



G+S-Kids: Introduzione Tchoukball - Lezione 10

Difesa collettiva II

Autore

Greber Buschbeck Carole, J responsabile disciplina G+S tchoukball

Condizioni quadro

Durata della lezione ≥60 minuti
Livello basso medio impegnativo
Età consigliata 8 – 9 anni
Grandezza del gruppo 12 [4-20]
Luogo del corso Pannelli e palloni da tchoukball
Sicurezza Vedi documento di base

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento

Acquisire qualche conoscenza di base del piazzamento nel tchoukball (gioco su due pannelli)

Indicazione

Vedi documento di base

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	Riscaldamento con musica	Diversi esercizi a scelta del monitore.	A scelta del monitore

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
5 -7'	Quali punti possono raggiungere i tiratori? Ogni giocatore ha 6 tiri a disposizione per cercare di tirare in punti differenti. Il monitore marca il punto dove è caduto il pallone sistemando un segno distintivo (piatti di demarcazione, coni...). Si tira dalla sinistra e dalla destra. Dopo l'esercizio si osservano i diversi punti dove il pallone ha toccato terra --> discussione: i difensori devono trovarsi in questi punti.		Pannelli e palloni da tchoukball, coni di plastica o piatti di demarcazione
5'	Movimenti al rallentatore attorno al pannello Il monitore chiede ai giocatori di effettuare dei movimenti difensivi. Si piazza alternativamente a destra e a sinistra, come se fosse un tiratore.		Pannelli e palloni da tchoukball
5'	Movimenti al rallentatore attorno a due pannelli Medesimo esercizio di prima, ma cambiando da un pannello all'altro.		Pannelli e palloni da tchoukball
7-10'	Movimento su un attacco che parte da metà campo 5 difensori (3 vicini alla zona vietata e gli altri due dietro). Tre attaccanti partono da metà campo e cercano di marcare un punto dopo aver effettuato 3 passaggi.		Pannelli e palloni da tchoukball
7-10'	Movimento durante una piccola partita, con fermo immagine I partecipanti giocano a tchoukball secondo le regole ufficiali. Il monitore interrompe la partita quando i difensori sono posizionati bene per discuterne.		Pannelli e palloni da tchoukball

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
15-20'	Gioco bipolare 5:5 Regole ufficiali di tchoukball (www.tchoukball.org)	Formare più squadre di 5. Si gioca su tutto il campo (circa 15x26m, un pannello su ogni linea di fondo).	Pannelli e palloni da tchoukball, contrassegni per distinguere le squadre.
5'	Ritorno alla calma a scelta del monitore	A scelta del monitore	A scelta del monitore

