

## G+S-Kids: Introduzione al calcio - Lezione 1

# Dalla conduzione della palla al dribbling: “Nel mare”

### Autore

Daniela Lange; esperta G+S-Kids calcio, maestra scuola d'infanzia

### Condizioni quadro

Durata della lezione 60-75 minuti  
 Livello  basso  medio  impegnativo  
 Età consigliata 5-7 anni  
 Grandezza del gruppo 10 (minimo 8 / massimo 14)  
 Luogo del corso Campo da calcio  
 Sicurezza -

### Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

-Il bambino gioca la palla con i piedi. Conduce la palla, le dà una direzione, la “padroneggia”.

### Indicazione

-Per la tecnica “Conduzione della palla” vedi Le basi del calcio.  
 -Un pallone ogni bambino.

### Contenuti

#### INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
8'	<p><b>I1: Sul fondo marino</b></p> <p>I bambini – pesci, granchi, cavallucci marini, ecc. – si avvicinano al polipo che è girato sulla schiena. Non appena il polipo si gira verso i bambini questi devono rimanere immobili. Chi si muove e viene scoperto dal polipo deve tornare indietro. Il primo bambino che riesce a raggiungere il polipo prende il suo posto.</p> <p>Varianti:            - Solo l'ultimo “bambino che si muove” viene mandato indietro.            - Il polipo vive in una grotta (campo limitato). Lo scopo dei bambini è di penetrare in questa grotta.            - Gioco senza palla.            - Rotolare il pallone con le mani.</p> <p>Consiglio per l'allenatore:            Al fine di rafforzare il sentimento di vittoria si consiglia di giocare in gruppi da 4-5-6 bambini.</p>		<p>-Un pallone per ogni bambino</p> <p>-ev. proporre diversi palloni</p>
5'	<p><b>I2: Amici</b></p> <p>A coppie, ogni bambino ha un pallone. Il bambino A percorre un tragitto, il bambino B lo segue. Cambio di ruoli.</p>		-Un pallone per ogni bambino
8'	<p><b>I3: Sul fondo marino</b></p> <p>Stesso gioco di I1</p>		

### PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	<p><b>PP1: Nel mondo delle conchiglie</b></p> <p>I bambini conducono la palla attorno alle conchiglie "addormentate" che si trovano sul fondo marino. Bisogna girare attorno alle conchiglie senza toccarle.</p> <p>Possibilità di gioco / varianti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- I bambini giocano liberi a coppie. A conduce la palla, B osserva da bordo campo. Cambio</li> <li>- La "cinquina", dapprima girare attorno a 5 conchiglie, poi a 4, poi a 3, poi a 2 e alla fine ad una.</li> <li>- Raggiungere le conchiglie rosse conducendo la palla con il piede destro, quelle marroni con quello sinistro.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un pallone per ogni bambino</li> <li>-Materiale per marcare le conchiglie (per es. cordicelle)</li> </ul>
10'	<p><b>PP2: Nel territorio dello squalo</b></p> <p>I bambini provano a penetrare nella zona dello squalo. Ogni bambino conduce una palla con i piedi. Chi riesce ad oltrepassare il territorio dello squalo senza essere catturato?</p> <p>Possibilità di gioco:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo squalo gioca con i punti (per es. deve toccare 6 bambini)</li> <li>- I bambini giocano con i punti (per es. 5 tentavi riusciti).</li> <li>- L'allenatore determina il tempo di gioco ed i cambi.</li> </ul> <p>Chi viene toccato deve svolgere un compito supplementare (per es. fare uno slalom con la palla al piede).</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un pallone per ogni bambino</li> <li>-Materiale per demarcare il territorio dello squalo.</li> <li>-Ev. nastro per lo squalo</li> </ul>
10'	<p><b>PP3: Nel mondo delle conchiglie</b></p> <p>I bambini conducono la palla nel mare delle conchiglie. In ogni conchiglia abita un granchio che vuole "pizzicare" l'intruso. Il granchio deve rimanere almeno con un piede nella conchiglia. Il compito di chi conduce la palla è quello di attraversare il mondo delle conchiglie senza essere toccato.</p> <p>Consiglio per l'allenatore: Grandi spazi e pochi granchi rendono il gioco molto più facile.</p>	<p>Partenza _____ Arrivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un pallone per ogni bambino</li> <li>-Materiale per demarcare le conchiglie e il campo da gioco.</li> <li>-Ev. nastro per i granchi</li> </ul>
15'	<p><b>PP4: La partita a calcio</b></p> <p>I bambini vengono suddivisi in gruppi da 2-3.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il team A gioca contro il team B</li> <li>- Il team C gioca contro il team D</li> </ul> <p>Consiglio per l'allenatore: Formare i gruppi in base al livello dei bambini, così che tutti vengano coinvolti nel gioco.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Porte (5m)</li> <li>- Demarcazione del campo</li> <li>-Palloni</li> <li>-Nastri</li> </ul>

### RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5'	<p><b>RAC1: Proteggere i pesciolini</b></p> <p>5 bambini formano un cerchio dandosi le mani. Al centro ci sono i loro palloni (= pesciolini). Il gruppo deve "trasportare" i loro pesciolini fino ad un determinato punto senza perderli (per es. fino a un cono).</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Palloni</li> <li>-Ev. traguardo (per es. ▲)</li> </ul>