

# Lezione

## Primi passi

Questa prima lezione serve a far conoscere agli allievi le regole del Poull Ball e il materiale necessario. Viene data particolare importanza al comportamento e alla concentrazione.

### Condizioni quadro

- Durata: 90 minuti
- Livello scolastico: a partire dall'8° anno di scolarizzazione
- Livello di capacità: principianti
- Livello di apprendimento: acquisire

### Competenze disciplinari

- Familiarizzare i partecipanti con il nuovo materiale
- Sviluppare la prontezza d'azione

### Competenze sociali e personali

- Favorire l'emulazione
- Sensibilizzare gli allievi alla convivenza
- Dar prova di tolleranza
- Accettare le differenze

**Indicazioni:** il materiale atipico del Poull Ball è stato concepito per favorire un gioco fluido e spettacolare. Si tratta quindi di una risorsa e non di uno svantaggio. Spetta al docente enfatizzare questo aspetto attraverso situazioni favorevoli e adeguate.

La prontezza d'azione non è un prerequisito indispensabile, ma un invito ad effettuare un buon gioco. I giocatori dovrebbero essere pronti a ricevere la palla in qualunque momento e a mirare il bersaglio più consono.

	Contenuti	Illustrazioni/organizzazione
Messa in moto	5' <b>Riferimenti culturali</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raccontare la storia del Poull Ball, spiegare le regole fondamentali e i valori di questo sport.</li> <li>• Definire la nozione di fair play.</li> <li>• Riflettere insieme sullo spirito di squadra.</li> <li>• Guardare, se possibile, un filmato o un reportage di presentazione del gioco.</li> </ul>	
	10' <b>La mosca</b> <p>Gli allievi formano un cerchio attorno al docente. A ognuno viene distribuita una mosca immaginaria che i ragazzi devono imprigionare tra le mani. Il docente passa la palla a caso e solo in quel momento gli allievi possono aprire le mani. Chi apre le mani reagendo a una finta viene eliminato. Vince l'allievo più concentrato.</p>	
Parte principale	20' <b>Duelli</b> <p>I giocatori delle due squadre formano una fila a qualche metro dal bersaglio scelto, ognuna con una palla. Vince la squadra che supera per prima le varie sfide.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sfida 1: far cadere 5 x il cubo dalla base.</li> <li>• Sfida 2: gettare il cubo 5 x fuori dalla propria zona.</li> <li>• Sfida 3: far cadere il cubo senza che esca dalla zona impenetrabile.</li> <li>• Sfida 4: sfiorare 2 volte di fila il cubo senza farlo cadere dalla base.</li> <li>• Sfida 5: toccare 5 x il cubo con un tiro in volata.</li> </ul>	
	15' <b>Bersaglio gigante</b> <p>I giocatori delle due squadre formano una fila a qualche metro di distanza dal bersaglio, ognuna con un pallone. A lato delle due basi vengono posati dei coni e in un angolo del campo una palla. I giocatori devono far cadere i coni prima di poter prendere il loro cubo e posarlo sulla base. Vince la squadra che riesce a impossessarsi per prima del cubo, a collocarlo sulla base e a farlo cadere.</p>	

		Contenuti	Illustrazioni/organizzazione
Parte principale	15'	<p><b>Cronometro alla mano</b></p> <p>I giocatori imparano a impostare un contrattacco. A gruppi di cinque o sei, i giocatori devono passare da un bersaglio all'altro il più rapidamente possibile (tempi cronometrati). Sono vietati i dribbling e gli spostamenti con la palla in mano. Le transizioni avvengono dapprima senza difensori, poi con.</p> <p><b>Osservazione:</b> il gioco «<u>Invasione</u>» è una possibile progressione di questo esercizio.</p>	
	20'	<p><b>Partita semplificata</b></p> <p>Gioco secondo le regole ufficiali. Si pone l'accento sull'attacco e sulla fluidità del gioco. Il docente guida gli attaccanti e non si sofferma troppo sugli errori di posizionamento dei difensori. I giocatori devono sperimentare il Poull Ball e i suoi elementi strategici fondamentali:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• giocare a 360°</li> <li>• cambiare spesso bersaglio</li> </ul> <p><b>Esempio:</b> designare un giocatore jolly che giochi sempre con la squadra in possesso della palla per creare una situazione di costante esubero in attacco.</p>	
Ritorno alla calma	5'	<p><b>Riflessioni</b></p> <p>Momento di scambio tra allievi e docente.</p> <p>Domande-risposte sulle regole del gioco e le sfide poste da questo sport innovativo.</p>	