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

PALLACANESTRO



GESTIONE DELL'ATTREZZO

PALLEGGIO: capacità oculo-manuale, capacità spazio-temporale, ...

PASSAGGIO: lettura delle traiettorie, ...

TIRO: discriminazione senso-percettiva, mira, ...

INDIVIDUALI DIFENSIVI: attenzione, capacità di anticipazione, ...

STRATEGIA

FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

PALLAVOLO

La palla NON può cadere nel proprio campo

Sport di opposizione mediato da una rete

Sport di regole: dalle quali emergono i

fondamentali tecnici che la caratterizzano

PALLEGGIO, BAGHER, BATTUTA, ATTACCO, MURO



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

PALLAVOLO



GESTIONE DELL'ATTREZZO

PALLEGGIO: capacità oculo-manuale, capacità di anticipazione, capacità spazio-temporale, ...

BAGHER: lettura delle traiettorie, discriminazione senso-percettiva, ...

BATTUTA:, mira, ...

ATTACCO e MURO: attenzione, controllo del corpo, ...

STRATEGIA

FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

CALCIO

La palla deve entrare nella rete

Sport di opposizione e di contatto

Sport di regole: dalle quali emergono i

fondamentali tecnici che lo caratterizzano

PALLEGGIO, PASSAGGIO, TIRO, INDIVIDUALI

DIFENSIVI, ...



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

CALCIO



GESTIONE DELL'ATTREZZO

PALLEGGIO: capacità oculo-podalica, capacità spazio-temporale, ...

PASSAGGIO: lettura delle traiettorie, ...

TIRO: discriminazione senso-percettiva, mira, ...

INDIVIDUALI DIFENSIVI: attenzione, capacità di anticipazione, ...

STRATEGIA

FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA

RUGBY

**La palla deve essere portata oltre la linea di
meta**

Sport di opposizione e di contatto

Sport di regole



FINALITA' GENERALI

DISCIPLINE DI SQUADRA



RUGBY

GESTIONE DELL'ATTREZZO con i piedi e le mani: capacità oculopodalica, capacità spazio-temporale, capacità oculo-manuale, ...

PASSAGGIO: lettura delle traiettorie, ...

TIRO: discriminazione senso-percettiva, mira, ...

INDIVIDUALI DIFENSIVI: attenzione, capacità di anticipazione, controllo del corpo, ...

STRATEGIA

STRUMENTI

«STOP & GO»



Obiettivi

Schemi motori: camminare, correre, saltare, strisciare, rotolare; **Capacità coordinative:** capacità di controllo motorio, controllo del corpo, capacità di equilibrio statico e dinamico, capacità di differenziazione, orientamento spazio-temporale, ...; **Destrezze:** manipolazione attrezzo, lettura delle traiettorie,...

STRUMENTI

«STOP & GO»



Protocollo

Ogni bambino si muove libero nello spazio assegnato può utilizzare più o meno un attrezzo (palla, cerchio, funicella,...). L'insegnante decide quale schema motorio proporre e come muovere l'attrezzo, se c'è (palleggio basket, lanci verso l'alto, rotolare, ...). Lo spazio assegnato dovrà essere utilizzato tutto. Al segnale i bambini dovranno fermarsi immobili per controllare l'uso dello spazio ma anche il controllo del corpo. E' possibile proporre una piccola "punizione" a chi non rispetta la consegna (fermo un giro, seduto sul posto, ...). Il gioco può terminare ad eliminazione ma anche no.

STRUMENTI

«STOP & GO»

Regole

- Regole del distanziamento sociale
- Utilizzo dello spazio in modo uniforme
- Rispetto della consegna
- Al segnale i bambini dovranno fermarsi



STRUMENTI

**«STOP & GO» finalizzato ad una
disciplina di squadra con palla**

Obiettivi operativi:

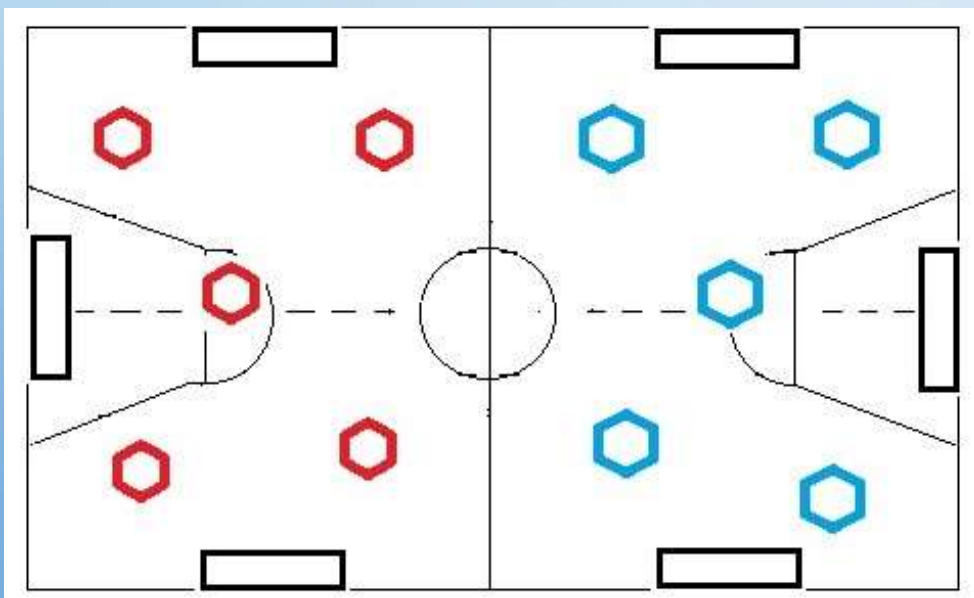
- Riconoscimento dello spazio
- Utilizzo dello spazio verso un obiettivo



STRUMENTI



«**STOP & GO**» finalizzato ad una **disciplina di squadra con palla**



MATERIALI:

- Spazio allestito come figura a sx
- 1 cerchio per bambino
- 1 palla per bambino

STRUMENTI



«STOP & GO» finalizzato ad una disciplina di squadra con palla

PROTOCOLLO:

1 – Correre liberi per il proprio campo ma fuori dai cerchi con la regola del «distanziamento sociale»; al fischio ognuno entra in un cerchio

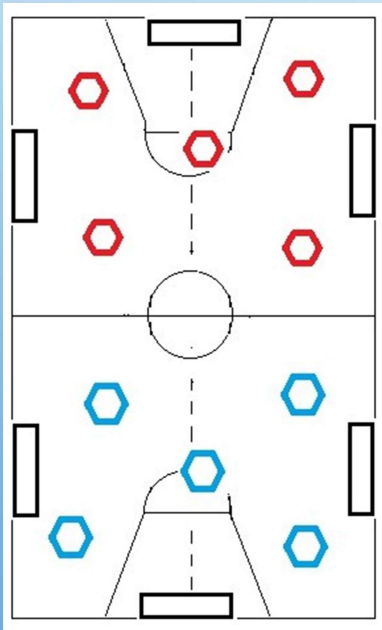
REGOLE:

- Non si può correre attorno allo stesso cerchio
- Non si entra mai nello stesso cerchio

INCENTIVI:

+ 1 quando entriamo nel cerchio giusto

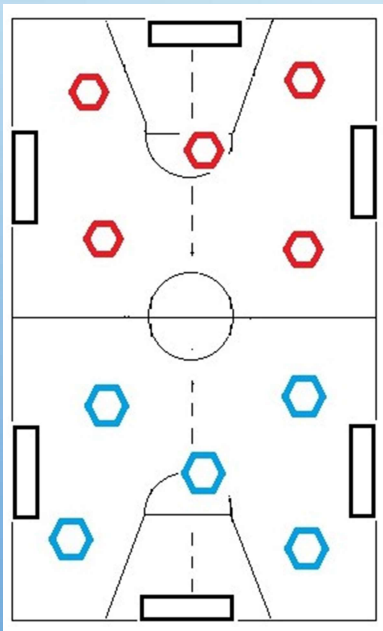
- 1 quando entriamo nello stesso cerchio due volte consecutive o per ultimi



STRUMENTI



«**STOP & GO**» finalizzato ad una **disciplina di squadra con palla**



PROTOCOLLO n°2:

1 – Correre liberi per il proprio campo ma fuori dai cerchi con la regola del «distanziamento sociale»; al fischio ognuno entra in un cerchio dell'altra squadra

REGOLE:

- Non si può correre attorno allo stesso cerchio
- Non si entra mai nello stesso cerchio

INCENTIVI:

+ 1 quando tutta la squadra è entrata nei cerchi giusti

STRUMENTI



«STOP & GO» finalizzato ad una disciplina di squadra con palla

PROTOCOLLO n°3:

1 – Correre liberi per il proprio campo ma fuori dai cerchi con la regola del «distanziamento sociale» conducendo la palla con i piedi o palleggiando a terra la palla; al fischio ognuno entra in un cerchio

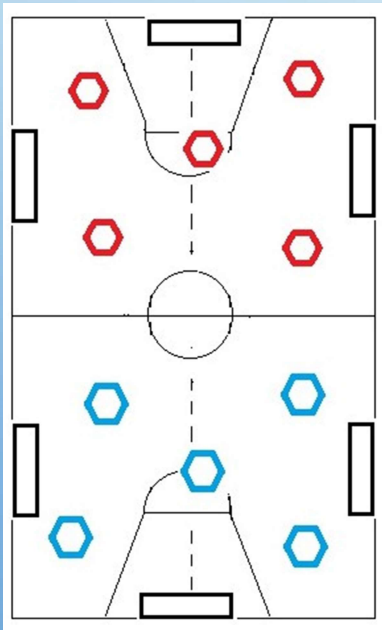
REGOLE:

- Non si può correre attorno allo stesso cerchio
- Non si entra mai nello stesso cerchio

INCENTIVI:

+ 1 quando entriamo nel cerchio giusto

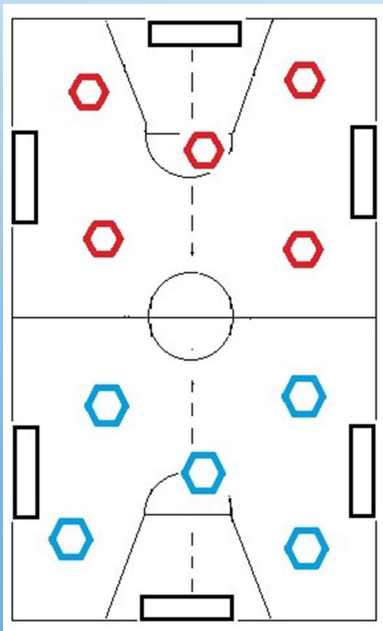
- 1 quando entriamo nello stesso cerchio due volte consecutive o per ultimi



STRUMENTI



«STOP & GO» finalizzato ad una disciplina di squadra con palla



PROTOCOLLO n°4:

1 – Correre liberi per il proprio campo ma fuori dai cerchi con la regola del «distanziamento sociale» conducendo la palla con i piedi o palleggiandola a terra; al fischio ognuno entra in un cerchio dell'altra squadra

REGOLE:

- Non si può correre attorno allo stesso cerchio
- Non si entra mai nello stesso cerchio

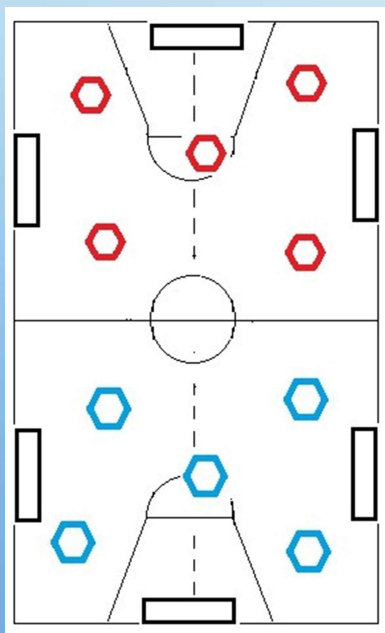
INCENTIVI:

+ 1 quando tutta la squadra è entrata nei cerchi giusti

STRUMENTI



CONQUISTO IL CERCHIO DELL'AVVERSARIO



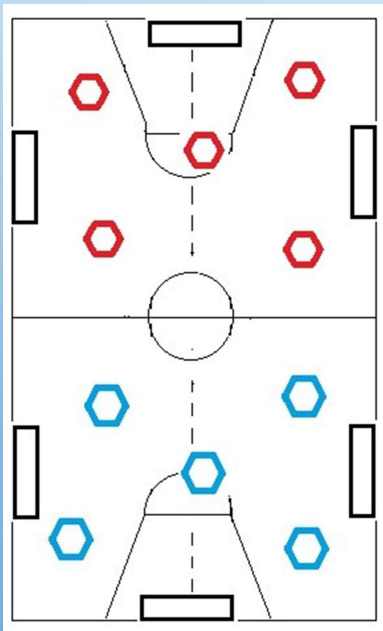
PROTOCOLLO:

1 – Partenza dalla linea di fondo del proprio campo, palla al piede o palleggio basket. Al fischio si corre a conquistare un cerchio della squadra avversaria o conducendo la palla con il piede o palleggiando a terra la palla. La squadra che si posiziona per prima nei cerchi degli avversari, guadagna 1 punto. Chi arriva prima a 5

STRUMENTI



CONQUISTO IL CERCHIO DELL'AVVERSARIO e TIRO IN PORTA



PROTOCOLLO:

1 – 1 squadra con palla e 1 senza palla. Partenza dalla linea di fondo del proprio campo. Al fischio, la squadra con palla corre a conquistare un cerchio della squadra avversaria o conducendo la palla con il piede o palleggiando a terra la palla. La squadra senza palla si posiziona sulle traiettorie per cercare di non far fare goal o canestro all'avversario. Dopo il tiro, chi non aveva palla la recupera e cerca di guadagnare un cerchio e fare goal, prima che l'avversario si ponga a difesa. Chi arriva prima a 10.

STRUMENTI

**«STOP & GO» finalizzato ad una
disciplina di squadra con palla**

Obiettivi operativi:

- Riconoscimento dello spazio
- Utilizzo dello spazio verso un obiettivo
- Formazione di coppie che collaborano



STRUMENTI

«STOP & GO»



Protocollo

Protocollo «standard». Ogni bambino si muove libero nello spazio assegnato con palla: $\frac{1}{2}$ la porteranno con i piedi e $\frac{1}{2}$ palleggeranno a terra. Lo spazio assegnato dovrà essere utilizzato tutto. Al segnale i bambini dovranno cercare un compagno che tratta la palla in modo diverso, gli si porrà di fronte e gli passerà la palla ricevendone in cambio un'altra. E' possibile proporre una piccola "punizione" a chi si accoppia per ultimo (fermo un giro, seduto sul posto, ...). Il gioco può terminare ad eliminazione ma anche no.

STRUMENTI

«STOP & GO»

Protocollo n°2

Protocollo «standard». Ogni bambino si muove libero nello spazio assegnato con palla: $\frac{1}{2}$ avranno la palla e $\frac{1}{2}$ un cerchio. Lo spazio assegnato dovrà essere utilizzato tutto. Al segnale i bambini con palla dovranno cercare un compagno con cerchio e cercare di infilare la palla dentro. I cerchi potranno essere fatti rotolare in verticale, tenuti in verticale, tenuti in orizzontale MA non potranno essere tolti per impedire il centro del compagno. Per sottrarre il cerchio è possibile SOLO muoversi nello spazio. Chi centra il cerchio guadagna un punto. I punti possono essere anche di squadra.



STRUMENTI

«STOP & GO»

Protocollo n°3

Protocollo «standard». Ogni bambino si muove libero nello spazio assegnato con palla: 1/2 avranno la palla e 1/2 un cinesino. Lo spazio assegnato dovrà essere utilizzato tutto. Al segnale i bambini con cinesino dovranno cercare un compagno con palla, porsi davanti e lasciare il cinesino a terra. Il bambino con palla si ferma e passa la palla prendendo il cinesino. Chi ha ricevuto palla andrà a far canestro e poi continuerà a correre palleggiando libero per il campo. Chi fa canestro guadagna un punto. I punti possono essere anche di squadra.



STRUMENTI



«STOP & GO»: sopra/sotto

Protocollo n°4

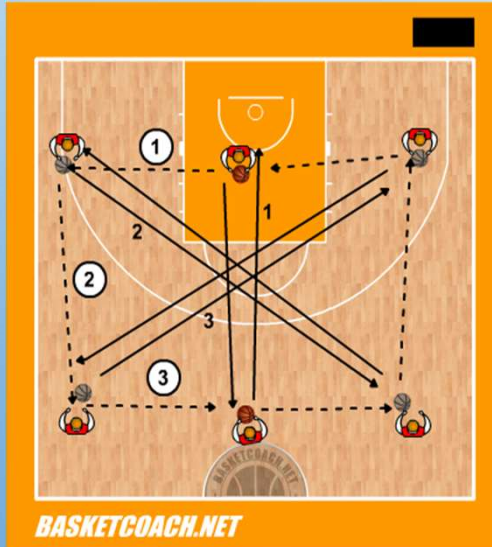
Protocollo «standard». I bambini sono organizzati in due squadre in opposizione. All'interno di una squadra si formeranno delle coppie che saranno legate da una funicella, anche l'altra squadra sarà organizzata a coppie ma avranno una palla a coppia. Lo spazio assegnato dovrà essere utilizzato tutto. Al segnale i bambini con la funicella dovranno impedire ai bambini con la palla di riuscire a passarsi la palla o sopra o sotto la funicella. Le coppie con palla conteranno il numero dei passaggi. Le squadre si alterneranno nei ruoli. I punti sono di squadra.

STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Palla in quadrato: mani o piedi



Obiettivi: Schemi motori di base: camminare avanti- dietro- laterale, correre avanti-dietro-laterale; capacità di orientamento spazio-temporale; controllo motorio; controllo del corpo; studio delle traiettorie; capacità senso-percettiva; coordinazione oculo-manuale; coordinazione oculo-podalica; equilibrio dinamico e statico; visione periferica; capacità di collaborazione.

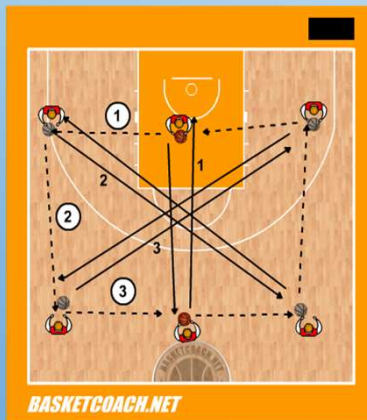
STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Palla in quadrato: mani o piedi

Protocollo: Organizzare i bambini sui vertici di un rettangolo e aggiungere un bimbo in mezzo per ogni lato lungo, totale 6 bambini o multipli di questo numero, raddoppiando il numero dei bambini sui vertici e in mezzo al lato lungo. I bimbi in mezzo al lato lungo hanno la palla (quindi 2 palloni). Passano la palla al compagno alla loro dx e si scambiano di posto col compagno di fronte (passando per il centro del rettangolo). Gli spazi devono essere coperti e la palla deve essere precisa. (Utilizzare qualsiasi tipo di lancio anche con piedi)



STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Giochi di potere



Obiettivi: Schemi motori di base: correre, lanciare, afferrare; capacità di controllo motorio, capacità di differenziazione, equilibrio dinamico, orientamento spaziale, lettura delle traiettorie, capacità di mira a bersaglio fisso

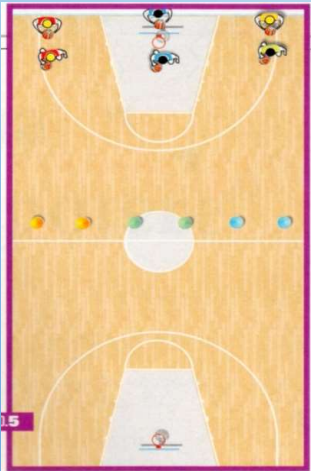
STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Giochi di potere

Protocollo: Dividere il gruppo in 3 o 4 squadre e disporle come da figura a sx. A metà campo disporre 3 o 4 porticine come nella figura. Ogni bambino ha una palla. I primi bambini di ogni fila partiranno al via dell'insegnante e dovranno correre al canestro davanti a loro, passando dentro la porticina davanti alla propria fila. I bambini possono palleggiare la palla a terra, o palleggio sopra la testa o portare la palla con i piedi o farla rotolare a terra con le mani (a discrezione dell'insegnante). Arrivati al canestro dovranno provare a far canestro. Se riescono prendono 3 punti, se riescono a toccare solo il tabellone prendono 2 punti, se toccano il ferro del canestro prendono 1 punto. Il bambino che totalizza il punteggio più alto conquista il potere. Il "potere" consiste nel far partire il primo compagno della propria fila a propria discrezione e gli altri bambini devono guardare lui per partire, può scegliere di passare nella porticina quando vuole e gli altri non possono passare se lui non passa e può scegliere a quale canestro tirare e gli altri lo devono imitare.



STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



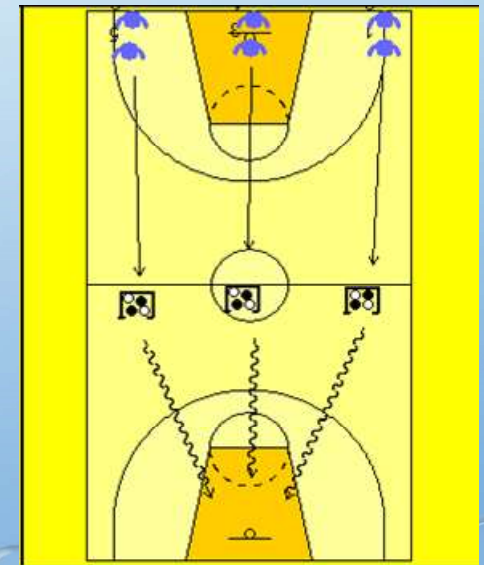
Giochi di potere



Protocollo n°2: Utilizzando lo stesso protocollo, si può cambiare la tipologia di stimolo, vedi le due figure qui riprodotte.

Nella figura a sx è proposto uno slalom invece che la porticina.

Nella figura a dx a metà campo i bambini trovano delle palle di misura e peso diverso, chi ha il «potere» sceglie quale tipo di palla prendere e gli altri lo dovranno imitare



STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Gioco dei 10 passaggi più lo «sconciatore»

Obiettivi: Schemi motori di base: lanciare, afferrare, correre, saltare. Controllo del corpo, equilibrio, capacità di orientamento, capacità di anticipazione, letture delle traiettorie, riconoscimento delle regole, sviluppo del pensiero tattico

STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Gioco dei 10 passaggi più lo «sconciatore»

Protocollo: formare due squadre. Ogni squadra al suo interno sceglierà segretamente un bambino che farà lo «sconciatore». Il campo di gioco può essere da $\frac{1}{2}$ palestra a $\frac{1}{4}$ di palestra a tutto il campo. Obiettivo del gioco: una squadra per fare punto deve riuscire a effettuare 10 passaggi consecutivi; dall'altro lato la squadra avversaria deve cercare di non farli effettuare utilizzando a sorpresa lo «sconciatore» che cercherà di intercettare la palla sulle traiettorie .

REGOLE:

A – Chi ha la palla in mano non può camminare.

B – La palla non può essere passata a colui che ci ha passato la palla.

C – Se la palla esce dal campo su un comportamento falloso dell'avversario, il conteggio dei passaggi riprende da dove era arrivato. In ogni altro caso riparte da 0.

STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Gioco della «lepre»

Obiettivi: Schemi motori di base: correre, camminare; capacità di controllo motorio, capacità di differenziazione, equilibrio dinamico, orientamento spaziale, capacità di mira bersaglio fisso e mobile, sviluppo del pensiero tattico, prime collaborazioni

STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Gioco della «lepre»

Protocollo : I bambini si muovono autonomamente riempiendo tutto lo spazio palestra. Un bambino interpreta il ruolo della lepre. I bambini attraverso una fitta rete di passaggi con una palla di spugna cercheranno di colpire la «lepre».

REGOLE: i bambini che hanno in mano la palla non possono camminare; la palla va passata a tutti coloro che sono funzionali allo scopo del gioco: colpire la lepre; la lepre non può essere colpita da lontano ma a massimo tre passi di distanza

STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»

Palla al re



Obiettivi: Schemi motori del correre, lanciare, afferrare, capacità di mira con bersaglio fisso, capacità di equilibrio dinamico e statico, capacità di orientamento, collaborazione, cooperazione, riconoscimento delle regole, sviluppo del pensiero tattico

STRUMENTI

«GIOCHI A SQUADRA»



Palla al re

Protocollo: I bambini sono divisi in due squadre. Le due squadre hanno come obiettivo quello di liberare la propria principessa o principe prigioniera degli altri. La prigione dove si trovano le principesse si trovano sulla linea di fondo del campo di gioco scelto. La palla è il mezzo per arrivare alla liberazione della principessa. I giocatori delle 2 squadre si passeranno la palla fra loro ma senza poter camminare con palla in mano per arrivare a lanciare alle principesse prigioniere. La squadra non in possesso di palla, cercherà di recuperarla e non far liberare il prigioniero. Quando i prigionieri sono liberati devono essere cambiati e la squadra acquista un punto. Il gioco finisce ad obiettivo: chi raggiunge un tot di punti.



grazie!!!