

5

Fascicolo 5 Volume 3



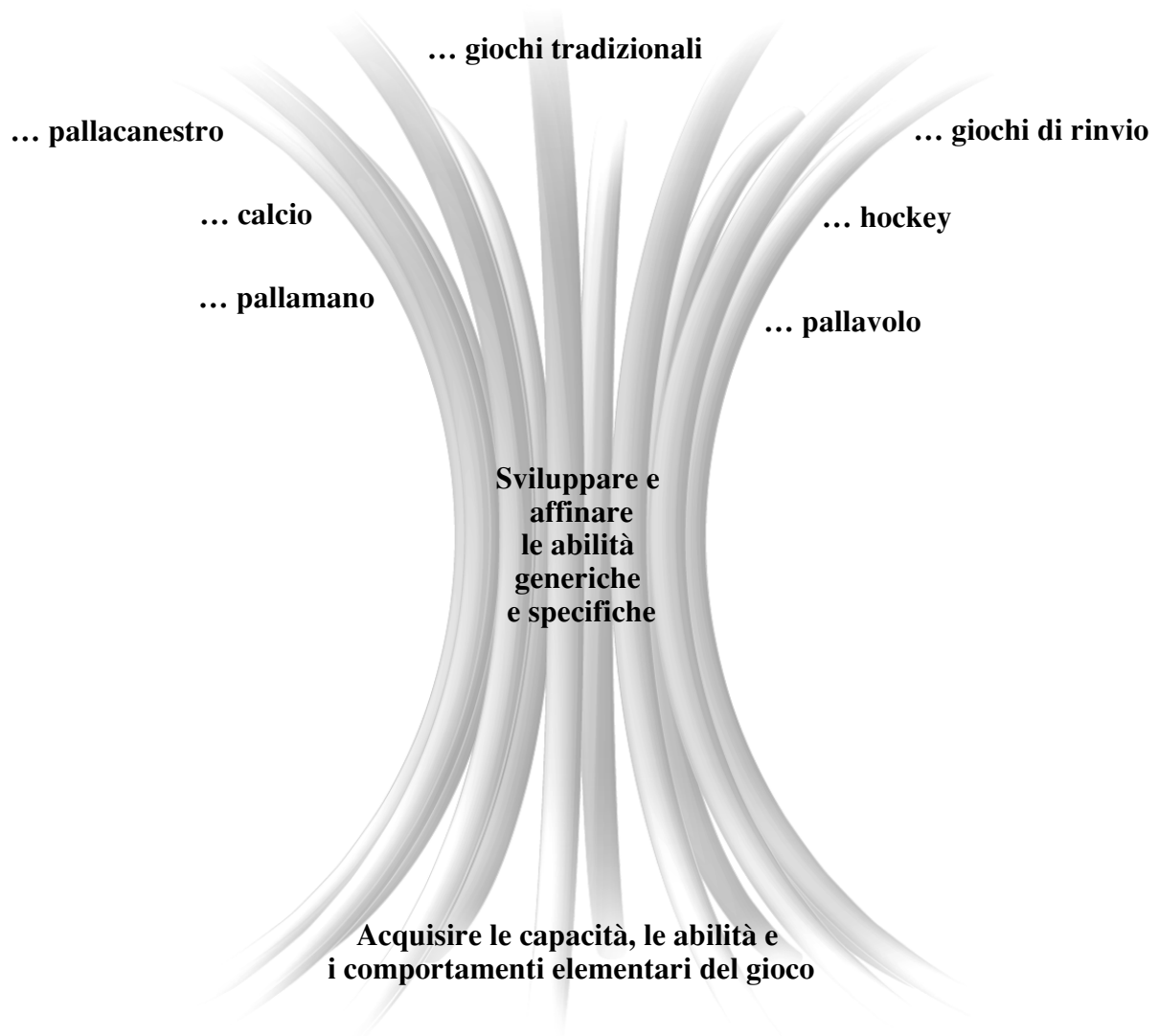
Giocare

SPORTERZIEHUNG
EDUCATION PHYSIQUE
EDUCAZIONE FISICA
EDUCAZIUN FISICA



Sguardo d'insieme sul fascicolo 5

**Scegliere e
approfondire alcuni
giochi, ad esempio ...**



Gli allievi sviluppano le capacità specifiche del gioco (ad es. il senso del gioco), le abilità (ad es. destrezza con la palla), i comportamenti (ad es. fair-play, spirito di squadra) e sperimentano il senso dell'imprevisto, il fascino e il piacere del gioco.

Accenti nel fascicolo 5 dei volumi 2 a 6

- Giocare da soli, a coppie, in piccoli e grandi gruppi
- Scoprire ed acquisire le capacità fondamentali del gioco nello spazio originale, con materiale attraente e soprattutto tramite situazioni di gioco aperte
- Vivere i giochi di corsa, di inseguimento, cantando ecc.
- Imparare a rispettare le regole e gli avversari



Scuola dell'infanzia

- Tramite situazioni di gioco aperte, sviluppare e applicare le forme e le regole
- Negoziare con gli altri le regole, accettarle e rispettarle
- Insieme, approfondire e variare i giochi conosciuti
- Realizzare esperienze di gioco molteplici, variando il materiale, lo spazio e il tempo
- Risvegliare il senso del fair-play
- Imparare a giocare nell'ambito di una squadra



1. – 4. anno

- Imparare, applicare e utilizzare gli elementi tecnici e tattici fondamentali del gioco
- Acquisire le regole fondamentali dei giochi codificati
- Praticare i giochi sportivi in forma scolastica
- Integrarsi in una squadra e giocare lealmente
- Allenare le abilità motorie specifiche ad altri campi di attività, anche con i palloni



4. – 6. anno

- Approfondire le competenze fondamentali del gioco ed il senso del fair-play
- Esercitare globalmente le abilità motorie specifiche del gioco
- Apprendere altri giochi (ad es. di altre culture)
- Parlare di problemi legati al gioco: violenza, aggressività, fair-play, regole, allievi più deboli ecc.
- Porre l'accento su uno o due giochi sportivi



6. – 9. anno

- Intensificare l'apprendimento di alcuni giochi di squadra durante un periodo prolungato
- Applicare e formare capacità tecniche e tattiche
- Giocare senza l'arbitro (autoarbitrarsi) e con fair-play
- Scoprire ed imparare giochi nuovi o tradizionali



10. – 13. anno

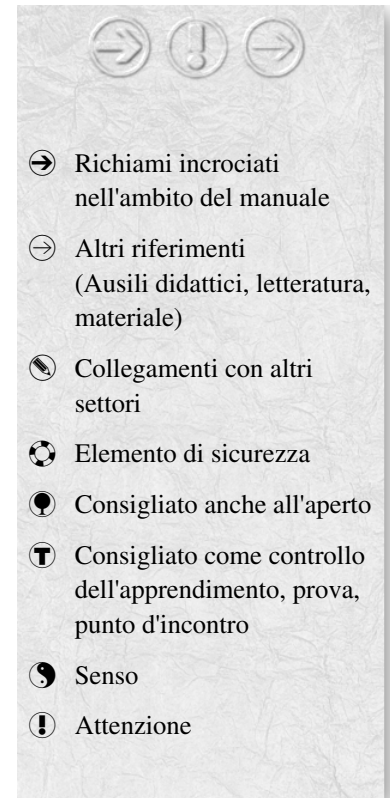
- Il *Libretto dello sport* contiene annotazioni e suggerimenti a proposito dei temi seguenti: idee di gioco per il divertimento, le regole di gioco, il materiale, i giochi di abilità, il fair-play ecc.



Libretto dello sport

Indice

Introduzione	2
1 Scoprire i giochi	
1.1 Fazzoletti da prestigiatore in chiffon	4
1.2 Palloncini	5
1.3 Il tagliere come attrezzo sportivo	6
1.4 Il minitennis	7
1.5 Palline da giocoliere	8
2 Giochi con la palla, con le mani	
2.1 Rotolare e portare, lanciare, rimbalzare	9
2.2 Palleggiare a terra	10
2.3 I giocolieri	12
2.4 Colpire bersagli	13
2.5 Ripetizione come allenamento	14
2.6 Giocare insieme agli altri	15
2.7 Giochi con palle e tappetini	16
2.8 Giochi collegati alla pallavolo	17
3 Giochi con i piedi e i bastoni	
3.1 Sviluppare il tocco di palla con il piede	18
3.2 Giochi con la palla con i piedi	19
3.3 Giochi collegati all'hockey	21
4 Giochi di squadra	
4.1 Come formare le squadre	23
4.2 Differenze di livello nei partecipanti	24
4.3 Le grandi linee del gioco	25
4.4 Giochi di palla-bruciata	26
4.5 Giochi a due campi con la palla	28
4.6 Giochi di palla utilizzando le linee	30
5 Come gioca(va)no gli altri	
5.1 Giochi vecchi – riscoperti	31
5.2 Così giocavano i nostri genitori	32
5.3 Altri paesi, stessi giochi?	33
5.4 Modificare giochi conosciuti	34
6 Costruire oggetti per giocare	
6.1 Il «mio» attrezzo per giocare	35
6.2 Il «pallapallone»: come farne uno	36
6.3 Giocare con il pallapallone	37
6.4 Racchettoni: ecco come costruirli	38
6.5 Giocare con i racchettoni	39
Bibliografia / Ausili didattici	40



Introduzione

Sviluppare le capacità e le abilità di gioco

Per i bambini il gioco rappresenta un momento di tensione vitale e di esperienze globalizzanti. In esso sviluppano delle capacità tipiche del gioco, come la comprensione delle regole del gioco e la reazione alle diverse situazioni (ad es. corsa libera, vista periferica...) e talune abilità fondamentali (ad es. lanciare, prendere, dribblare ...). Dal punto di vista educativo sono altrettanto importanti capacità sovraordinate, come il comportamento sociale e la correttezza per tutto il difficile cammino dal gioco uno accanto all'altro a quello uno contro l'altro. Nell'ambito dell'*educazione al gioco* i bambini dovrebbero poter provare autonomamente le nuove azioni (di gioco) avendo a disposizione abbastanza tempo. È questo il sistema migliore per sostenere lo sviluppo delle *capacità* e delle *abilità di gioco*.

➔ Azione autodeterminata: v. fasc. 1/3, p. 12 e fasc. 1/1, p. 54 ss.; Capacità di giocare: v. fasc. 5/1, p. 6

Organizzare e adattare situazioni di apprendimento libero

- L'ideale è che ogni bambino possa avere a disposizione un proprio oggetto con cui giocare (pallone, palla, palla morbida, pallina da tennis ecc.), perché in questo modo si può mantenere sempre elevata l'intensità dell'esercizio. D'altra parte però è necessario che i bambini affrontino delle situazioni in cui debbano dividere con altri e siano costretti ad assistersi a vicenda.
- Tramite compiti ludici i bambini dovrebbero essere stimolati ad apprendere da e con gli altri e a contribuire a dare un volto alle situazioni di gioco.

Scegliere per giocare oggetti adatti

Per parecchi bambini è abbastanza difficile maneggiare un pallone pesante e duro al tatto. I palloncini invece si muovono praticamente al rallentatore e lasciano al bambino tutto il tempo. Palloni di gommapiuma volano molto più veloci, ma sono leggeri e morbidi. Palle di piccole dimensioni sono più facili da tenere in mano e sono pertanto indicate per i lanci. Quelle grandi possono essere gettate e in parte anche riprese con una certa facilità.

Individualizzare e differenziare

Nella stessa classe si trovano sia bambini «abituati a tenere in mano una palla» che altri, che ancora quasi non possono controllare attività come palleggiare al suolo, dribblare, lanciare e riprendere. Se questi bambini durante il gioco vedono la palla come una minaccia, se vengono «cacciati» dai compagni con l'attrezzo con cui giocano, non può certo stupire se poi rimangono «timidi» con la palla (o lo diventano). Alcuni bambini quindi apprezzeranno molto poter avere un po' di tempo per esercitarsi con l'attrezzo mentre altri vorranno già giocare, in piccoli gruppi (1 contro 1; 2 contro 2; 3 contro 3).

➔ Giocare da soli, in due, in gruppo: v. fasc. 5/1, p. 10



Consentire molte varianti di un movimento di base

È importante che i bambini possano abituarsi agli attrezzi di gioco scoprendoli sotto vari aspetti: destro e sinistro, con le mani e i piedi, svolgendo allo stesso tempo altri compiti ... In tal modo impareranno le caratteristiche (in volo) specifiche dei vari tipi di pallone. In ogni tipo di gioco competitivo (a coppie o a squadre) dove si deve essere veloci e abili, poter disporre di molti movimenti sarà molto vantaggioso per il bambino.

Introdurre nella logica del gioco

Scopo principale dell'educazione al gioco è da un lato mantenere e aumentare la gioia del bambino per il gioco, fornendogli un repertorio di movimenti ampio e ben fatto (v. capacità di gioco), e dall'altro creare una logica del gioco, adatta ovviamente alla situazione che si presenta di volta in volta giocando. I bambini dovrebbero imparare determinati comportamenti come correttezza reciproca, osservare il gioco, reazione a quello che avviene, smarcarsi e offrirsi al compagno, coprire. Allo scopo vale la pena di usare nella scelta delle forme di gioco la vecchia formula «da soli» – «a coppie» – «in gruppo».

➔ Da soli, in due, in gruppo:
v. fasc. 5/1, p. 10

Stimolare a giocare correttamente insieme

La notevole importanza che la vittoria ha in termini di prestigio per molti (bambini), li porta a giocare con una certa intensità, e a volte con il massimo impegno. Quando poi questi elementi non bastano, si violano le regole del gioco (solo un po'): la linea di tiro ogni tanto non viene rispettata, l'itinerario previsto viene abbreviato in maniera quasi impercettibile. Dato che all'inizio forse molte cose non si sono regolate dettagliatamente, quasi tutti gli altri passano sopra a queste scorrettezze. Il risultato è che si interviene soltanto in caso di violazioni talmente gravi che non si possono lasciar correre. Altri casi però continuano a dare problemi sull'interpretazione delle regole. Perché si possa giocare insieme correttamente, le regole del gioco devono essere continuamente controllate ed eventualmente adattate alla situazione. I bambini devono imparare pian piano ad assumersi le proprie responsabilità per il comportamento tenuto giocando. In particolare il docente è chiamato in questo ambito a far capire ai più appassionati di sport che le regole del «gioco vero» non sempre sono sensate (a questo livello). Ad esempio, a scuola preferiamo giocare su campi di dimensioni ridotte con pochi giocatori per ogni squadra, in modo da facilitare a tutti il contatto con la palla.

➔ Con gli altri – per gli altri
v. fasc. 1/1, p. 22

Suggerimenti per l'educazione al gioco

- *Scelta dell'attrezzo:* Utilizzare palloni morbidi, che possono essere affermati facilmente; da pallanuoto un po' sgonfi, in gommapiuma, sacchetti ripieni, buste di plastica per la spesa riempite di vecchi giornali.
- *Grandezza dei gruppi per giocare insieme:* Quando le squadre sono composte da più di tre elementi, il contatto con l'attrezzo di gioco è troppo breve e il legame emotivo con i compagni troppo ridotto; quindi giocare spesso in gruppi piccoli.
- *Campo di gioco e distanze:* A seconda dell'abilità nell'uso dell'attrezzo si possono aumentare le dimensioni del campo di gioco. All'inizio sul campo di gioco non dovrebbero esserci più gruppi.
- *Regole:* Il meno possibile, tutto il necessario. Spiegare a voce le 2–3 regole di base e applicarle. Il gruppo può anche elaborare da solo altre regole. I bambini devono imparare che la correttezza non può essere delegata al direttore di gara.
- *Forma del gioco:* Dove sono le capacità del singolo utilizzabili a favore di tutta la squadra? Adeguare il gioco per renderlo gradevole a tutti.
- *Premio correttezza:* Al giocatore o alla squadra più corrette viene consegnata una «coppa» fatta dagli stessi bambini.

➔ Inventare giochi:
v. fasc. 3/3, p.16;
Giocare: v. fasc. 5/1, p. 14

1 Scoprire i giochi

1.1 Fazzoletti da prestigiatore in chiffon

Fazzoletti molto leggeri (in chiffon o seta artificiale), di 40 x 40 cm, hanno il vantaggio di planare al suolo molto lentamente. È abbastanza facile inseguire e afferrare questi «paracadute». L'uso di una musica dolce facilita dei movimenti piuttosto delicati.

Lanciare e raccogliere al rallentatore.

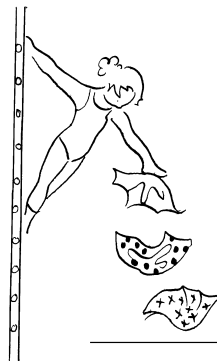
Giochi con i fazzoletti: Come si può camminare veloci senza far cadere il velo dalla testa (dalla mano, dal petto ...)? Prendere i veli che cadono con l'avambraccio, la coscia, il collo del piede o semplicemente con la mano.



🔪 Attività manuali tessili: tagliare pezzi di stoffa con le forbici a triangolo.

Cadono le foglie: Un bambino sale in un punto rialzato (spalliera, quadro svedese, balconata interna) e lascia cadere il suo fazzoletto. Il compagno, seduto o in ginocchio, raccoglie il fazzoletto e sale a portarglielo. Si scambiano i ruoli.

- A (sopra) lancia il fazzoletto a B una volta a destra, una a sinistra. B lo raccoglie con la mano destra o con la sinistra.
- B può aprire gli occhi solo quando lo dice A.
- Il vento porta via il fazzoletto; A appallottola il fazzoletto e poi da dietro le spalle lo lancia davanti a B, che cerca di raccoglierlo prima che cada a terra.



I fiocchi di neve: I bambini lanciano il loro fazzoletto in aria con un grido e cercano poi di riprenderlo, come un «fiocco di neve», con il viso (la schiena, il piede, il petto ...).

- Chi riesce a prendere il fazzoletto dietro la schiena senza guardare, o sempre dietro la schiena passando le braccia fra le gambe aperte?
- Il pupazzo di neve: Quattro bambini lanciano i loro fazzoletti su un pupazzo di neve, facendo in modo che più «fiocchi di neve» possibile rimangano su di esso. Il pupazzo a volte coopera, altre volte si scrolla di dosso i fiocchi di neve.

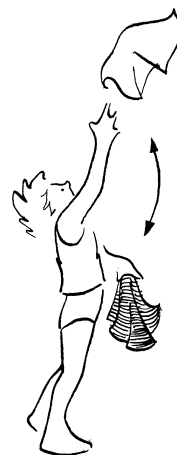


🔍 Da sapere : come sono fatti i fiocchi di neve?

➡ Giochi nella neve: v. fasc. 6/3, p. 19 ss.

Il giocoliere: Ogni bambino prende un fazzoletto rosso nella mano destra ed uno bianco nella sinistra. Lanciare ambedue i fazzoletti in aria contemporaneamente e riprenderli. Lanciare e raccogliere ora l'uno ora l'altro.

- Qual è il sistema migliore? Dove è meglio guardare; in alto, in basso, davanti a sé?
- Lanciare i fazzoletti con regolarità; destra, sinistra, destra ...
- Lancio incrociato dei fazzoletti, ovvero da destra a sinistra e viceversa.
- Fingere una presa sbagliata: Tutti credono che la mano non riesce ad afferrare il fazzoletto, ma essa gira solo intorno allo stesso prima di prenderlo.
- Una mano, due fazzoletti - lanciare un fazzoletto, poco prima di prenderlo lanciare il secondo, prendere il primo e lanciarlo di nuovo ecc.
- A coppie, una mano ciascuno; chi riesce a tenere tre fazzoletti in aria contemporaneamente?



➡ Il ritmo aiuta.

⚠ I fazzoletti volano con una traiettoria a otto.

➡ Completare individualmente i giochi di abilità e mostrarli agli altri.

🔍 Quando non c'è vento si possono usare queste forme anche all'aperto.

1.2 Palloncini

I palloncini sono leggeri e volano lenti. Giocandoci, i bambini hanno pertanto tutto il tempo necessario per reagire. È più facile quindi riuscire a colpirli al volo o ad afferrarli, migliorando gradualmente. Ben presto i bambini si mostrano entusiasti del gioco.

Come un leone marino: È facilissimo tenere in equilibrio un palloncino. Chi riesce a

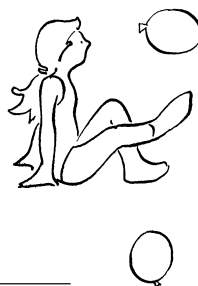
- tenere il palloncino in equilibrio sulla punta di un dito o del naso,
- far scivolare un palloncino dalla testa alla spalla e poi farlo risalire alla testa,
- stando distesi, ruotare sull'asse longitudinale, tenendo sempre in equilibrio un palloncino sulla testa,
- battere sul palloncino con un dito e poi farlo rimbalzare da un dito all'altro?



🔧 Attività manuali:
v. fasc. 5/3, p. 36 s.

Al rallentatore: Battere più volte leggermente sul palloncino con le mani, i piedi o la testa. Nel frattempo assumere diverse posizioni: distesi, seduti, camminare, girarsi ... tenendo il palloncino sempre in aria.

- Dopo ogni tocco si deve giocare con un altro palloncino. Provare prima in piccoli gruppi di 3-4 bambini.
- Quanti palloncini può tenere in aria un gruppo, colpendoli leggermente, senza lasciarne cadere nessuno a terra?



➔ Con la musica: z.B. VANGELIS. *Antarctica* (v. bibl. fasc. 5/3, S. 40) o un'altra musica meditativa con suoni sferici.

Il percorso: Con la mano aperta i bambini colpiscono il palloncino al di sopra della testa o davanti al corpo e lo spingono in avanti. Il «percorso» deve incrociare continuamente quello seguito da altri bambini. Fare attenzione agli altri.

- Nella palestra sono distribuiti dei paletti con cartelli che riportano i nomi di diverse località (della Svizzera). I bambini si spostano con i palloncini da un posto all'altro. Il gruppo rosso va a Berna, il verde a Ginevra, il blu a San Gallo ...

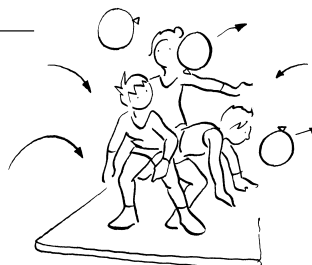


➔ Vista periferica

🔧 Geografia: ci facciamo un quadro completo dei dintorni, del nostro Cantone o della Svizzera.

Divieto di entrata: Due o tre bambini sono disposti dentro un cerchio, un quadrato fatto con i tappetini o simili, opposti a cinque «piloti di aerostato». Questi intendono «atterrare» nonostante i divieti. Riescono a far atterrare i palloncini nello spazio aereo protetto dagli altri?

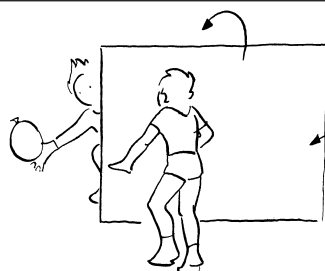
- Ampliare la superficie di atterraggio; limitare il modo di spostare i palloncini, ad es. solo con i piedi.



🔧 Determinare le distanze e i comportamenti difensivi per evitare che un bambino difenda con le mani proprio mentre un altro sta intervenendo sul palloncino con i piedi (pericolo di infortuni!).

Passarsi il palloncino: A coppie, passarsi il palloncino al di sopra di un ostacolo (ad es. un tappetino fissato su un carrello), colpendolo con una mano, con la testa ...

- Colpire, aggirare l'ostacolo, colpire, e così via.
- Passarsi il pallone al di sopra di un elemento di casone posto nel senso della lunghezza, fra le corde degli anelli, al di sopra di una cordicella tesa ...



➔ A coppie, lanciarsi un pallone anche con l'ausilio di attrezzi di lancio (racchettoni, racchette da goba, tennis, badminton o ping pong).

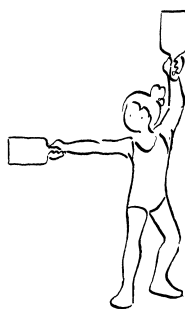
1.3 Il tagliere come attrezzo sportivo

Un tagliere di legno è adatto a parecchi giochi, non solo per sostituire degnamente una racchetta da tennis. Si possono anche preparare da soli, o colorare, e modificare nell'ora di attività manuali.

Con i taglieri di legno si può anche giocare.

Magneti: I taglieri tengono uniti strettamente due bambini con la loro forza di attrazione. Ambedue tengono il tagliere parallelo all'altro a circa 5 cm di distanza, senza che si tocchino. Un bambino guida l'altro.

- La cuffia: A tiene due taglieri vicini alle orecchie di B e lo guida in giro per la stanza senza altri contatti.
- A e B bloccano una palla fra i taglieri e si spostano senza farla cadere a terra.
- Contatto: Far rimbalzare la palla a terra e quando rimbalza in aria cercare di bloccarla fra i taglieri.
- A coppie: Il bambino A corre tenendo una palla in equilibrio su un tagliere, e viene guidato da B con segnali (un tagliere in ogni mano) verso un determinato punto.

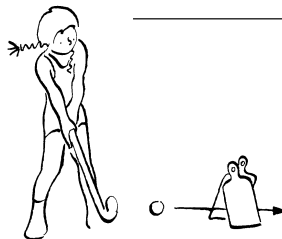


👉 Da sapere: che cosa si può fare con le calamite, e dove vengono utilizzate?

⚠️ Fare attenzione l'un l'altro.

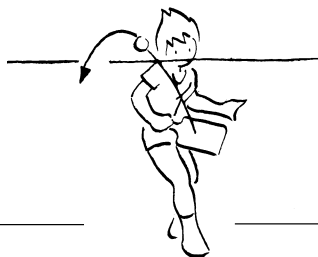
La trappola per i topi: Due taglieri appoggiati l'uno contro l'altro, pronti a cadere non appena vengono toccati da una palla. I bambini fanno rotolare le palle attraverso queste trappole, disseminate ovunque.

- Con i piedi, il bastone da unihockey o un tagliere.
- Stabilire la distanza per i lanci: passaggio = 1 punto; se la trappola scatta eseguire un compito accessorio.



Tennis con i taglieri: Cordicella tesa a circa 1 m di altezza. A coppie passarsi una pallina morbida. Prima di colpirla lasciar rimbalzare la palla a terra una volta.

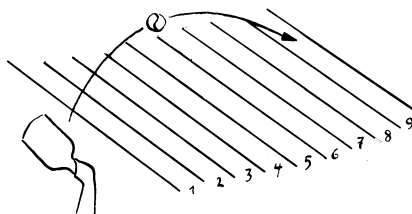
- Giocare con la mano destra e con la sinistra.
- Tenere il tagliere con ambedue le mani.
- Tirare al bersaglio; cerchi, nastri ecc.
- Fare delle gare con regole inventate sul momento.



👉 Giochi di minitennis: v. fasc. 5/3, p. 7

Hornuss: Un bambino lancia lontano una palla; il suo compagno cerca di bloccarla prima che cada a terra, o di «neutralizzarla» con il suo tagliere. Quanto più lontano arriva la palla, tanti più punti riceve il lanciatore.

- Palla sulla linea: Lancio dal punto in cui la palla è stata bloccata. Tentare in questo modo di ricacciare l'avversario dietro la linea.
- Palla-bruciata: Il lancio si fa con il tagliere. Provare poi anche a fare i passaggi alla base con il tagliere.



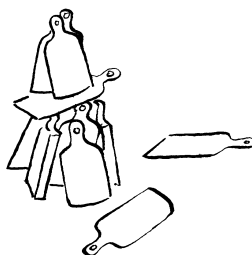
🎯 Posto a sufficienza: tutti si muovono nella stessa direzione.

👉 Consigliato anche all'aperto.

👉 Palla-bruciata: v. fasc. 5/3, p. 27 s.

Piramide di taglieri: Ogni squadra costruisce una specie di «castello di carte». Importante non è solo l'altezza raggiunta, ma anche la forma e l'originalità.

- Costruire un cerchio magico; disporre un tagliere verso l'interno, uno verso l'esterno ecc.
- Reazione a catena: Disporre i taglieri appoggiati due a due, coppia dopo coppia a brevi intervalli. Chi può dare una spinta alla prima casetta?



👉 Possibile come ritorno alla calma o alla fine di una lezione.

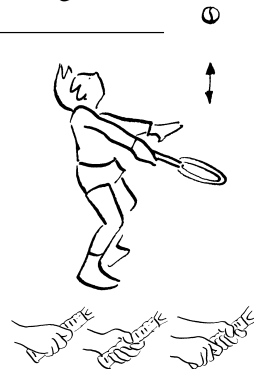
1.4 Il minitennis

Il minitennis è un gioco di competizione per grandi e piccini, per esperti e principianti. Viene giocato con palline morbide e racchette da tennis, è semplice e può essere giocato senza esercitarsi a lungo. Quasi tutti i bambini possono farsi prestare una racchetta, altrimenti utilizzare taglieri o altro.

Giochiamo il vero tennis; un grande gioco su un campo piccolo.

Il colpo controllato: Lanciare la pallina in alto con la racchetta, farla rimbalzare una volta a terra e riprenderla con la racchetta ammortizzando il rimbalzo.

- Alternare colpi di dritto e di rovescio.
- Tenere la racchetta con una o due mani e giocare la palla di dritto o di rovescio.
- Due bambini si palleggiano la palla con una leggera parabola, facendola rimbalzare una volta a terra. La palla può anche essere lanciata in aria (= colpo controllato), per poi essere nuovamente passata al compagno.



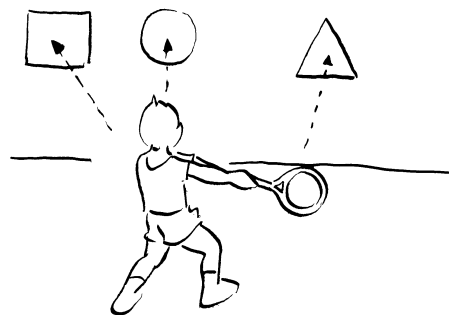
⇒ Materiale per il gioco:

- Palline morbide diametro 9 cm
- Campo di gioco: 5 x 12 m circa
- Rete/corda: a un metro circa di altezza
- Racchette: leggere, con impugnatura corta.

⇒ Il colpo di controllato consente di eseguire anche altri colpi.

Al muro: Il muro è un buon partner per chi gioca a tennis, perché rimanda sempre la palla indietro.

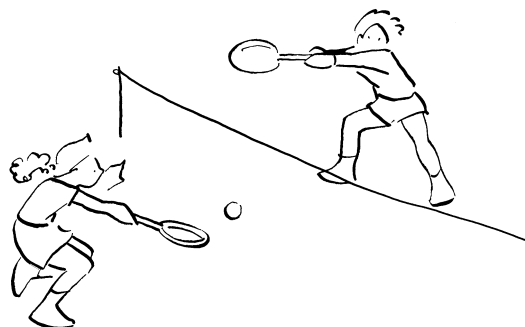
- Giocare la palla più volte in una zona stabilita (cerchio, quadrato, foglio di giornale, palloncino). Quante volte si colpisce il bersaglio in due minuti?
- Giocare la palla facendo in modo che essa rimbalzi davanti ad un segnale sul terreno (ad es. linea, corda, cordicella posta a circa 3 metri dal muro).
- Chi riesce a giocare la palla di prima (volée), ovvero prima che rimbalzi a terra?
- Squash con il muro: Giocare in due al muro con una sola pallina. Quante volte si riesce a farla rimbalzare contro il muro?



Giocare al di sopra di un ostacolo: A coppie, giocare il più a lungo possibile al di sopra di un ostacolo (rete, corda ...).

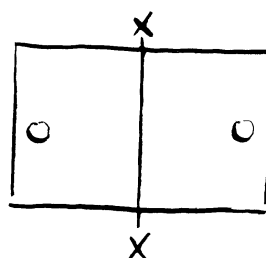
- Giocare la palla proveniente dall'altro campo in alto (colpo controllato), prima di rinviarla all'avversario con una leggera parabola.
- Provare di dritto e di rovescio.
- Più difficile: Colpire un bersaglio nel campo avversario (cerchi, cerchi disegnati con il gesso). Quanto tempo si impiega per colpire 5 volte il bersaglio?
- Giocare una palla lunga, poi di nuovo colpi corti.
- Giocare la palla esattamente dove si trova (o non si trova) l'altro bambino.
- Inventare altre forme di gioco.

! Meglio giocare piano e preciso che forte e impreciso!



Minitennis: Divisi a coppie, i bambini possono determinare il campo di gioco e le regole. Si gioca a tempo o fino a 11. Chi vince il sorteggio batte per primo; far rimbalzare la palla a terra, quindi inviarla nell'altro campo.

- La partita successiva si gioca sempre con lo stesso compagno, ma con un handicap concordato fra i due (ad es. 3 punti di vantaggio per chi ha perso la partita precedente).



⇒ Determinare o modificare insieme le regole del gioco.

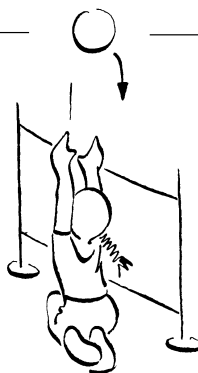
1.5 Palline da giocoliere

I bambini devono poter giocare con oggetti diversi per dimensioni, peso, struttura ed effetto, migliorando in tal modo la loro abilità (con la palla) (→ Costruire da soli palline da giocoliere: v. fasc. 7/3, p. 12).

Sono piacevolmente morbida. Mi puoi schiacciare, e non scappo via!

La tenda: Fissare fra due paletti, a una decina di centimetri dal suolo, gli asciugamani che i bambini usano per la doccia. Da ogni lato di questa tenda si mette in ginocchio un bambino. Uno lancia senza farsi vedere una pallina da giocoliere, quasi in verticale, ma facendo in modo che ricada dall'altro lato della tenda. Con il busto si possono anche fintare dei lanci. La pallina non deve cadere al suolo.

- Organizzare giochi a punti con 2-3 palline.
- Chi riesce a tenere in movimento tutte e tre le palline, ad es. nella stessa direzione, ovvero passandosi sotto la tenda le palline appena raccolte in aria?
- Lanciare due palline sopra la tenda, passarsene una sotto ...
- I bambini decidono come continuare, ad esempio incrociando i lanci ecc.

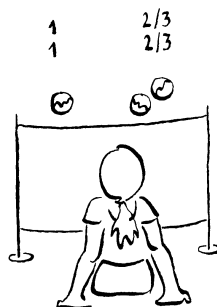


☞ Attività manuali/tessili: i bambini si costruiscono le proprie palline.

☞ Fazzoletti da giocoliere in chiffon: v. fasc. 5/3, p. 4; giochi con lenzuoli e fazzoletti: v. fasc. 2/2, p. 9 e fasc. 5/2, p. 25

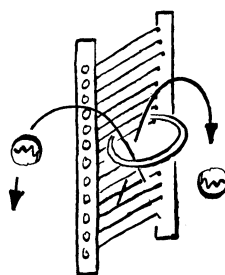
Palla nascosta: Ogni bambino ha una pallina in ogni mano. Lanciare le palline in aria senza un ritmo preciso (ad es 2 ds 1 sin), in modo che compaiano appena al di sopra del bordo della tenda, senza però ricadere a terra. Il compagno dall'altro lato osserva le palline e cerca poi di ripetere esattamente gli stessi lanci.

- Più facile: Se con due palline si trovano ancora delle difficoltà, provare all'inizio con una sola, magari anche con lanci incrociati (da ds a sin e viceversa).
- Le palline possono anche cadere a terra, ma sempre nello stesso punto.



Attraverso il cerchio: Incastrare un cerchio fra due staggi della spalliera in modo che si trovi più o meno in posizione orizzontale. Far circolare la palla come su un ottovolante ad es. lanciairla da sotto a destra al di sopra del cerchio verso sinistra; riprenderla di sinistro e rilanciarla da sotto a sinistra oltre il cerchio verso destra e così via (ds alto - sin prende - sin alto - ds prende).

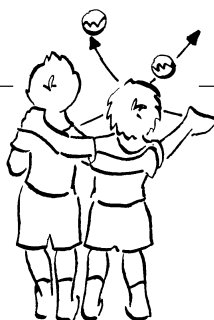
- Più facile: Un bambino a destra e uno a sinistra del cerchio. Prendere e rilanciare la pallina con la mano esterna. Di tanto in tanto cambiare lato e mano.
- Far circolare 2-3 palline.



☞ Indicato anche come stazione. I cerchi possono essere fissati anche perpendicolari al terreno.

Quasi senza ostacoli: Due bambini poggiano ciascuno un braccio sulla spalla dell'altro. La mano libera all'esterno lancia e riprende la pallina. Provare giochi di abilità prima con una, poi con diverse palline.

- Lanciare la pallina da dietro in basso al di sopra della spalla interna; riprenderla davanti al corpo.
- Camminando in avanti. Com'è il vostro «Show»?



☞ Dall'azione determinata dall'esterno a quella autodeterminata: v. fasc. 1/3, p. 12

2 Giochi con la palla, con le mani

2.1 Rotolare, portare, lanciare, rimbalzare

Attenzione – lo spazio si fa limitato!

Quando gli avvenimenti si succedono rapidamente in uno spazio ridotto, i bambini possono facilmente perdere il controllo della situazione. Conviene quindi limitare il campo di gioco e il numero dei partecipanti. È sempre importante organizzare chiaramente il gioco (campo, regole)!

Guarda a destra e a sinistra: I bambini controllano attentamente cosa avviene intorno a loro! La metà dei bambini forma delle coppie, disposte sui due lati lunghi del campo di gioco. Ogni coppia ha un pallone, che si passa facendolo rotolare a terra attraverso il campo. L'altra metà della classe percorre il campo nel senso della lunghezza, cercando di evitare i palloni. I palloni si possono solo far rotolare! Chi è colpito cambia di posto. Ripetere; ad es. 10 volte o per cinque minuti.

- Chi viene colpito «sbatte le ali» e pigola per evitare che continuino a tirargli addosso.
- Correre a coppie tenendosi per mano.
- Uno dei bambini è la «mosca cieca» e viene guidato dall'altro. Riesce a passare indenne?



🕒 Orientarsi in vari modi:
di: v. fasc. 7/3, p. 14

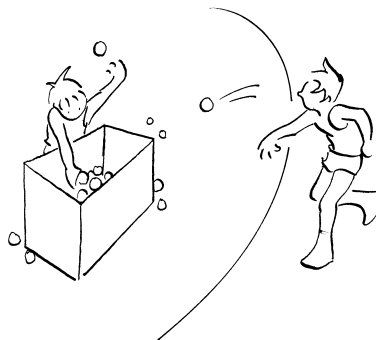
Patate bollenti: La palestra è suddivisa in diversi campi di gioco, su ognuno dei quali si trovano sei bambini con due palloni. Due bambini prendono una palla ciascuno e cercano di toccare con essa gli altri. Chi è toccato deve prendere la «patata bollente» (palla) e cercare di passarla ad un altro toccandolo a sua volta il prima possibile. A scadenze irregolari il gioco viene infatti interrotto e chi ha la patata bollente per il turno successivo fa da arbitro.



⚠️ In caso di dubbio decidono gli arbitri.

Vuotare i cassoni: La palestra viene suddivisa in tre campi da gioco, su tre cerchi (centrale e delle aree del basket) si trovano altrettanti cassoni. Chi riesce a vuotare due elementi di cassone uno sull'altro di tutti i palloni, mentre tutti gli altri bambini cercano di riempirli continuamente? Regola: un piede deve essere nel cerchio quando si lancia la palla nel cassone. In questo modo si evita di lanciare palle dappertutto.

- Ogni cassone viene assegnato ad una squadra. Le palle trovate a terra possono essere lanciate solo nei cassoni degli avversari. alla fine chi ha meno palloni nel proprio cassone?



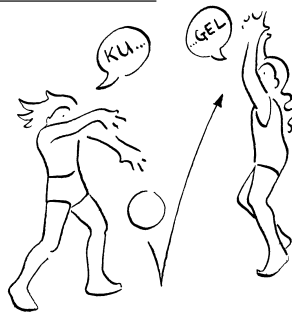
⚠️ Evitare la calca intorno al cassone usando le linee sul terreno.

➡️ Utilizzare palloni di diverso tipo.

➡️ Indicare i cassoni con i colori delle squadre.

Il gioco delle sillabe: Circa 4 bambini (numerati) formano un gruppo; ogni gruppo un pallone. A fa rotolare la palla. Mentre prepara il lancio A pronuncia una prima sillaba, ad es. «pal-». B cerca di aggiungere una seconda sillaba, «-la», prima di fermare la palla.

- B potrebbe però anche aggiungere una seconda sillaba tipo «-lo-» e rilanciare subito la palla indietro. In questo caso A dovrebbe reagire dicendo «-ne». Normalmente B inizia con un'altra sillaba e fa rotolare la palla verso C, ecc.
- Ogni sillaba un punto; chi ne ha di più?
- Far rimbalzare la palla anziché rotolarla a terra.



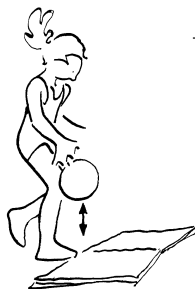
🗣️ Lingua: separare e riunire.

2.2 Palleggiare a terra

Ogni palla ci invita a giocare. A seconda dell'oggetto, utilizzato, dobbiamo adattarci a dimensioni e peso diversi. Se riusciamo a sfruttare le particolari caratteristiche di ogni pallone, ci divertiamo molto. Le palle soffici sono piacevoli da prendere, quelle dure rimbalzano meglio.

Far rimbalzare: Ogni bambino ha davanti a sé sul pavimento un foglio di giornale. Cercare di far rimbalzare il pallone a terra, a destra e a sinistra, facendo in modo che stia sempre sul giornale.

- Più facile: battere la palla a terra con due mani e bloccarla dopo ogni rimbalzo.
- Battere una volta sul giornale, una volta accanto ecc.
- Un gruppetto prepara con diversi fogli un percorso; tutti fanno rimbalzare la palla da un foglio all'altro.
- Man mano aumentare le difficoltà: introdurre ostacoli, distanze sempre maggiori ecc.



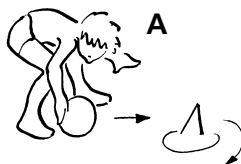
Accompagna il pallone con la mano, non sbatterlo a terra. Così rimane sempre vicino a te!

⇒ Utilizzare anche resti di tappeto, cerchi, pneumatici o camere d'aria di bicicletta.

Ⓜ Percorso di rimbalzi con diversi gradi di difficoltà.

Far rimbalzare / rotolare: Gli A fanno rotolare la palla intorno a un ostacolo e i B la fanno rimbalzare su un foglio

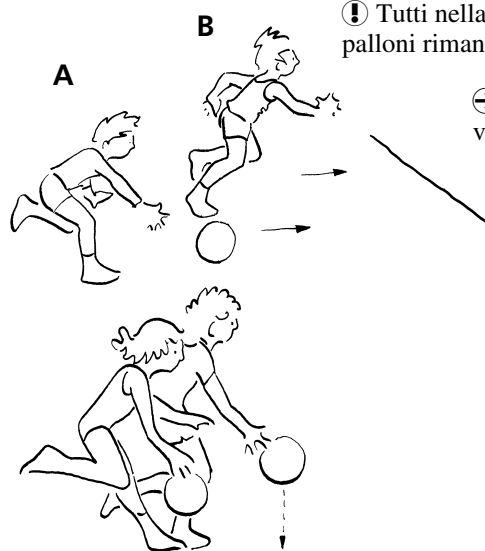
- Far rotolare la palla verso un altro aggirando un ostacolo.
- Far rimbalzare la palla verso il compagno.



⇒ Far rotolare la palla con i piedi: v. fasc. 572, p. 19 5/2, p. 19

Rimbalzare/ rotolare/ reagire: A rotola la palla, B la segue. A lascia la palla a terra e corre verso una linea; B prende la palla e la lancia verso la linea cercando di superare con essa A prima che raggiunga il traguardo.

- Reazione: A palleggia la palla a terra, sul posto o camminando. B cerca di riprendere la palla da A senza interrompere il ritmo del palleggio a terra.
- Il gioco riesce anche se A interrompe all'improvviso il palleggio?
- Far rimbalzare la palla a terra e poi bloccarla fra A e B senza usare le mani o le braccia. Muoversi, ruotare sul proprio asse, sedersi e rialzarsi senza perdere la palla.
- Quanti bambini possono far coppia tramite un pallone; far rimbalzare in coppia
- A palleggia la palla a terra intorno a vari ostacoli, B cerca di seguirlo.
- A palleggia a terra la sua palla e la protegge con il proprio corpo da B. Questi a sua volta cerca di palleggiare la propria palla in modo da colpire con essa quella di A.

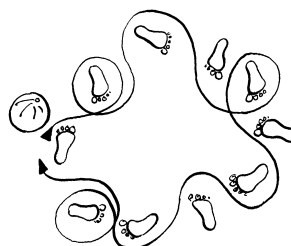


Ⓜ Tutti nella stessa direzione; i palloni rimangono a terra.

⇒ Corsa veloce: v. fasc. 4/3, p. 9 s.

Artisti del palleggio: Stando in piedi i bambini palleggiano la palla al suolo con due mani tutto intorno al proprio corpo.

- Con una mano sola, alternandole.
- Palleggiare a otto attorno alla gambe divaricate.
- Ottovolante: Un gruppetto palleggia 1-2 palle intorno ai propri piedi. Preparano un percorso e si esercitano. La seconda palla deve essere sempre alla stessa distanza dalla prima o superarla.



⇒ Sempre nel senso delle lancette dell'orologio e in quello opposto.

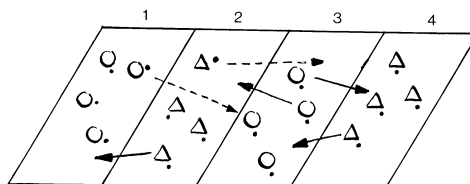
I gemelli: Un bambino palleggia la palla a terra, imitato dal suo «gemello»: rimbalzi molto bassi, rimbalzi con ambedue le palle, che poi passano all'altro. Se A passa la palla a B, questi gli dà la sua ecc. Dopo un po' si cambia ruolo.

- A percorre palleggiando un itinerario e poi torna da B. Questi ripercorre lo stesso tracciato.
- A coppie, tenendosi per mani, camminare palleggiando ognuno con una palla. Cambiare lato.
- A coppie, tenendosi per mano, con una palla sola: guidare il compagno in modo tale che possa palleggiare la palla a occhi chiusi.
- A coppie, tenendosi per mano, con una palla sola. I «gemelli» camminano passandosi la palla con la mano libera (lancio o palleggio a terra).



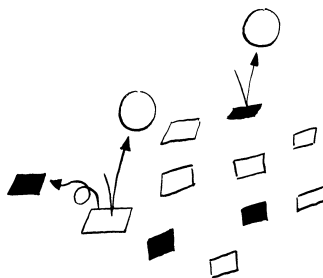
Inseguire palleggiando: Tutti i bambini sul campo 1 palleggiano una palla a terra cercando di toccare gli altri con la mano libera. Chi tocca qualcuno può passare nel campo 2 e così via fino al campo 4. Chi viene toccato nei campi 2, 3 o 4 deve retrocedere. Chi riesce ad arrivare al campo 4 e a rimanervi?

- La classe è divisa in gruppi contraddistinti da diversi colori (nastri). Dopo 3 minuti quanti punti ha ciascun gruppo? Campo 4 = 4 punti, campo 3 = 3 ecc.
- Cambio solo dopo aver toccato un'altra palla.



Bianco e nero: Sul pavimento sono distribuiti pannelli di cartone bicolori, da un lato neri, dall'altro bianchi. All'inizio bianchi e neri sono più o meno uguali equivalenti. Le carte toccate palleggiando possono essere rivoltate. La metà della classe gira le bianche, l'altra le nere. Dopo un po' il docente blocca il gioco, e i bambini si fermano sedendosi sul pallone. Quante carte nere e quante bianche ci sono ora a terra?

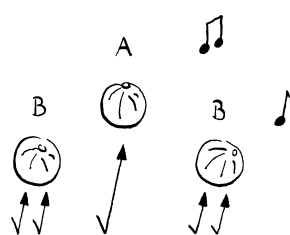
- Le carte del proprio colore possono essere difese palleggiandoci sopra ininterrottamente.



➔ Mirare - Colpire:
v. fasc. 5/3, p. 13

Concerto di rimbalzi: Il docente (o un bambino) dà la metrica da seguire, che gli altri riprendono.

- Il gruppo A cerca di avere la palla nel punto più alto, quando quelle di B stanno toccando terra.
- B palleggia a velocità doppia rispetto ad A.
- Cerchio frontale: Dopo quattro rimbalzi sincronizzati prendere la palla del bambino alla propria destra.
- Sequenza di rimbalzi in piccoli gruppi: palleggiare 8 volte sul posto con rotazione completa, 4 volte a sinistra, 4 volte a destra, 4 volte lentamente, 8 volte a velocità doppia ecc.

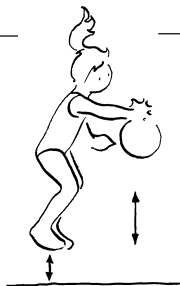


🎵 Apprendimento in movimento della matematica; ad es. ripassare le tabelline del 2, del 3 e del 4 accompagnandole con un ritmo di movimento.

➔ Dapprima introdurre varianti, poi far combinare i ragazzi stessi.

Balletto con i palloni: I bambini palleggiano la palla a terra e saltellano allo stesso ritmo.

- Riusciamo a fare lo stesso con un movimento laterale (ad es. corsa laterale) o in avanti (ad es. saltelli in avanti)?
- In due, palleggiare a ritmo e scambiarsi la palla.
- Un gruppetto studia un «Balletto con palloni».
- Provare una breve sequenza con percussioni.



➔ Musica, ad es. GUEM + ZAKA: «La forêt vierge»

🎵 Mostrare una sequenza di movimento con la palla e l'accompagnamento ritmico.

2.3 I giocolieri

Riuscire a lanciare e a riprendere il pallone sono elementi importanti per acquisire le capacità basilari nei giochi con la palla. All'inizio i bambini dovrebbero provare da soli gli elementi che serviranno per giocare con gli altri.

Sopra e sotto lasciami andare ... vedrai come so rimbalzare!

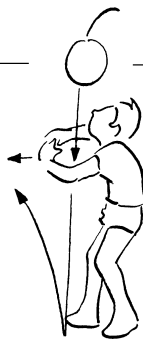
Rapidità di reazione: Tenere la palla fra le ginocchia, con una mano davanti e l'altra dietro. Camminare e a ogni passo cambiare la posizione delle mani. Più facile se si fanno passi regolari e ammortizzati.

- Tenere la palla con due mani dietro le ginocchia, farla cadere a terra e riprenderla a due mani sul davanti.
- Giocare la palla contro una parete attraverso le ginocchia partendo da dietro, (ruotare i polsi) e riprenderla quando rimbalza a terra davanti.
- Ruotare il corpo al massimo a sinistra, lanciare la palla in aria con una/due mani, ruotare velocemente a destra e riprendere la palla.



Palleggiare a terra: I bambini lanciano la palla a terra con forza con le due mani. Formano poi un «cestro» con le braccia (cerchio), attraverso il quale dovrebbe rimbalzare la palla.

- Lanciare la palla a terra con un vigoroso «Hoop» (espirare), per far sì che rimbalzi il più in alto possibile. Magari riesce ad arrivare fino al soffitto?
- Lanciare la palla in aria stando seduti, distesi ecc. I bambini sono abbastanza veloci per riuscire a prenderla alzandosi in piedi?



⊗ Attenzione a non far rimbalzare la palla direttamente sul naso!

➔ Reagire/Partenza: v. fasc. 4/3, p. 9 s.

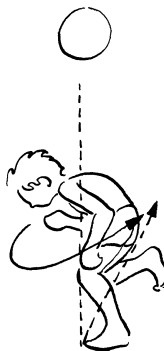
Palle in volo: A lancia la palla dando a B abbastanza tempo per osservare attentamente la parabola.

- Nel punto più alto della parabola B batte le mani, salta in alto ... i bambini inventano altri compiti.
- Riconoscere l'effetto della palla mentre è in aria; non ha rotazione, ruota in avanti, all'indietro ecc.
- A lancia 10 volte la palla al di sopra di un ostacolo o semplicemente in aria. B cerca di posizionare un cerchio in modo che la palla vi cada dentro.



Lanciare la palla in alto: I bambini lanciano la palla in aria e la prendono dopo un unico rimbalzo a terra. Mentre la palla è in aria svolgere dei compiti:

- Passarci sotto. Chi riesce a passare più volte sotto la traiettoria della palla?
- Toccare terra x volte, poi raccogliere la palla.
- Lanciare la palla in aria, poi riprenderla a occhi chiusi, seduti, dietro la schiena ecc.
- Lanciare la palla in alto. Toccarsi la fronte con la destra e con la sinistra il gomito destro; prendere la palla prima che cada a terra.
- Esercitare una «sequenza accessoria di movimenti» fino a quando la si conosca alla perfezione. Mostrarla ad un altro bambino. Può ripeterla? Provare ora invertendo i ruoli.



➔ Usare palloni leggeri (ad es. palloncini da mare gonfiabili o simili): v. fasc. 5/3, p. 36 s.

ⓧ Lanciare una palla 10 volte al di sopra di un ostacolo e raccoglierla dall'altro lato.

2.4 Colpire bersagli

Una idea per un gioco avvincente, che tutti conoscono viene ripresa e applicata sotto forma di giochi di lancio e di tiro a bersaglio: cercare e trovare un tesoro o scoprire carte del memory.

Le linee del campo di gioco vengono disegnate dagli stessi bambini con colori, gessetti, cordicelle o nastro adesivo. I bambini concordano non solo le linee di tiro, ma possono anche decidere o modificare le regole per una stazione.

Queste forme di gioco sono indicate come compiti accessori sui quali i bambini lavorano in modo autonomo (attività per metà classe). In un percorso a stazioni i giochi possono essere eseguiti anche parallelamente.

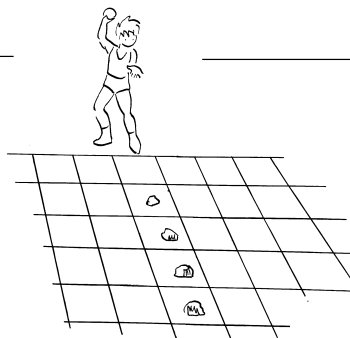
🌀 Recuperando la propria palla i bambini prestano la massima attenzione agli altri; anche questa è correttezza! Per motivi di sicurezza si possono però anche usare solo palloni morbidi in gommapiuma.

Chi colpisce il bersaglio viene premiato!

🌀 Pausa attiva:
v. fasc. 7/3, p. 8

Attraversare uno stagno: Due bambini si fronteggiano ai lati opposti di un campo di gioco. Alternativamente lanciano un pallone. Il riquadro colpito viene contrassegnato con una pietra. Quanti lanci occorrono alla coppia per poter attraversare lo stagno senza «bagnarsi i piedi» (si possono mettere i piedi solo sui riquadri con le pietre)?

- Un'altra coppia gioca contemporaneamente dagli altri due lati dello stagno. Chi attraversa per primo?
- Le pietre dell'altro gruppo possono essere «affondate» e sostituite con le proprie.



🌀 I bambini disegnano il campo di gioco con il gessetto.

➔ Per distinguere meglio anziché le pietre si possono usare nastri di diverso colore.

Memory: Le carte (coppie di animali) sono distribuite coperte sui diversi riquadri di una scacchiera (v. «Attraversare uno stagno»). I riquadri (carte) colpiti lanciando la palla diventano proprietà di chi ha lanciato.

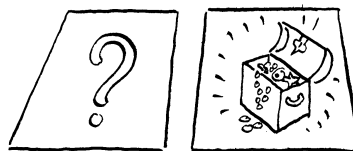
- Le carte colpite vengono voltate. Quando si trova una coppia si possono prendere le carte.
- Disporre carte da briscola o da poker. Ogni bambino riceve un asso. Se si colpisce la carta successiva (il due) la si può prendere. Chi arriva per primo al re (dieci) o al Kappa?



🌀 Disegno: creare le carte da gioco, indicando gli animali. Lingua: favole e quanto impariamo dagli animali!

➔ Il gioco è possibile anche senza scacchiera (riquadri).

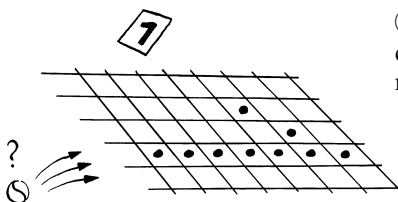
L'isola del tesoro: Su un campo da gioco («isola del tesoro») sono disposte le carte coperte; una carta con il tesoro, altre con domande, altre ancora vuote. La carta colpita può essere voltata. Chi trova il tesoro? Chi lo trova, al turno successivo può fare da conduttore del gioco, ovvero legge agli altri le domande sorteggiate.



🌀 Storia: l'era delle grandi esplorazioni. Lingua: formulare questioni su contenuti e temi propri di tutte le materie

La figura: Quanti lanci deve fare un gruppo per indovinare una determinata figura (lettera, numero ...). Distinguere i riquadri colpiti con un nastro o simili.

- Si possono anche disegnare i riquadri da colpire su una parete, come bersagli.
- Se si colpisce un bersaglio (anelli, tappetino, cerchi ecc.) si può occupare un riquadro.



🌀 Lingua: semplici simboli come i pittogrammi, le lettere digitali, le cifre ...

2.5 Ripetizione come allenamento

Le forme di gioco basate sulla ripetizione (dieci volte - una decina appunto) consentono un apprendimento personalizzato. In questa sede rinunciamo a riportare tante idee per mostrare un procedimento metodico didattico che consente ai bambini di agire in modo autonomo.

Consigli, domande e procedimenti per giocare al meglio:

- Che cosa rende il gioco interessante? Come giochiamo insieme?
- Partecipanti: Numero; chi con chi? chi contro chi?
- Campo di gioco: Lunghezza, larghezza, forma, ev. porte o bersagli?
- Materiale: Numero/Tipo di palloni. Altro materiale ausiliario?
- Regole: Che cosa dobbiamo concordare per far sì che il gioco funzioni, per dare a tutti le stesse opportunità, per evitare nei limiti del possibile situazioni poco chiare?
- Non giocare subito a punti. Un'idea deve prima «attecchire» ed essere sperimentata nella pratica!

La decina da soli: Ogni bambino sceglie una palla e la lancia contro il muro in modo da poterla riprendere (ev. dopo un solo rimbalzo a terra).

- Eseguire movimenti o «prove di abilità»: battere le mani, toccare terra con le mani, ruotare sul proprio asse, saltare al di sopra del pallone che rimbalza a terra ...
- Metà classe guarda le forme eseguite dall'altra metà e poi ne copia alcune.
- Scegliere una forma e provarla fino a quando si riesce a controllare la palla sempre.

La decina a coppie: Due bambini si insegnano a vicenda le forme illustrate di sopra.

- Eseguirle uno accanto all'altro in sincronia.
- Inventare e provare insieme nuove forme.
- Provare un numero di abilità; ev. scambiandosi la palla, cantando una canzoncina o recitando una piccola poesia ...

La decina a quattro: Dapprima ogni coppia illustra le proprie forme all'altra. Come si devono adattare o variare le forme per poterle giocare in quattro?

- Tutti insieme, uno accanto all'altro, allo stesso ritmo.
- 1 e 3 passano; 2 e 4 ricevono?
- Cambiando posizione ...

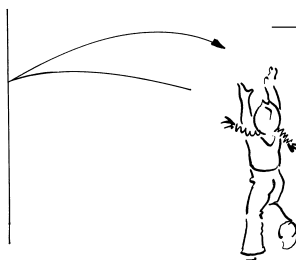
Decina a coppie senza parete: Lanciarsi la palla direttamente, in modi diversi.

- Cercate una forma di gioco con una palla. Quanto deve essere grande il campo, la distanza, le regole?
- Ora potete usare altro materiale come tappetini, panchine, cassoni, paletti, cerchi ...
- Non dimenticate: quando parlate di nuove idee dovrete provarle e non stare a discutere se qualcosa funzionerà o no.

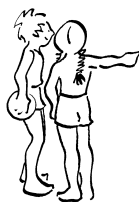
Chi si allena sempre finisce per diventare prima o poi un virtuoso del pallone.

➔ Imparare ed insegnare a giocare: v. fasc. 5/1, p. 9 ss.

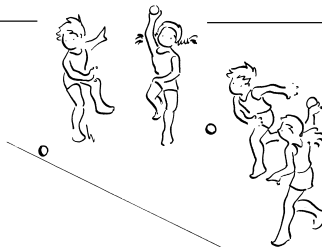
➔ Il docente aiuta ad avviare il gioco. I criteri riportati a lato devono essere chiariti al momento opportuno, vale a dire quando la situazione di gioco lo richieda.



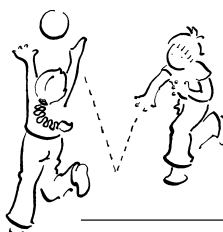
⚠ Badare alla distanza dalla parete e all'altezza del lancio!



👤 I bambini imparano ed insegnano insieme e contemporaneamente (aiuto reciproco).



🎯 Disegno: Come vi immaginate uno «spirito di squadra»?



➔ Passaggio ad altre idee e forme di gioco, come ad esempio palla sopra la corda ecc.

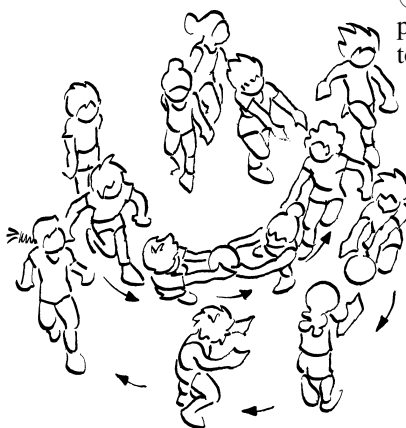
2.6 Giocare insieme agli altri

Per molti possedere qualcosa è più importante che dividerla con altri. Le forme di gioco riportate qui di seguito riescono solo se i bambini passano la palla ai compagni. Pertanto si devono sempre rammentare i vantaggi della cooperazione durante il gioco e della correttezza come principio ispiratore.

Questi giochi riescono soltanto se giochiamo tutti insieme.

A destra e a sinistra: I bambini sono suddivisi ugualmente in due cerchi concentrici e in ciascuno di essi si passano l'un l'altro una palla: in quello esterno in senso orario, all'interno al contrario, in modo che tornino insieme al punto di partenza.

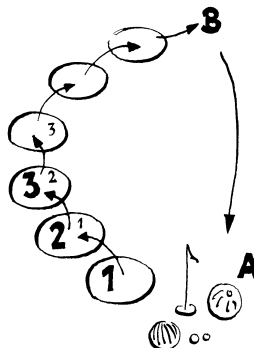
- I bambini passano la palla al compagno successivo espirando rumorosamente («fffff»); fuori e dentro con lo stesso ritmo. La «Locomotiva a vapore» riesce ad accelerare senza che si commettano errori?
- Ad un segnale del «macchinista» (bambino o docente), si cambia direzione, poi si fa una frenata di emergenza che blocca immediatamente il treno ...
- L'«espresso» all'interno riesce a raggiungere il «locale», e viceversa?
- Si cambia! Dopo aver passato la palla il bambino cambia di cerchio e continua il gioco.
- Più difficile: passare la palla palleggiandola a terra.



● Tutte le forme sono possibili anche all'aperto.

Trasporto della palla: Le palle devono essere portate dal punto A al punto B. In una stazione A (cerchio) si trova un bambino con le palle. Il bambino 1 corre fino a 2, 2 fino a 3 e così via, sempre portando una palla, fin quando tutte sono arrivate alla stazione B.

- Ci sono più stazioni che bambini per ogni gruppo.
- Come possono coordinarsi meglio fra loro i bambini, ev. cambiare di posto, soprattutto quando si prevedono ostacoli (ad es. tunnel).
- Differenziare. Tappe di diversa lunghezza.
- A distanza: Passare le palle (lanciare o rotolare).
- Ogni bambino rimane fermo dentro a un cerchio.



⊕ Cinque bambini per ogni treno.

➔ Piccole gare o competizioni: v. fasc.3/3, p. 30 s.

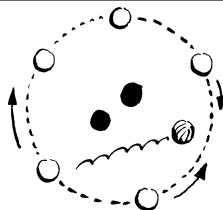
Osservare, passare: Un massimo di 8 bambini formano un cerchio e si passano alcune palle. La forma del passaggio è libera: lancio, a terra, rotolare, con i piedi. Dato che si passano diverse palle, i bambini devono osservare attentamente a chi e come possono passare (traiettoria libera). Le palle non devono scontrarsi!

- Difficile: passare mentre si cammina in libertà.
- La metà del gruppo si sposta senza palla, gli altri rimangono sul posto, ciascuno con una palla. Chi passando davanti al compagno ne riceve un passaggio, gli restituisce subito la palla. Attenzione: si deve usare la stessa forma di passaggio.



⚠ All'inizio giocare con solo due palle!

Attraverso il cerchio: Circa 6 bambini si muovono in cerchio/ai margini di un campo di gioco. Due difensori si trovano invece nel cerchio/nel campo. Gli attaccanti spostandosi e lanciando abilmente la palla cercano di passarsela attraverso il campo senza che venga intercettata. Anche con passaggi diretti o passaggi a terra.

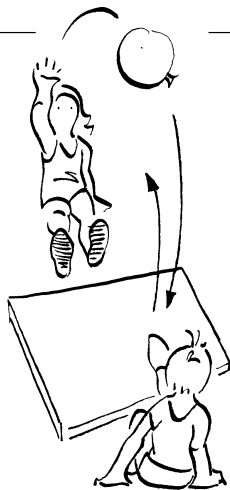


2.7 Giochi con palle e tappetini

Con mezzi semplicissimi i bambini possono giocare intensamente. Bastano piccole modifiche, introdotte dal docente o da un bambino, per dar vita a nuove, entusiasmanti, situazioni di gioco. Pian piano si possono fare piccole gare, anche all'interno dello stesso gruppo.

Gioco con palle e tappetini: A coppie, ognuna con una palla (palla pallone, palla gonfiabile ...) e un tappetino. La palla va giocata attraverso il campo (tappetino, o all'aperto lenzuolo o tovaglia). Le regole vengono decise insieme; ad es. la palla può toccare il campo una sola volta e non può uscirne. La palla può essere lanciata solo in avanti e deve attraversare il campo dal lato lungo ecc.

- Sempre in movimento: I bambini dopo ogni lancio cambiano di posto in senso orario, dal lato lungo a quello corto, di nuovo al lungo ecc.
- La palla può essere colpita al volo, ma non fermata.
- In ginocchio, distesi a terra, seduti ...
- Non si gioca con le mani, ma con la testa, gli avambracci, le ginocchia, i piedi ...
- Il tappetino non è più il campo di gioco, ma un ostacolo che bisogna aggirare. Si deve delimitare un nuovo campo di gioco, usando corde, nastri, le linee della palestra, spaghi, paletti, coni ecc.
- Si sostituisce il tappetino con panche, elementi di cassone, corde tese ... Ne risultano giochi simili al tennis.



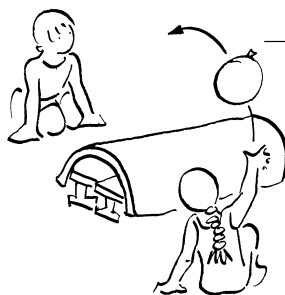
➔ Costruire da soli un pallapallone e giocarci: v. fasc. 5/3, p. 36

● Delimitare il campo con segatura (prato) o gessetti (fodno duro)

➔ Giochi con i taglieri: v. fasc. 3/3, p. 6

Il tavolo: La superficie di gioco (tappetino) viene sollevata. I bambini scelgono una struttura sottostante, ad es. due panche. In tal modo possono giocare due coppie contemporaneamente. Con elementi di cassone l'ostacolo è ancora più alto, e si possono fare dei giochi simili al tennis o alla pallavolo.

- Invece di giochi con lanci e colpi al volo si provano ora anche passaggi attraverso la galleria.

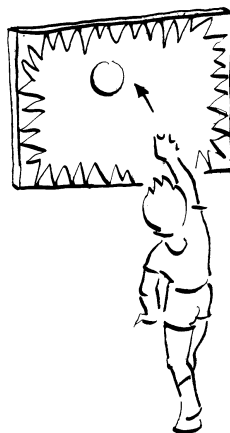


➔ Assumere diverse posizioni per giocare; seduti, in ginocchio, in piedi ...

➔ Per i giochi con le gallerie sono indicate ad es. le palle da unihockey.

Nelle fauci della tigre: I tappetini vengono appoggiati ad una parete, e su di essi i bambini disegnano con i gessetti le fauci di una tigre, con i denti in evidenza. Chi riesce a lanciare la palla nelle fauci della tigre senza toccare i denti?

- Quanti lanci si riesce a fare prima che un compagno abbia assolto un percorso di corsa?
- Quale coppia colpisce più volte la bocca della tigre alternandosi al lancio?
- Chi colpisce il bersaglio lanciando con la mano usata meno di frequente?
- Tirare al bersaglio con i piedi o con mezzi ausiliari (bastoni da unihockey, racchette da tennis ecc.).
- Lanciare la palla con un racchettone, una racchetta da tennis o un tagliere, sempre cercando di colpire le fauci della tigre.



➔ Tagliere: v. fasc. 5/3, p. 6; Minitennis: v. fasc. 5/3, p. 7; costruirsi da soli racchettoni/giocarci v. fasc. 5/3, p. 38 s.

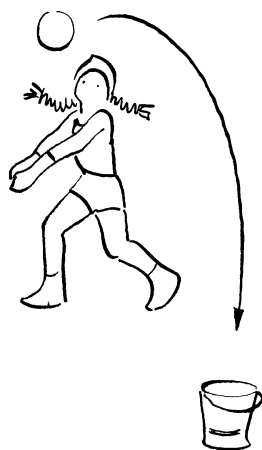
2.8 Giochi collegati alla pallavolo

Giocando al di sopra di una panchina si acquisiscono le capacità fondamentali del gioco aereo (pallavolo). La posizione bassa del corpo e il modo di prendere la palla introducono abilità specifiche della pallavolo (bagher). Il gioco riesce meglio se si usano palloni «rallentati» (palloncini).

Giochiamo la «palla al volo», ovvero senza farla cadere a terra.

La palla non tocca terra: Due bambini si lanciano la palla in diversi modi, ma sempre usando due mani. Prendere la palla dopo una rotazione, al di sopra della testa, fra le gambe ... (Idee dei bambini).

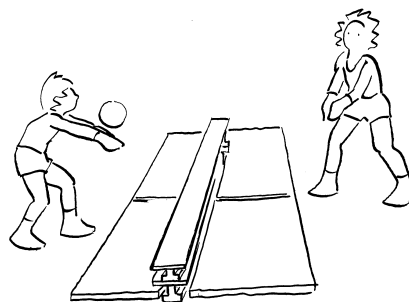
- Lanciare la palla in un bersaglio (secchio, cerchio, scatola) facendole descrivere un ampio arco.
- Chi riceve il passaggio si pone al di fuori di un'area da lui stesso scelta, fino a quando il compagno non lancia la palla. Quando questa è in aria, corre nella zona prevista per prenderla prima che cada a terra.
- Più bambini in ricezione, ciascuno contraddistinto da un numero. Prima del lancio chi tira grida un numero; il bambini corrispondente cerca di prendere la palla prima che cada a terra.
- Tutti i bambini in ricezione si trovano sul campo. Devono sedersi, sdraiarsi sulla schiena ... Reagiscono a partire da questa posizione non appena la palla viene giocata dagli avversari.
- Palla sopra la corda 1:1.



⚠ Sulle piante dei piedi, con le ginocchia flesse, si può reagire più rapidamente! È vero? Provare anche il contrario!

Pallavolo con le panchine: Lungo una linea (centrale) si dispongono delle panchine (o si tende una cordicella). Da entrambi i lati si dispone una fila di tappetini. Lo scopo del gioco è di lanciare la palla oltre l'ostacolo in modo da farla cadere a terra nel campo opposto. L'avversario cerca di impedirlo raccogliendo la palla prima che tocchi terra. Valgono le due regole seguenti: *Regola 1:* se la palla cade sul tappetino, si considera errore per chi ha lanciato. *Regola 2:* giocare la palla dal punto dove è stata ripresa. Prendere la palla solo con due mani, al di sotto delle spalle e se possibile a braccia tese.

- Con palloncini gonfiabili è possibile anche un passaggio diretto a braccia tese.
- Gioco 2:2 e 3:3.

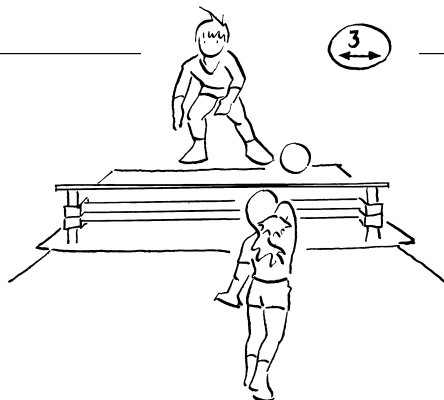


➔ Se gli ostacoli diventano più alti, si può giocare anche senza tappetino.

⚠ Un bambino per ogni campo controlla che si rispettino le regole.

1:1 con cambio di giocatore: Squadre di tre bambini, che ne mettono in campo uno per volta. Si cambia dopo tre errori o dopo che un bambino ha già giocato contro due avversari.

- Dopo che la palla ha passato la rete per tre volte si cambia, senza interrompere il gioco.
- 2:2; cambiare senza fermare il gioco. I giocatori stabiliscono però un rituale fisso per i cambi; ad esempio si toccano a vicenda.
- Dopo ogni lancio in campo avversario i giocatori di una squadra devono toccarsi, o toccare una linea.



➔ Accordarsi e stabilire le regole tutti insieme.

3 Giochi con i piedi e i bastoni

3.1 Sviluppare il tocco di palla con il piede

I pinguini non hanno braccia, e quindi devono spostare le loro «uova» (palloni) da un posto all'altro con la massima attenzione, utilizzando le pinne. Con questa «immagine figurata» i bambini imparano a controllare la palla con finezza. Giocare con essa non significa solo calciarla o combattere con essa.

Immagina di spostare la tua palla come fa un pinguino con le sue uova.

Tastare i palloni: Tastare con i piedi diversi palloni sparsi sul pavimento (uova). Rivoltarli con cautela; hanno buchi, cuciture, un «naso» (la valvola), sono grandi o piccole, dure o morbide?

- Prendere un pallone fra i piedi e muoversi in avanti, indietro, lateralmente.
- Tenere i palloni in equilibrio sul collo del piede. Chi riesce a stare in equilibrio sui talloni, o addirittura a camminare in avanti o indietro? Provate con palloni di diverse dimensioni.
- Bloccare dolcemente con la pianta del piede dei palloni che stanno rotolando lontano.

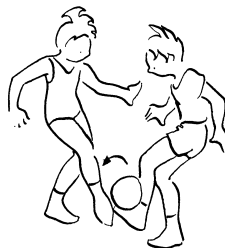


🕒 Dove vivono i pinguini?

➡️ Giocare a piedi nudi amplifica le sensazioni.

Cedere la palla: Il pinguino A vorrebbe muoversi un po' e lascia il suo uovo ad un altro. In quanti modi i pinguini (bambini) possono passarsi la palla?

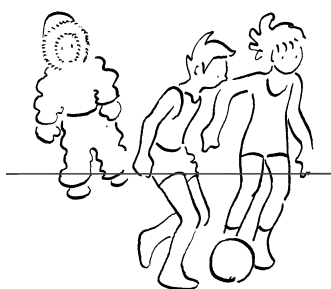
- Come posso prendere il pallone dolcemente? Cerca di bloccarli «silenziosamente».
- A fa rotolare una palla verso B, che la prende direttamente sul collo del piede.



🚫 Andate verso il pallone e accompagnatelo a lungo.

Passare la palla ad altri: Arriva un ricercatore polare (docente, bambino), bisogna fuggire! I bambini fuggono a coppie, uno accanto all'altro, passandosi un uovo nel tentativo di metterlo in salvo. Lo sospingono in avanti dolcemente. Il ricercatore si muove dovunque. I pinguini lo osservano e lo evitano con destrezza.

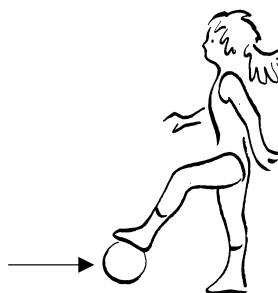
- «Lastroni di ghiaccio» (tappetini) formano degli ostacoli da aggirare con la palla.
- Senza minaccia/assillo del tempo: Si riesce a passare la palla al compagno lungo una linea?
- Si può rinviare la palla al compagno di prima, dolcemente, senza che si senta il rumore?
- Con quale parte del piede si riesce meglio, con il collo, il tallone, la pianta?



🚫 Per non far sbattere le «uova» fra di loro, tutti i pinguini fuggono nella stessa direzione, lontano dal ricercatore.

Bloccare il pallone: Alcune linee delimitano il campo di gioco. 3-4 coppie per ogni campo, ciascuna con un pallone. Il bambino A gioca la palla verso la linea; B lo rincorre e lo blocca prima che esca dal campo.

- Quali tecniche conoscono i bambini per fermare la palla? Quali sono le più adatte?
- Si riesce a bloccare la palla su una linea come se fosse incollata al piede?
- A tocca la palla con la pianta del piede. Saltellando sull'altra gamba cerca di far rotolare la palla lungo una linea trascinandola con la pianta del piede. Alternativamente di destro e di sinistro.



3.2 Giochi con la palla con i piedi

Piccoli ostacoli aiutano a suddividere un ampio campo di gioco. Passando con attenzione fra questi ostacoli con la palla al piede, i bambini acquisiscono un migliore controllo. Chi riesce a controllare meglio la palla in movimento, riesce anche a giocarci più a lungo.

I tuoi piedi sono abili come le tue mani?

Gli gnomi: Scatole (di scarpe), coni segnaletici o clavette sono disposti sul campo di gioco come ostacoli (gnomi). I bambini corrono con la palla al piede e devono evitare di toccare gli gnomi.

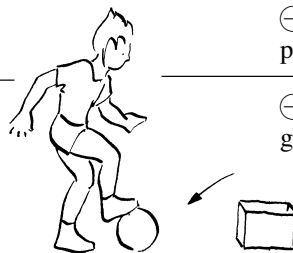
- Giocare la palla a destra di uno gnomo, passare sulla sua sinistra senza toccarlo (invertire i lati).
- «Ballagli intorno»: Saltelli, ad es. su una gamba sola. Con la pianta dell'altro piede far passare la palla intorno allo gnomo. Gli giri intorno con la palla fino a quando non ti gira quasi la testa, poi cambi piede.
- Bocce con i piedi: Giocare la palla vicino ad uno gnomo, senza però toccarlo con essa.



☞ Gnomi: significato, favole, simbologia, gnomi da giardino...

Il vicolo: La metà dei bambini tiene ferma la palla con la pianta del piede a un metro circa da uno «gnomo». Gli altri conducono la palla attraverso i «vicoli» che si formano in tal modo. Si cambia quando la palla tocca accidentalmente uno gnomo.

- Cambio volontario dopo un po' di tempo.

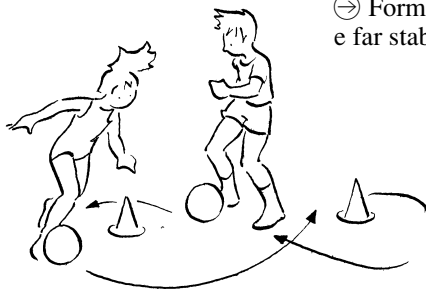


☞ Indicato anche come stazione per un gioco di gruppo.

☞ Correttezza: da noi possono giocare tutti?

Corsa a otto: Due bambini si inseguono portando palla attorno a due «gnomi». Chi viene toccato da dietro o tocca uno gnomo perde e alla fine si cerca un altro compagno.

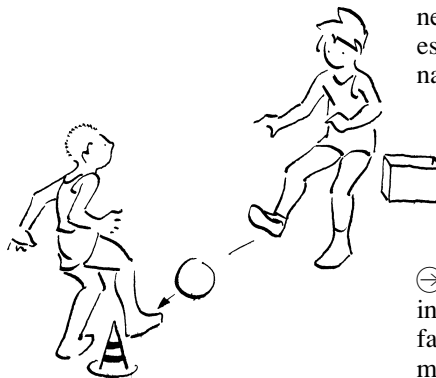
- In un lavoro di gruppo i bambini costruiscono un percorso da slalom con «giganti» (paletti) e «gnomi». I giganti non cadono facilmente (si può rischiare di più). Gli gnomi vanno a terra rapidamente (fare maggiore attenzione)!
- Giocare attraverso gli elementi del quadro svedese; all'aperto attraverso due paletti incrociati, oppure ...
- Provare i percorsi da slalom fatti dagli altri.



☞ Formare gruppi di prestazione e far stabilire le regole.

Difendere – giocare insieme: 1:1 con un pallone; ogni bambino difende una clavetta. Dopo tre centri chi vince si cerca un altro compagno.

- 2:2: Due clavette formano una porta: Giocando con intelligenza gli attaccanti cercano di segnare un punto facendo passare la palla fra le clavette. Se queste cadono il punto non viene assegnato.
- 2:2: Chi fa cadere una clavetta viene punito con un punto di penalità.
- 2:2 in un campo con molti «gnomi»: Le coppie cercano di colpire gli gnomi; solo chi attacca può segnare punti. Gli gnomi si distinguono in «nanetti» e «coboldi». I «nanetti» colpiti danno un punto, i «coboldi» un punto di penalità.



⚠ Tutti i campi da gioco nella stessa direzione, ad es. in palestra longitudinali.

☞ Stabilire le regole, e in un secondo momento farle decidere autonomamente.

Diversi bersagli: Diverse installazioni e bersagli richiedono e promuovono una certa precisione nel tiro.

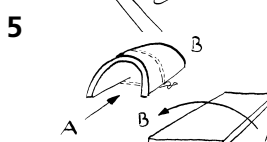
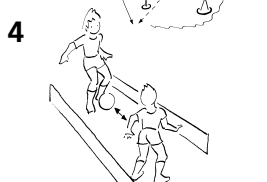
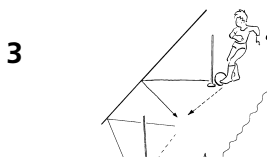
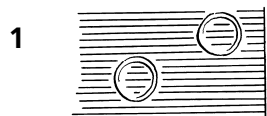
1 Alla parete sono sospesi a diverse altezze alcuni cerchi. Chi fa 10 centri può cambiare stazione.

2 Fare cadere la palla a terra e colpirla di piede dopo un solo rimbalzo, come un portiere, inviandola in un cassone. Dopo 5 centri si cambia. Aumentare la distanza dal bersaglio.

3 Doppio passaggio: A una distanza di 2 m dalla parete e a circa 3 m uno dall'altro sono disposti paletti o clavette (= avversari). Correre parallelamente alla parete e giunti davanti all'avversario lanciare la palla contro la parete in modo da poterla riprendere senza fermarsi. Tornare indietro all'esterno e ricominciare da capo. Cambio dopo tre giri.

4 Passaggio nel vicolo: A coppie, i bambini si passano la palla nella zona fra due linee (panchine), evitando di toccare le linee stesse. Quante volte ci riescono? Cambio dopo 20 passaggi.

5 Percorso con i tappetini: Alcuni tappetini sono incurvati, altri disposti piatti. Passaggi a due: al di sopra dei tappetini, sotto di essi, a destra o a sinistra. Cambio dopo 5 minuti.



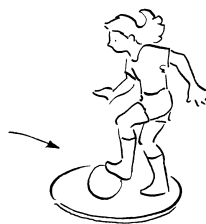
⇒ Stabilire l'ordine o far scegliere liberamente ai bambini dove iniziare. Stabilire insieme le regole e l'attribuzione dei punti.

⚠ Offrire diverse possibilità per ciascuna stazione, per garantire uno svolgimento senza intoppi dell'esercizio.

⇒ Legare due cordicelle intorno al tappetino per incurvarlo.

Stappare la palla: Per la palestra sono distribuiti diversi cerchi. Un bambino passa la palla alla compagna facendo in modo che possa bloccarla con la pianta del piede dentro il cerchio. Cambio e passaggi su un altro cerchio.

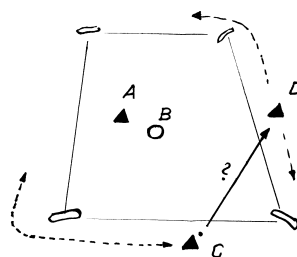
- Passare la palla su distanze maggiori.
- Stappare la palla lanciata da un altro è più difficile.
- Quanti tentativi sono necessari per stoppare correttamente 15 passaggi?
- Quali passaggi sono più precisi, quelli di interno o di esterno del piede?
- 2:2 con 3-4 cerchi: punto quando si riesce a stoppare la palla dentro un cerchio.
- Giocare la palla verso un cerchio, aggirare un paletto e correre a stoppare la palla nel cerchio.



⇒ Accennare alla correttezza.

Smarcarsi: Il campo di gioco ha gli angoli delimitati, ad es. con dei nastri. In campo si trovano un prigioniero A e una guardia B, al di fuori di esso di muovono liberamente due bambini, C e D. Si gioca con una palla. Se C e D riescono a passare la palla ad A senza che B la intercetti, A è libero e B ne prende il posto. C e D possono anche passarsi la palla fra di loro.

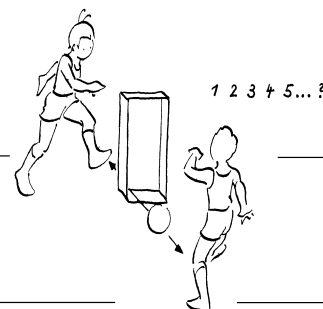
• In campo c'è solo una guardia, mentre tre si trovano fuori, e si passano la palla. Passaggi su un angolo = un punto, su due = due punti. Dopo dieci punti si cambia la guardia. Variante: la guardia (portiere) può usare anche le mani.



⇒ Delimitare il campo di gioco con paletti o cassoni.

⚠ Forma impegnativa!

Il nostro test per il calcio: Predisporre insieme ai bambini fogli di valutazione relativi a condotta di palla, stop e tiro di precisione.



Ⓜ I bambini realizzano nella lezione di lingua i fogli per le prove e i criteri di valutazione.

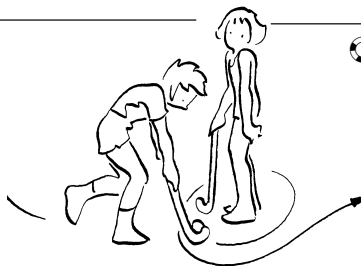
3.3 Giochi collegati all'hockey

L'unihockey può essere giocato sia all'aperto che in palestra senza che sia necessario troppo materiale. L'importante è che ogni bambino possa disporre di un bastone e di una pallina. I bambini sviluppano la sensibilità per la condotta della pallina con il bastone nell'ambito di situazioni di gioco.

Riesci a sentire bene un «prolungamento» del braccio?

Condotta di palla con il bastone: I bambini portano il bastone (senza pallina) con la pala sempre a terra, aggirando gli altri, camminando anche all'indietro o lateralmente.

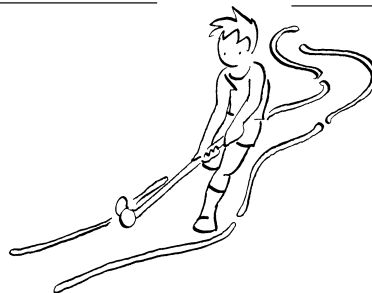
- La metà dei bambini fanno passare la pallina intorno agli altri, senza però toccarli.
- A coppie: Cercare di far passare la palla fra le gambe del compagno in movimento. Dopo 5 tentativi riusciti si cambia.
- Cercate di colpire le scarpe del compagno. Elaborare altre regole di gioco.



🏑 Fare attenzione agli altri.

Percorso con le corde: Suddivisi in gruppi i bambini formano un circuito delimitato con corde (corsia stretta = difficile, larga = facile).

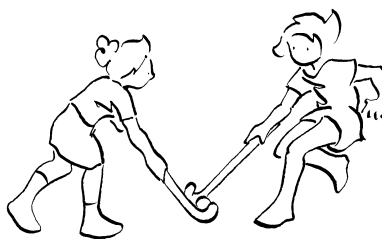
- I mancini provano a giocare anche con la destra, di dritto e di rovescio, portando la pallina indietro con la pala.
- Inserire nel percorso panchine, cassoni ...
- Provare i percorsi degli altri gruppi.
- Minigolf: Ogni gruppo si occupa di una buca (ad es. lanciare la palla contro delle clavette, su un giornale).



➡ Esercitarsi uno dopo l'altro; ricominciare sempre da capo.

Rubapalla: Una metà dei bambini portano la palla con il bastone, gli altri cercano di portargliela via senza contatto fisico e senza colpi con il bastone. Chi prende una pallina cerca di portarla e difenderla il più a lungo possibile.

- Chi è senza pallina può anche appoggiare il bastone a terra per bloccare la strada a chi avanza con la pallina; se questi riesce a sollevarla al di sopra del bastone ne mantiene il possesso, altrimenti si cambia.
- Gli attaccanti si distendono davanti a chi porta palla; chi riesce a far passare la palla sopra l'avversario?



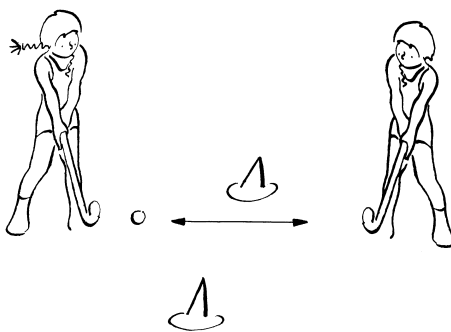
➡ Ev. su una parte del campo i bambini e sull'altra le bambine.

🏑 Sono vietati colpi con il bastone; accompagnare la palla lontano, non lanciaarla.

❗ Come faccio per mettere la pala sotto la palla?

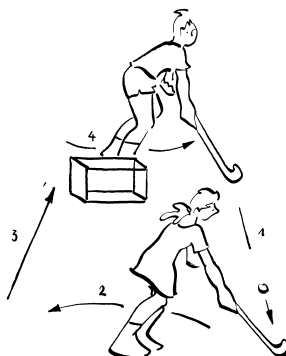
Segnare delle reti: Usando dei paletti o dei coni, i ragazzi preparano delle porte di diversa larghezza. A coppie, dribblano e si passano la palla una volta attraverso ogni porta.

- A porta la palla e B cerca di evitare le reti. Cambio quando il tiro è fuori dello specchio della porta.
- Palla castello: Un fossato con quattro porte di ingresso alla «cittadina» medievale (usare le linee della palestra o dei nastri). Essa è sotto assedio e sotto il fuoco nemico da tutte le parti. Si gioca con più palle, che devono essere mandate all'interno dagli attaccanti. L'assedio dura due minuti. Quanti colpi devono accusare i difensori, che si muovono liberamente dentro le mura? Gli assediati dopo due minuti annunciano i colpi messi a segno. Cambio di ruolo.



Dritto – rovescio: A coppie, uno di fronte all'altro. Serie di passaggi intorno ad un elemento di cassone: ricezione di rovescio, passaggio di ritorno con il dritto. Consiglio: muovere sempre anche i piedi, per avere una migliore posizione rispetto alla palla.

- Gioco diretto, ovvero lanciare la palla lentamente, correre nella posizione e passare.
- Serie di passaggi in senso opposto: ricezione di dritto e passaggio di rovescio.
- In seguito inserire un elemento di cassone come porta; ad es. ricezione di rovescio, passaggio diagonale attraverso il cassone ...
- Per gli avanzati: Tiro alto di rovescio al di sopra dell'elemento, stop, passaggio attraverso l'elemento.

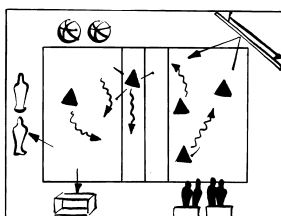


⚠ Tenere a terra la pala del bastone!

➡ Consentire sequenze personali!

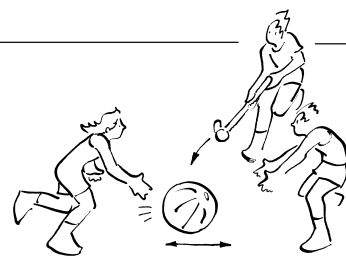
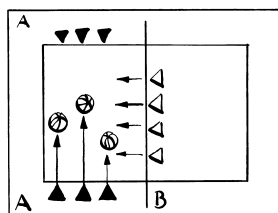
Esercizi di tiro: Ci si può muovere liberamente dribblando sul campo da pallavolo. Dalle linee del campo si può tirare a determinati bersagli (clavette, elementi di cassone, clavette su elementi, cerchi sulle spalliere, barattoli, giornali accartocciati ..., sistemati davanti alle pareti). Si possono usare soltanto palle ferme a terra.

- A coppie: sfidare il compagno a colpire un certo bersaglio. Chi ci riesce sceglie il bersaglio successivo.



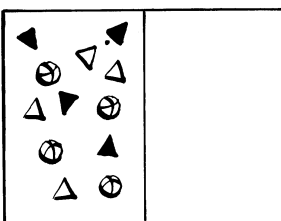
➡ I più bravi mostrano agli altri diverse tecniche di tiro.

Palloni medicinali in movimento: Si gioca su metà palestra; i giocatori della squadra A sono disposti a coppie lungo le pareti e fanno rotolare dei palloni medicinali da un lato all'altro. I giocatori della squadra B sono sulla linea centrale e cercano di colpire i palloni in movimento. (Quando il gioco si interrompe recuperare le palle). Quanti passaggi sono necessari per ottenere 20 centri?



Hockey con i palloni medicinali: Su metà palestra, due squadre di 3-4 bambini e 1-2 squadre di riserva. Reti. 3-6 palloni medicinali sparsi per il campo. Chi li colpisce segna un punto; dopo la rete si continua senza mettere la palla al centro, non si possono segnare due punti consecutivi sullo stesso pallone. Chi vince viene sostituito dalla squadra di riserva, chi non gioca conta i punti.

- Ogni squadra difende 3 palloni medicinali segnati con un nastro. Le reti valgono solo nella porta avversaria
- Come preparazione: tutte le squadre fanno qualche passaggio sullo stesso campo di gioco.



⚠ Introdurre e sviluppare le regole del gioco.

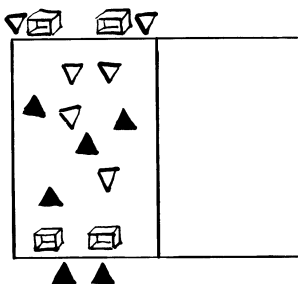
Contatti fisici: non si può trattenere, spingere con le mani, correre da dietro contro un avversario o tagliargli la strada.

Uso vietato del bastone: Quando si prepara il tiro non sollevare mai la pala del bastone al di sopra dell'anca.

➡ Per le altre regole dell'unihockey: v. fasc. 5/4, p. 66

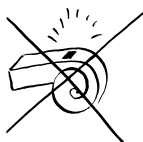
Hockey con elementi di cassone: Si gioca su metà palestra. Due squadre di 4 giocatori e due riserve giocano insieme. Porte: due elementi di cassone ciascuna, disposti a tre metri l'uno dall'altro. Si gioca senza portiere. Chi segna cambia un giocatore.

- Prestabilire i cambi: il giocatore 1 lascia il campo dopo un minuto. Il 2 dopo 2 ecc.



➡ Controllo del tempo e direzione del gioco a cura di bambini indisposti o del docente.

Senza arbitro: 5:5 con due porte (elementi di cassone) con il portiere. I bambini guidano e regolano il gioco da soli. Come fanno per cambiare? Chi va a rete? Cosa fare in caso di dubbio?



Ⓜ Pianificare, giocare e valutare insieme un gioco.

🗣 Lingua: tematizzare le esperienze fatte (ad es. correttezza).

4 Giochi di squadra

4.1 Come formare le squadre

Indicare due allievi e consentire loro di scegliere i propri compagni di squadra, pur se molto diffuso, è un sistema che discrimina i bambini meno dotati nello sport e pertanto inaccettabile dal punto di vista pedagogico. Nella lezione di educazione fisica, per formare le squadre, si devono quindi usare altri sistemi.

Scelta casuale

- Quelli che hanno magliette di colore simile formano una squadra (ad es. bianche e grigie contro quelle colorate o a disegni vivaci)
- Fa parte della stessa squadra chi per caso si trova nello stesso settore.
- Tutti quelli nati in un giorno dispari formano una squadra.
- I bambini nati in primavera giocano contro quelli nati in autunno (estate/inverno).
- Quelli con gli occhi celesti contro quelli con gli occhi marroni.
- I compagni di banco o bambini di uguale statura vengono attribuiti a squadre diverse.
- Si decide a sorte, lanciando un dado o usando sistemi simili.

Decidendo a caso, naturalmente c'è il rischio che una squadra risulti molto più forte dell'altra, privando il gioco di qualunque interesse. È chiaro che ci sono validi sistemi per formare le squadre anche senza ricorrere alla sorte. Ad esempio il docente può formare squadre più o meno equilibrate.

Sempre le stesse squadre per un certo periodo

Per un mese le squadre rimangono invariate, ma al loro interno ogni bambino deve provare tutti i ruoli. Su un apposito schema i bambini riportano ad esempio chi attacca, chi difende e chi sta in porta. In tal modo si sono già indirizzati verso riflessioni di ordine tattico. Si rendono necessarie discussioni nell'ambito della squadra. Esempi:

- Attaccanti e difensori della stessa squadra non dovrebbero coprire la stessa zona del terreno di gioco.
- Oggi possono segnare delle reti soltanto tre bambini (che però non vengono annunciati agli avversari). Se tutti e tre ci riescono, la partita è finita. Le reti segnate da un «jockey» valgono il doppio.

Classi sulla base dell'abilità

Il docente suddivide i bambini in diverse classi di abilità («leghe»). In queste forme non ci si deve stupire se il bambino imita nella lezione di educazione fisica il modo di fare del suo idolo o di una grande star. Si tratta di comportamenti che possono essere trattati durante l'ora di italiano, magari analizzando il tema «vincere e perdere». Come affrontiamo questo aspetto? Possibilità delle classi di abilità e dei gruppi di interesse.

- Chi vince viene promosso, chi perde è retrocesso.
- In un settore giocano solo ragazze, in un altro solo ragazzi.
- In un campo si gioca a punti, nell'altro senza contare.
- In un campo si gioca a unihockey, in un altro pallavolo, ecc.

➔ Suddivisione in gruppi:
v. fasc. 1/1, p. 70



➔ Permettere di collaborare alla decisione o di decidere in modo autonomo (patteggiando) v. fasc. 1/3, p. 12 e fasc. 5/1, p. 7

4.2 Differenze di livello nei partecipanti

Le differenze di livello all'interno di una classe sono notevoli. Da un lato nell'ambito dei club e delle società sportive si cercano talenti sempre più giovani, per cui ormai in ogni classe di scuola elementare si incontrano delle piccole «stelle», che – cosa del tutto naturale e comprensibile – vorrebbero mostrare anche a scuola quello che hanno appreso in allenamento. Dall'altro lato ci sono altri bambini, molto poco motivati alla prospettiva di una lotta senza speranze con compagni molto più bravi di loro. Ci si deve pertanto chiedere come riuscire a giocare in modo interessante e soddisfacente per tutti, pur partendo da presupposti tanto diversi.

Guadagnarsi l'appoggio dei più critici

Se qualcuno fa il guastafeste, brontola e non vuole impegnarsi nel gioco, non risolviamo la questione escludendolo, ma cerchiamo di vedere questo ostruzionismo come la reazione di un soggetto particolarmente sensibile, che potrebbe essere l'indicatore che qualcosa non va come dovrebbe. I guastafeste, con il loro coraggio e la forza di andare contro la massa, spesso si rivelano degli ottimi giocatori se riescono a trovare una motivazione che consenta di applicare tutte le loro capacità nel gioco.

Consigli per la pratica

- Quando le differenze sono notevoli, nella fase di formazione utilizziamo i più avanzati come aiuto istruttori.
- Le gare hanno senso solo se tutti i partecipanti sono concorrenziali e se c'è per tutti una reale possibilità di vincere. Se tali caratteristiche mancano sin dall'inizio, il gioco o la forma di gioco scelta non sono adatti.
- Nelle competizioni formiamo dei gruppi di prestazione. Il docente fa gareggiare solo bambini in grado di lottare alla pari e desiderosi di farlo.
- Non tutti devono giocare in una squadra: suddividere la palestra in diversi settori e riservare spazi per giochi collaterali come attività musicali, giochi di equilibrio, da giocoliere e simili. Ad esempio dare eventualmente la possibilità di migliorare l'efficienza fisica con esercizi specifici (cordicelle, pesi ecc.) Queste forme di organizzazione sono indicate per l'apprendimento fra partner.
- Ci dovrebbe sempre essere un certo equilibrio fra tensione e rilassamento. Si dovrebbe perseguire un continuo oscillare dei ragazzi fra questi due stati, che consenta loro di scegliere l'attività più adatta.



➔ Come giocare:
v. fasc. 5/1, p. 14

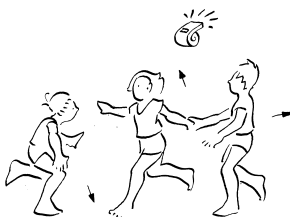
4.3 Le grandi linee del gioco

Spesso capita che i bambini quando giocano si muovano sul campo inseguendo l'avversario, senza un'idea tattica precisa. Con una corretta introduzione al gioco, imparano presto a cercare propri spazi. Ciò consente fra l'altro di giocare meglio, in modo più sicuro e facilmente controllabile.

Tieni sempre d'occhio quello che succede in campo!

Corsa a coppie: Un bambino insegue gli altri. Chi vuole salvarsi deve essere veloce o formare una coppia con un altro. Ad un segnale tutte le coppie devono separarsi e riformarsi con altri.

- Una composizione dei gruppi tale da garantire la sicurezza cambia e viene comunicata dal docente a voce («tre», «cinque» ...).



⇒ Dividere la classe su diversi campi di gioco: maggiore intensità e più esperienze positive.

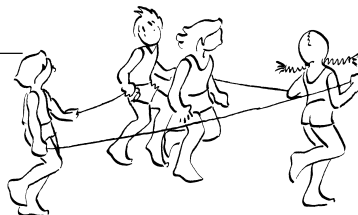
Linee: Gruppi di tre disposti su una linea. I due bambini alle estremità camminano liberamente per la palestra; quello al centro reagisce in modo da trovarsi sempre sulla linea immaginaria che li congiunge.

- Anche in gruppi di 4, con due bambini nel mezzo.
- Punto: le punte dei piedi dei bambini al centro devono toccarsi. Chi riesce a restare in equilibrio, tenendosi per mano e con le braccia tese in alto.



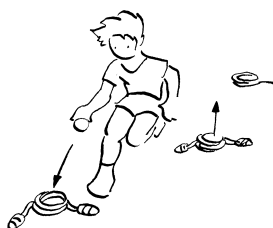
⇒ Concetti: punto, linea, retta.

Ragnatela: In quattro: 3 bambini formano un triangolo, con i lati formati da una corda tesa il più possibile fra loro. Il gruppo deve ora muoversi nella palestra facendo attenzione che la corda non tocchi mai il bambino al centro del triangolo.



⇒ Osservazione: tutti i ragni tessono una ragnatela? Lingua: «Die kleine Spinne Seraphina». v. Bibl. 5/3, p. 40.

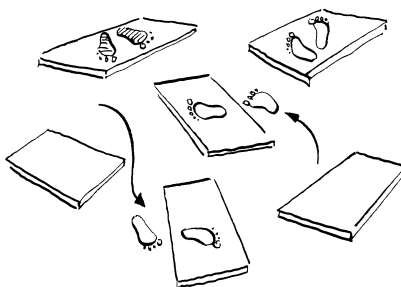
Ova di serpente: Sul campo di gioco sono distribuiti vari serpenti arrotolati (corde). Un gruppo cerca di mettere in ognuno di questi nidi un uovo (palla da tennis, sasso, nocciola, foglio). Gli altri li tolgono il più velocemente possibile, per fare in modo che non si arrivi mai ad avere tutti i nidi con le uova. Tutti vanno a prendere o a riportare le uova in un punto centrale. Come devono essere grandi i gruppi perché il gioco sia sempre interessante? Due o tre depositi di «uova».



⇒ Da sapere: animali di cui abbiamo paura? Perché? v. in proposito fasc. 4/3, p. 5 s.

Occupato: Nella palestra sono distribuiti a distanze regolari più tappetini di quanti siano i difensori. Gli attaccanti hanno tre minuti di tempo per segnare dei punti, mettendosi sopra un tappetino libero. Se sul tappetino si trova un difensore non si possono segnare punti.

- Giocano tre squadre contemporaneamente. A e B attaccano, mentre C difende; cambio di posizione. Al termine di ogni frazione di gioco si contano (senza dirlo agli altri, ma con correttezza) i punti segnati da ciascuna squadra.
- Fuori del campo di gioco si preparano due impianti per il tiro. Chi fa punto sul tappetino esce dal campo e può tirare a bersaglio. Chi fra A e B vince il duello dei lanci (ad es. chi arriva per primo ad ottenere dieci centri)?



⇒ Prestazione individuale o di gruppo?

⇒ Superare fossati e ostacoli v. 4/4, p. 11 s.

4.4 Giochi di palla-bruciata

Questa serie di giochi è un esempio di come una idea in fin dei conti semplice, grazie a diverse possibilità di variarla, possa portare a delle attività anche complesse. Inoltre è importante che palla bruciata venga giocata in modo intenso e con la massima cooperazione.

Osserva il gioco, non correre senza una meta!

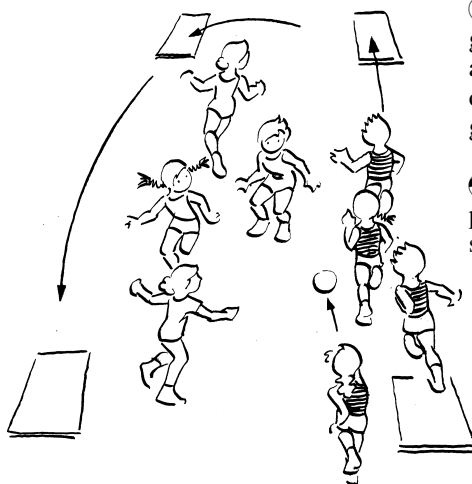
L'idea del gioco: Due gruppi giocano l'uno contro l'altro. Uno di quelli che corrono lancia/colpisce la palla mandandola in campo e corre da base a base (= protetto). Per ogni giro compiuto si ottiene un punto. Si cambia di posto dopo 5 minuti, o dopo 10 battute/lanci in campo, o quando tutti i giocatori sono bloccati nelle basi. Il gruppo sul campo cerca di mandare la palla a bersaglio (=palla bruciata) il più rapidamente possibile per cercare di fermare gli avversari. Lanci o battute bloccate di prima attribuiscono un punto.

Altre possibilità per gli attaccanti.

- Possono partire tutti i bambini che vogliono.
- I bambini che non arrivano alla base per tempo, devono tornare indietro e lanciare/battere di nuovo.
- Sul percorso si devono superare degli ostacoli o risolvere dei compiti accessori.

Altre possibilità per i difensori:

- Per essere «bruciata», la palla deve essere toccata da cinque difensori.
- Tutti i giocatori della squadra sul campo si mettono in fila dietro a chi ha preso il lancio. Questi fa rotolare la palla all'indietro fra le gambe dei compagni. L'ultimo la solleva in aria e grida «Stop!».

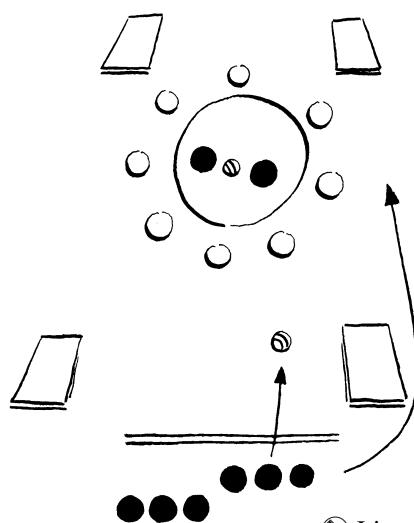


⚠ Principio: poter giocare e non dover aspettare troppo! Pari opportunità rendono il gioco avvincente.

🏏 Separare il più possibile errori di corsa e di lancio.

Varianti con la palla bruciata:

- Chi corre non deve compiere un giro di campo, ma toccare tre avversari e poi tornare sulla linea di lancio. I giocatori sul campo possono evitare il contatto. «Bruciare» la palla interrompe il gioco e tutti devono restare fermi dove sono. Ricominciano a muoversi con il lancio/tiro successivo.
- La zona di «brucio» è al centro (cerchio nel centro), difesa da due della squadra al lancio. Questi «portieri» possono rendere più difficile «bruciare» la palla. I giocatori sul campo non possono entrare nell'area di porta.
- Tocandola con la palla i difensori possono bloccare una o più basi (con/senza correre con la palla). L'avversario in corsa non può fermarsi e deve tornare indietro.
- I difensori cercano di toccare con la palla l'avversario in movimento (escluso sul tappetino). Dopo tre tocchi del genere le squadre si scambiano i ruoli.
- Se la voglia di vincere è tanta da guastare l'atmosfera, si può introdurre una componente aleatoria o una sfida accessoria, ad es. per decidere quanti punti ricevono gli attaccanti per ogni giro concluso (1-6 punti) si lancia il dado o si contano i centri ottenuti con tre tiri su un bersaglio (1-3 punti). Tiro al bersaglio nella zona di attesa di chi lancia la palla.

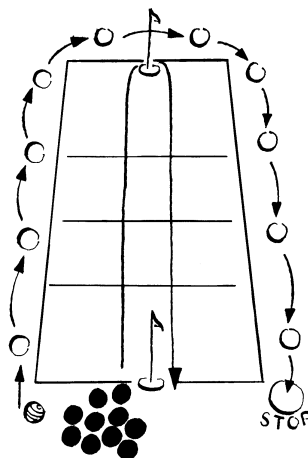


➡ Scopo: il gioco di una squadra si organizza sulla base di quello degli avversari.

🗣️ Lingua: Che cos'è importante quando si gioca: bravura? Correttezza? Tattica?

Palla bruciata al contrario: Chi corre si muove nel campo da pallavolo, chi lancia sta al di fuori. Chi corre inizia sulla linea di partenza/arrivo (linea di fondocampo). Al segnale d'inizio corrono ad aggirare un paletto messo a 18 metri di distanza e poi tornano indietro. Quanti corridori tornano al punto di partenza prima della palla? Chi lancia si passa il più velocemente possibile la palla lungo il perimetro del campo da pallavolo. Dopo 4 frazioni si cambiano i ruoli.

- Facilitazione per chi lancia: ridurre la distanza di lancio, o portare a 4 il numero di chi lancia e chi corre in gioco contemporaneamente.
- Facilitazione per chi corre: Per ogni frazione sono in gioco non tutta la squadra, ma solo un quarto.
- Sono previste diverse basi: per 18 metri (fra le linee di fondo) 3 punti, per 12 metri 2 punti, per 9 metri 1 punto. I bambini decidono da soli quale rischio vogliono correre e all'arrivo dichiarano il punto ad un «segnapunti» ufficiale. Un bambino (ev. esonerato) tiene i conti, calcola i risultati e dopo una decina di frazioni annuncia chi ha vinto.

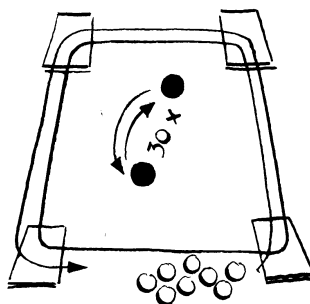


⇒ Stabilire le regole: che cosa succede quando ad es. la palla cade a terra?

📝 Composizione/Lingua: come redigere un foglio dei risultati facilmente comprensibile per tutti?

L'orologio umano: Due lanciatori (volontari) contro il resto della classe. A una distanza prestabilita fra di loro (ad es. stando su un tappetino) eseguono 30 passaggi. Si conta quanti percorsi riesce a compiere la classe in questo lasso di tempo. Un giro intero da 4 punti, un quarto un punto. Quale coppia di lanciatori fa segnare meno punti?

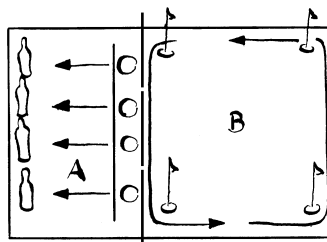
- Stessa distanza fra i lanciatori. Ora però devono giocare al di sopra di una corda (a circa 1.80 m). Quale coppia fa segnare la minore differenza rispetto al punteggio del gioco precedente?
- Senza la corda, ma passaggi con rimbalzo sul muro.



⇒ Un bambino assiste chi lancia e conta ad alta voce i lanci validi presi direttamente.

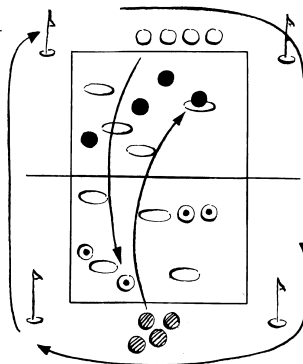
👥 A coppie: lanciarsi e riprendere una palla da una certa distanza, senza lasciarla cadere a terra.

Abbatte le clavette: Davanti ad una parete sono sistemate una ventina di clavette. Segnare la posizione, per tenerla sempre uguale nelle varie frazioni di gioco. Alle spalle di chi lancia sono sistemate delle panchine per fermare le palle che rotolano. Chi lancia cerca di colpire il più rapidamente possibile le clavette con palle da tennis o di gommapiuma. Quando sono tutte e terra scade il tempo per chi corre. Quanti punti possono essere attribuiti? Dopo ogni frazione si cambia ruolo; dopo qualche volta si contano i punti (ev impiegare un «segnapunti»).



⇒ Lanciare e colpire: v. fasc. 4/3, p. 22 ss.

Al di sopra del campo: Il bianco e il nero lanciano la palla insieme nell'altra metà campo, ciascuno ai propri compagni. Questi poi se la passano e devono bloccarla una volta all'interno di ogni loro cerchio. È vietato correre con la palla in mano. Quando la palla viene presa nell'ultimo cerchio bianco, per i neri il tempo è scaduto (e viceversa). I 4 al lancio possono segnare i punti (uno per ogni paletto aggirato). Dopo quattro lanci si cambiano i ruoli all'interno delle squadre.



👤 Per ogni metà palestra c'è un bambino arbitro. Fischio = Stop per i bianchi, «Alt» = Stop per i neri.

⇒ Al posto dei cerchi si possono utilizzare anche dei tappetini.

4.5 Giochi a due campi con la palla

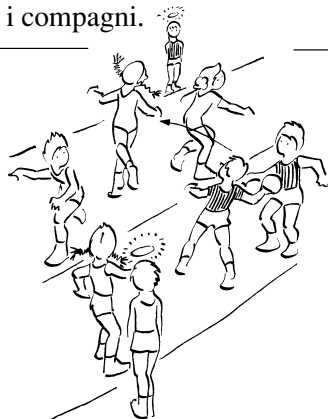
Per la loro facile organizzazione, i giochi tradizionali cosiddetti a due campi o di battaglia sono ancora molto diffusi. Per poter coinvolgere davvero tutti, però si dovrebbero scegliere una palla (di gommapiuma) e regole che consentano anche i più deboli di partecipare attivamente e senza eccessiva paura. Per alcuni – quasi sempre i più deboli – giochi del genere si risolvono in un continuo sfuggire ai lanci dei compagni. In tal modo il gioco viene smiunito e la palla vien vista come una minaccia. Il gioco deve dunque essere adattato in modo che nessuno sia alla mercé di chi ha la palla e si trasformi pian piano dal tiro al bersaglio a gioco di squadra (cui tutti partecipano). È opportuno far riflettere i ragazzi sul senso del gioco, che non è solo cercare di colpire l'avversario, ma anche un gioco di squadra con i compagni.

Come giocate i giochi a due campi? Impariamo altri giochi del genere.

⇒ Lingua: Busch, W.: «Plisch und Plum», Kapitel 7; v. bibl. fasc. 5/3, p. 40

Variante di base: Due gruppi uno contro l'altro. L'obiettivo è quello di inviare con un colpo l'avversario «in cielo». Quando tutti gli avversari sono in cielo, si è vinto il gioco. All'inizio si trova già un bambino in «cielo», che però può tornare sulla terra fin quando non viene colpito. Chi riesce a bloccare la palla che lo colpisce, rimane in vita.

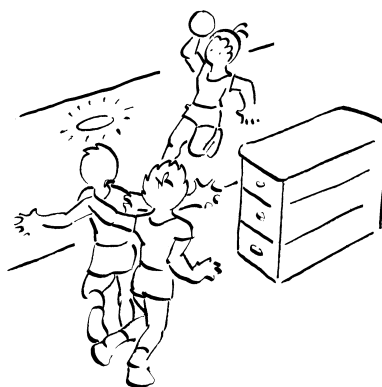
- Per ogni squadra ci sono due o tre bambini che devono lanciare con la mano meno usata. Chi accetta la sfida?
- Si può lanciare soltanto a due mani.



⇒ Dal punto di vista pedagogico vanno preferite le seguenti forme della variante di base tradizionale.

Trovare protezione: In ciascun campo sono disposti 1–2 cassoni, dietro ai quali si possono rifugiare i bambini minacciati. In tal modo diventa importante la collaborazione con il proprio «cielo».

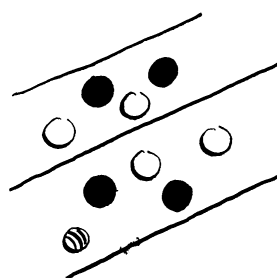
- 3 «angeli custodi» per ogni metà campo (bambini con nastri colorati), che si mettono come uno scudo protettivo davanti ai propri compagni e non possono essere colpiti. Gli angeli custodi possono solo difendersi dalle palle, non prenderle e neanche lanciale.
- Dopo che un angelo custode è stato colpito 10 volte mentre difende gli altri può cedere il posto se vuole.
- Passare o lanciare? 1–3 «intrusi» si muovono nel campo avversario. Anziché tirare, si può passar loro la palla; se riescono a toccare con essa un avversario senza muoversi quando hanno la palla, questi deve andare in «cielo» come se fosse stato colpito e non può più essere utilizzato come angelo custode.



⇒ Voler essere angelo custode è una questione d'onore. In questo modo si può anche togliere dal gioco bambini che lanciano troppo forte.

Cambio di campo: In ciascuna metà campo si trova una metà della squadra. Grazie a passaggi ben fatti, sia gli «intrusi» che i «padroni di casa» possono toccare con il pallone gli avversari. Chi viene toccato cambia campo. Quando in una metà campo non ci sono più giocatori di una squadra, gli avversari hanno vinto.

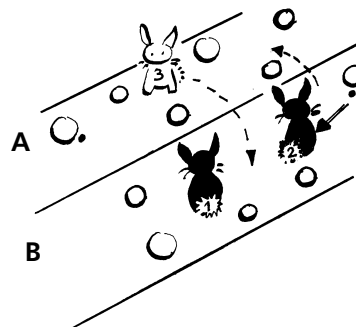
- Sono consentiti al massimo 1/2/3 passi con la palla (a seconda del livello di gioco!).
- I passaggi degli avversari possono essere intercettati.



⚠ Non si tratta più di «abbattere»!

Palla cacciatore in parallelo: Nel campo A gioca una squadra, in quello B la seconda. Ciascuna si passa abilmente una palla, senza correre con essa, per poter toccare uno dei due «conigli selvatici». Se ad es. si tocca il coniglio 2, torna nel suo campo per fare da cacciatore e chiama a sostituirlo il successivo (il numero 3), che cambia immediatamente di campo. Vince la squadra che tocca per prima tutti i conigli avversari.

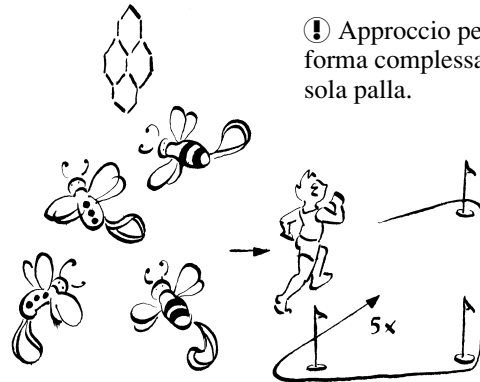
- Le squadre devono discutere la tattica da seguire: Qualcuno segue il coniglio? Si coprono delle zone? In che ordine i bambini fanno da conigli?



☞ Come si comportano le lepri? Come fuggono in caso di pericolo?

Lo sciame di api: Ambedue i popoli di api giocano su un campo di grandi dimensioni. Entrambi hanno un «pungiglione» del proprio colore (nastro che sporge come una coda). Si tratta di toccare l'avversario con un pallone. Allo scopo possono essere in gioco più palle contemporaneamente. Chi viene toccato deve «decolare» per assolvere un percorso o svolgere un altro compito della durata di un minuto circa. Se si riesce a togliere il nastro a chi ha la palla senza farsi toccare, non solo si guadagna il possesso di palla, ma si invia l'altro a «fare un giro». Dopo dieci minuti di gioco quale sciame ha fatto meno voli nei dintorni?

- Ogni popolo indica una coppia sovrana, immune dai tocchi avversari. I due cercano di conquistare il maggior numero possibile di nastri rubandoli agli avversari. È possibile tenere in movimento tutte le avversarie?

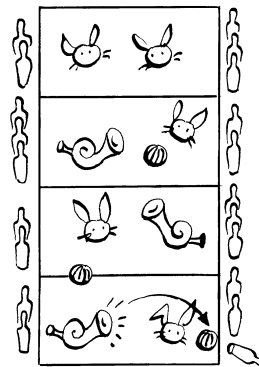


☞ Approccio per fasi a questa forma complessa. Prima con una sola palla.

☞ 3 bambini aiutano il docente come arbitri ausiliari, disponendosi ognuno su una linea del campo.

Tiro a bersaglio: Tre squadre si alternano a diversi compiti. Terza squadra: distribuiti nelle varie zone come arbitri. Due squadre formano le lepri e i cacciatori, che giocano su un campo da pallavolo diviso in quattro zone. Si gioca con 2-3 palle insieme. Lungo la parete a circa due metri dalla linea laterale per ogni zona ci sono 2-3 clavette su ogni lato. I cacciatori, correndo o da fermi, si passano la palla, mentre le lepri scappano dalla zona dove si trova una palla. Se i cacciatori riescono a colpire una clavetta in una zona dove si trova una lepre, segnano un punto. Cambio.

- Quanti punti hanno i cacciatori dopo 5 minuti?
- Quanto tempo impiegano per ottenere 10 punti?

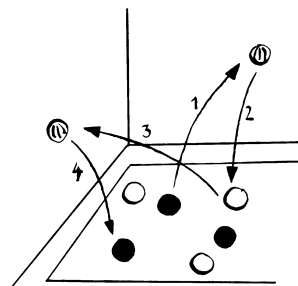


☞ Obiettivo: Non tirare più sui compagni. I cacciatori poi rialzano le clavette. Bambini fanno da arbitri.

Palla contro la parete: Giochi simili allo squash fra due squadre, usando le pareti ed un campo di gioco delimitato (ad es. la metà di un campo da pallavolo). Ogni squadra si divide in due parti. Il team A1 gioca contro il team B1 nel campo 1 (tre pareti più il mezzo campo da pallavolo), A2 contro B2, quindi A1 contro B2 ecc. Consiglio: usare palle in gommapiuma.

Regole:

Lanciare la palla contro la parete/le pareti in modo che ricada in campo, ma che non possa essere ripresa dagli avversari prima che cada a terra. Un punto se la palla non viene ripresa, un punto di penalità se essa ricade invece al di fuori del campo di gioco.



☞ Dare le regole di base (imporle già fatte); poi far elaborare ulteriormente le regole nell'ambito delle squadre.

4.6 Giochi di palla utilizzando le linee

Se si utilizzano delle forme adeguate all'età, magari sostituendo le porte con le linee di fondo è più facile per il bambino concludere con successo un'azione di gioco. Dato però che gli avversari cercano di impedirlo, i bambini imparano rapidamente a usare una tattica intelligente per riuscire.

Giocare in modo intelligente e collaborare con i compagni porta al successo.

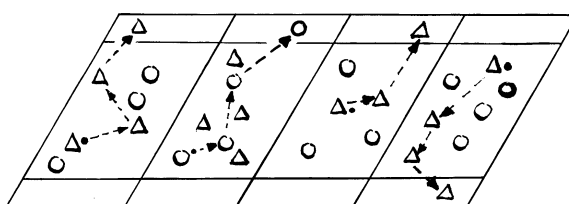
Forma di base: Ogni squadra cerca di passarsi la palla eludendo gli avversari grazie a un gioco veloce e preciso, per metterla dietro la linea di fondo avversaria. Ogni palla ripresa al volo depositata dietro la linea vale come un punto. Gli avversari cercano di entrare in possesso di palla coprendo abilmente e prevedendo l'andamento del gioco dell'altra squadra.

Regole di gioco:

Regole semplificate basate su quelle dei giochi sportivi (basket e pallamano). Si possono anche elaborare le regole con i bambini, nel senso di una carta della correttezza.

Squadre: 2:2 fino a 8:8. Campo di gioco: più campi (in senso trasversale) o uno solo (si gioca con due squadre nel senso della lunghezza).

➔ Regole dei giochi sportivi per la scuola: v. fasc. 5/4, p. 65 ss.

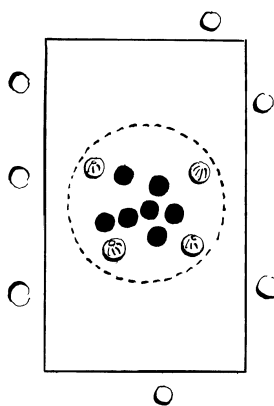


➔ Più facile: rotolare la palla anziché lanciarla.

➔ Scelta delle squadre: v. fasc. 5/3, p. 23

Evadere/difendere: 2 squadre. I giocatori disposti in campo cercano di portare la palla oltre la linea loro assegnata – non tutti la stessa –, senza essere toccati dai difensori. Questi ultimi sono disposti al di fuori del campo (da pallavolo). Chi viene toccato o ha segnato un punto ritorna al centro e ricomincia da capo.

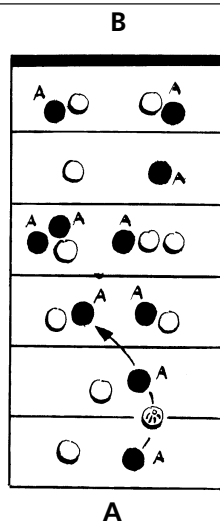
- Tutti i giocatori al tiro hanno un nastro che sporge. I nastri catturati sono altrettanti punti per i difensori. È vietato trattenere l'avversario.
- Giocatori senza nastro si scambiano di ruolo o diventano difensori, fino a quando non restano che due soli giocatori in attacco.
- Una palla ogni due giocatori al tiro, per cui si rendono necessari dei passaggi con il compagno.



➔ Ev. dividere a metà la classe; si usa la metà del campo di gioco (solo tre linee da difendere), la linea centrale è vietata per tutti. Alcuni bambini fanno da arbitri.

Palla-frontiera: Team A contro B. Si gioca con diverse palle di gommapiuma contemporaneamente. I giocatori non possono abbandonare la zona loro attribuita. A cerca di giocare la palla nella zona di fondo di B, e viceversa. La palla non può essere portata, ma solo passata. Non si può saltare una zona.

- Solo rotolando la palla, solo con i piedi...
- In ciascuna zona la palla può essere passata solo in un certo modo.
- Si può passare da zona a zona, se si rispettano le regole relative ai passaggi.
- Se qualcuno in possesso di palla viene toccato da un avversario deve cedergli la palla. L'avversario non può essere disturbato durante il tiro libero.
- Tutti i giocatori hanno un nastro infilato alla cintura: Ruba il nastro a chi porta palla e deve dartela.



🕒 Lingua: tema «confini».

➔ Intensità: non appena il gioco è stato capito da tutti si possono usare anche più palle contemporaneamente.

5 Come gioca(va)no gli altri?

5.1 Giochi vecchi – riscoperti

I giochi – uno specchio della società

Ogni generazione ed ogni cultura hanno i propri giochi, il cui svolgimento spesso rispecchia in modo impressionante lo spirito dei tempi. Ci sono molti giochi già conosciuti ed amati anche dalle generazioni che ci hanno preceduti, ancor oggi attuali sia per i bambini che per gli adulti.

I bambini che oggi giocano a «Cielo e Terra», certamente non sanno che si tratta di un gioco conosciuto sin dall'antichità. In seguito è assurdo nell'ottica cristiana a rappresentare il cammino dell'anima dalla terra al cielo. Quello che oggi è un semplice passatempo per i bambini, in verità spesso è ciò che rimane di antichi riti religiosi o propiziatori.

Uno degli scopi dell'educazione al gioco è quello di curare i giochi tradizionali, senza però accettarli in modo acritico, ma piuttosto chiedendosi se abbiano ancora un valore pedagogico. È legittimo ad esempio porsi la questione se abbiano davvero senso «giochi di palla al bersaglio» come la battaglia con la palla o palla cacciatore nelle forme che ci sono state tramandate. Con le esperienze ed i modelli comportamentali in essi contenuti, infatti, (fuggire dalla palla, essere colpiti dolorosamente dalla palla, venire «abbattuti»), non si facilita certo un approccio ai giochi con la palla basato sul piacere e la gioia di stare con gli altri. Spesso tali giochi potrebbero essere resi più attuali e adeguati agli obiettivi della scuola moderna con lievi modifiche.

Coinvolgere i genitori

A seconda del posto dove abitavano, delle dimensioni della famiglia, delle organizzazioni giovanili che hanno frequentato, quasi tutti i genitori da bambini hanno appreso diversi giochi. Sarebbe bello se - nell'ambito di una lezione di sport o durante una festa dedicata al gioco - alcuni di loro potessero presentare i giochi della loro fanciullezza, giocandoli poi insieme ai ragazzi.

Spunto per un progetto – raccogliere idee di gioco

Un interessante tema per un progetto interdisciplinare potrebbe essere la riscoperta di alcuni giochi ormai dimenticati. I bambini chiedono agli anziani come giocavano loro, oppure ricercano sui libri le tradizioni in questo ambito. Si raccoglie il materiale, si fanno disegni, si costruiscono gli attrezzi eventualmente necessari e infine si provano i giochi. Un gioco che ai bambini piace particolarmente viene poi provato e usato per un certo periodo.

➔ Giochi da tutto il mondo:
v. bibl. fasc. 5/3, p. 40;
Il gioco nel corso della storia:
v. fasc. 5/1, p. 3



➔ Insegnamento sotto forma di progetto:
v. fasc. 7/3, p. 12 ss.

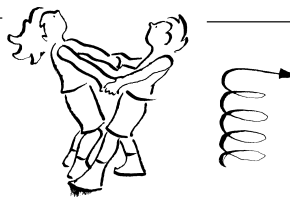
5.2 Così giocavano i nostri genitori

Che cosa giocavano da bambini i tuoi genitori e i tuoi nonni?

I bambini, che hanno svolto un lavoro di ricerca interrogando i genitori o i nonni su come giocavano ai loro tempi, presentano durante la lezione i «vecchi» giochi. Quelli più adatti vengono discussi nel dettaglio e poi giocati tutti insieme. Forse giocano con noi anche i genitori stessi?

Hurle-Buss: Due bambini si tengono per le mani e girano sul proprio asse il più velocemente possibile. Ognuno di loro tiene «in mano o nelle mani» la responsabilità per l'altro.

- Dopo essersi accertato che non ci sono ostacoli intorno, A lascia la presa. B cerca di frenare assumendo una posizione interessante.
- Girare intorno a un cerchio, percorrere un tratto ecc.



☉ Museo delle tradizioni locali o popolari, Museo dei bambini di Baden; Museo dello sport di Basilea; Brueghels Bild der Kinderspiele

Colpire la pentola: A coppie: A è a occhi bendati. B lo fa girare tre volte su se stesso e poi gli dà un bastone da Unihockey (o da ginnastica, o un ramo). A riesce a colpire la «pentola» (pallone, barattolo) almeno una volta con tre tentativi?

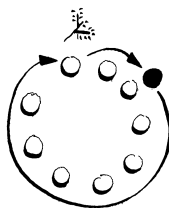


☞ Rilassante, ad es. alla fine della lezione; formare diverse coppie.

Ponte di ferro: Diverse coppie si tengono per le mani (Porte = ponte di ferro). Un bambino simboleggia il bene, l'altro il male. Gli altri (a gruppi) procedono in fila tenendosi per mano attraverso i portoni aperti (braccia sollevate): «andate, andate pure, l'ultimo deve pagare!»; le braccia si abbassano e le porte si chiudono. Il bambino rimasto prigioniero si unisce ai buoni o ai cattivi. Quando ce ne sono due per parte, ogni coppia cerca di tirare l'altra oltre una linea sul terreno. Poi riprendono il gioco come colonna di quattro.

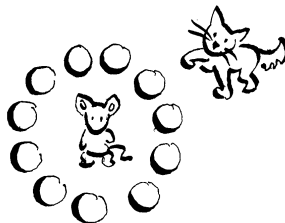


L'oggetto misterioso: I bambini (in più gruppi) sono disposti in circolo. Uno (A) fa il giro all'esterno. Giunto alle spalle di un altro (B) lascia cadere a terra un oggetto (nastro, rametto). Se B riesce a raggiungere e a toccare A che fugge prima che – finito giro – prenda il posto lasciato libero, A rimane fuori, altrimenti ci si scambia di posto.



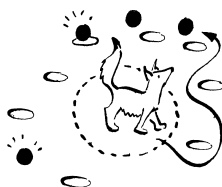
☉ Berndeutsch: «Rund um, rund um, der Plumpsack geit um, ds Huen will är lege, es darf keis sich rege.»

Gatto e topo: Bambini disposti in circolo con fronte all'interno. Un topo si trova dentro il cerchio, un gatto all'esterno. Prima di poter dare la caccia al topo, il gatto deve sottoporsi ad un gioco rituale di domanda e risposta. Poi inizia l'inseguimento; il topo trova tutte le «porte» aperte, il gatto no. Chiudere le porte abbassando le braccia per tempo, evitando di colpire il gatto che sta entrandovi.



☉ Ad esempio una strofa della nota canzone Alla fiera dell'est: ... e venne il gatto, che mangiò il topo.

Volpe nella tana: Nella palestra sono disposti diversi cerchi. Una volpe si trova nella sua «tana» (ad es. cerchio centrale). Gli altri cercano di attirla fuori. Se la volpe saltellando su un solo piede riesce a toccare uno dei bambini prima che si metta in salvo nel proprio cerchio, si cambia di ruolo.



☞ Paletti al posto dei cerchi. Con gruppi grandi giocare con più volpi e cerchi.

5.3 Altri paesi, stessi giochi?

Spesso il diverso suscita in noi insicurezza, paure e senso di rifiuto perché è sconosciuto, inusuale e imprevedibile. D'altra parte continuano ad arrivare da noi sempre più bambini provenienti da altre culture dai quali possiamo imparare giochi nuovi, espressione di altre mentalità e stili di vita. Negli esempi riportati di seguito si dovrebbe far notare all'allievo come in ogni gioco, indipendentemente dalla provenienza, la qualità del movimento assume un carattere fondamentale. Da non dimenticare infine che a volte questi giochi richiedono del tempo per essere capiti, per cui non ci si lasci scoraggiare da eventuali insuccessi iniziali.

Kora: Prendere in mano 25 sassolini e poi gettarli in aria, cercando di riprenderne il più possibile sul dorso della stessa mano. Lanciarli di nuovo e nuovamente riprenderli. Ora prendere il resto nell'altra mano. Lanciare un sassolino solo, tenendo gli altri in mano, e prima di riprenderlo raccoglierne uno da terra. Continuare fino a quando non si riesce più a prendere sassolini da terra senza toccarne altri o a raccogliere il sassolino lanciato in aria.

- Alla fine chi ha più sassolini?



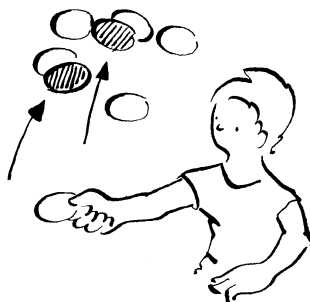
Ogni paese e ogni cultura hanno propri giochi e tradizioni. Vogliamo scoprirne qualcuno.

🕒 Spunti interculturali:
v. fasc. 7/3, p. 10

🕒 Gioco con le pietre del Kenia. Originariamente era giocato da seduti come gioco di squadra con tre partecipanti per gruppo.

Ona chicky: Ciascun bambino ha dieci tappi a corona (o simili). Uno dopo l'altro lanciano un tappo ciascuno all'interno di un settore delimitato. Chi riesce a lanciare il tappo su un altro, può prendersi entrambi.

- Prima prova: quanti dei tuoi dieci tappi puoi lanciare in modo che si tocchino?
- Riesci a formare, lanciando i tappi, una linea, un triangolo, un quadrato?
- Giocate in quattro. Due contro due a squadre.
- Non tutti i tappi hanno lo stesso valore. Si può quindi stabilire la posta in palio.

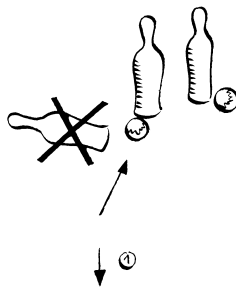


🕒 Dal Giappone; v. «Caps»,
Hawai, U.S.A.

🕒 Lingua : i nostri (?) caratteri «arabi»;
Scrittura: Yin/Yang oppure ritagliare da soli quadrati di cartone neri e bianchi e disegnarvi sopra segni a fantasia.

Birilli indiani: In palestra si gioca con una clavetta e palle da giocoliere, all'aperto con una scatola, un barattolo e delle pietre. I bambini suddivisi in piccoli gruppi disposti su una linea lanciano sul bersaglio (clavetta). Ottiene punti chi si avvicina il più possibile alla clavetta senza però farla cadere a terra.

- Lanciare sulle clavette o sulle scatole in modo da farle cadere oltre una linea.
- Quale coppia riesce per prima a spostare il bersaglio oltre un traguardo prestabilito?



🕒 Dall'America. Costruire da soli palline da giocoliere:
v. fasc. 7/3, p. 12

Caccia al bottino: I bambini sono divisi in gruppetti di due o tre. Uno dopo l'altro lanciano in alto 4 palline da giocoliere, che dovrebbero ricadere il più vicine possibile. Compito: prendere la prima palla e lanciarla in aria, raccogliere la seconda da terra e riprendere al volo la prima. Chi riesce a riprendere al volo anche la quarta senza far cadere le altre tre?



🕒 Dalla Cina. Palline da giocoliere: v. fasc. 5/3, p. 8

➡ Quattro in una volta ...

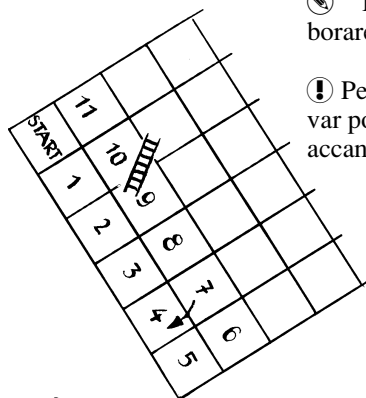
🕒 Se possibile fare tutti i giochi anche all'aperto.

5.4 Modificare giochi conosciuti

Scegliere giochi da tavolo conosciuti a tutti, preparare piani di gioco (ad es. nell'ora di disegno) e redigere tutti insieme le regole per il «nuovo» gioco di movimento (ad es. nell'ora di italiano). I bambini possono giocare autonomamente giochi del genere nella lezione di educazione fisica.

La scala: Da un settore di partenza, lanciando i dadi, si dovrebbe raggiungere il più in fretta possibile un traguardo. Ad ogni riquadro del campo corrisponde un compito motorio da eseguire. Casella 1: tiro al bersaglio su... casella 2: saltare sulla corda con ... ecc. I bambini decidono 20 stazioni, presso le quali viene apposto un numero ed una breve descrizione del compito, redatta dagli stessi bambini. Come detto, ogni riquadro significa un compito da eseguire, ma chi arriva su una casella con la «scala» può «saltare» alcune caselle: «scala» = itinerario di arrampicata sulle parallele. Chi ha sfortuna e finisce nella casella con lo «scivolo», torna indietro di qualche casella: «scivolo» = percorrere un circuito su resti di tappeto. Si avanza e si retrocede solo dopo aver eseguito il compito motorio previsto.

• **Gioco di corsa e ricerca:** Nel bosco o nell'impianto sportivo vengono ripartiti dei numeri da 1 a 50, ma non nell'ordine. Dopo aver gettato il dado si corre alla ricerca dei numeri, che riportano anche una questione cui rispondere. Tornare dal direttore di gara con la risposta. Se è sbagliata si deve tornare in campo; se è giusta si può lanciare il dado ancora una volta.



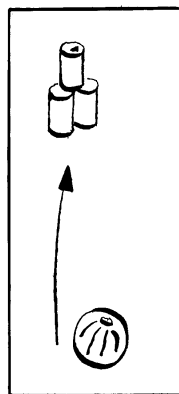
... e quando pensi di essere ormai alla meta, ecco che scivoli nuovamente indietro!

🔪 Disegno/attività manuali: borare materiale per i giochi.

⚠ Per ogni compito devono trovar posto almeno 3 bambini uno accanto all'altro.

Sbrigati: Questo gioco di movimento, basato sul conosciutissimo Gioco dell'oca, non è fatto per i pigri, perché non ci si può «riposare» in panchina. Chi sta fermo, e deve restarci fin quando non arriva un compagno nella stessa casella, non per questo però deve restare inattivo, ad esempio può eseguire saltelli alla corda. Ogni dieci salti può poi avanzare di una casella; oppure esegue dei lanci su un bersaglio; ogni cinque centri una casella in avanti dopo che è stato sostituito, oppure ... Per potersi muovere in avanti si deve lanciare il dado. Ogni punto su di esso rappresenta un compito motorio (imposto o lasciato alla scelta degli allievi stessi):

- 1 Fare una volta di corsa un determinato percorso.
- 2 Per cinque volte lanciare una palla stando in piedi e raccoglierla stando seduti.
- 3 Abbattere cinque clavette e poi rimetterle in piedi.
- 4 In posizione carponi, con la testa far rotolare un pallone medicinale lungo un percorso da slalom ...
- 5 Eseguire senza errori una serie prestabilita di salti alla corda elastica. Chi commette un errore deve ricominciare da capo (corde tese fra 2 cassoni o simili).
- 6 Fare su una cordicella una serie prestabilita di nodi, mostrarli ad un giudice di gara e scioglierli di nuovo.



⚠ Utilizzare i bambini dispensati come aiutanti. Far determinare ed eventualmente disegnare dai bambini i compiti motori (1-6); sono indicati i movimenti che i bambini già hanno imparato.

➡ Gare a gruppi: si possono passare ad altri i compiti!

6 Costruire oggetti per giocare

6.1 Il «mio» attrezzo per giocare

Fare attenzione

I bambini crescono fra mille stimoli e soffocati da decine di giocattoli. Si danno loro innumerevoli cose da usare per un breve periodo. Su questa base non deve stupire se poi tanti giocattoli vengono lasciati inutilizzati da parte. Si tiene molto di più a quelle cose con cui possiamo costruire un legame affettivo, che abbiamo dovuto attendere per un po'. Ci si identifica maggiormente con un oggetto quando lo si sente come proprio e non come una «cosa, sa, qualsiasi, da usare svogliatamente.

Fare da soli

Soprattutto per le scuole più piccole i fondi a disposizione per l'acquisto di giocattoli e attrezzature sono abbastanza limitati. Un motivo in più per costruire da soli degli attrezzi sportivi, ricorrendo all'aiuto di qualche ditta locale per ottenere materiale a condizioni vantaggiose (o se si ha fortuna magari gratis). La fabbricazione di un oggetto potrebbe essere di spunto per andare alla scoperta della nostra regione: cosa producono gli artigiani locali, quale materiale usano, con quali strumenti di lavoro e tecniche?

Contribuire a dare un volto a locali e impianti

Spesso i docenti elementari arredano la propria aula con l'aiuto dei bambini in modo rispondente al loro modo di fare e agli obiettivi didattici. Le cose sono diverse per quel che riguarda palestre e impianti sportivi, che sono standardizzati, spesso impersonali e «freddi». Per motivi di sicurezza devono essere ridotti al minimo indispensabile. Ciononostante si potrebbero colorare ad esempio pareti e parchi di arrampicata, disegnare la scala tonale sulla spalliera, dipingere cerchi e quadrati alle pareti come bersagli. Perché non contrassegnare anche le panche svedesi, le panche, i tappetini, con un simbolo proprio di una classe, coloratissimo, per introdurre un po' di colore nel grigiore della palestra? Se pianificato attentamente, coordinato con i docenti di attività pratiche e in collaborazione con il custode, si possono certo trovare delle soluzioni di lunga durata e utili anche nell'organizzazione di una lezione di educazione fisica nella scuola o nell'ambito di una società sportiva.

Costruire propri parchi giochi

Al margine di impianti sportivi, in una radura del bosco vicino ... si possono costruire dei parchi giochi (percorsi per le biciclette, stazioni per esercizi di equilibrio, percorsi In-Line, «piste da corsa» ecc.). In questo modo anche il perimetro scolastico al di fuori dell'aula si trasforma in un posto per giocare, vissuto dai bambini in modo molto diverso.



➔ Bersagli per i lanci: v. fasc. 4/3, p. 24 e fasc. 5/3, p. 13

➔ Oggetti per l'equilibrio: v. fasc. 3/3, p. 7

6.2 Il pallapallone: come farne uno

Per fabbricare pallepalloni è consigliabile chiedere l'aiuto di una docente di attività manuali e pratiche. È lei la persona più adatta per dare ai bambini delle idee su come possono fabbricare da soli anche altri oggetti per giocare. Dato che il lavoro richiede una certa capacità pratica, sarebbe estremamente ben vista la collaborazione dei genitori. I palloni costruiti tutti insieme potrebbero poi essere inaugurati in un pomeriggio di gioco cui invitare anche i genitori. Nel corso di settimane a tema con più classi, con l'aiuto degli alunni più grandi, si può fabbricare un intero set di palloni di diverse grandezze.



Attrezzi

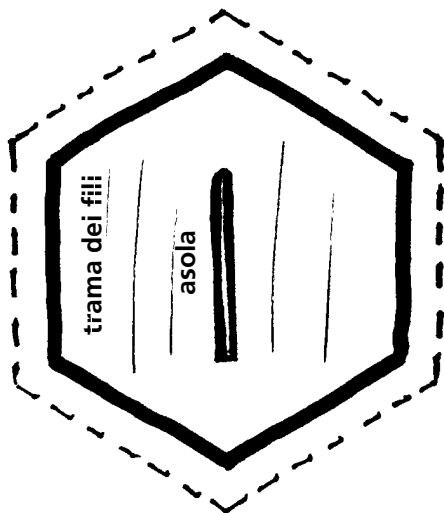
Forbici, matita, metro, macchina per cucire, ferro da stiro.

Materiale

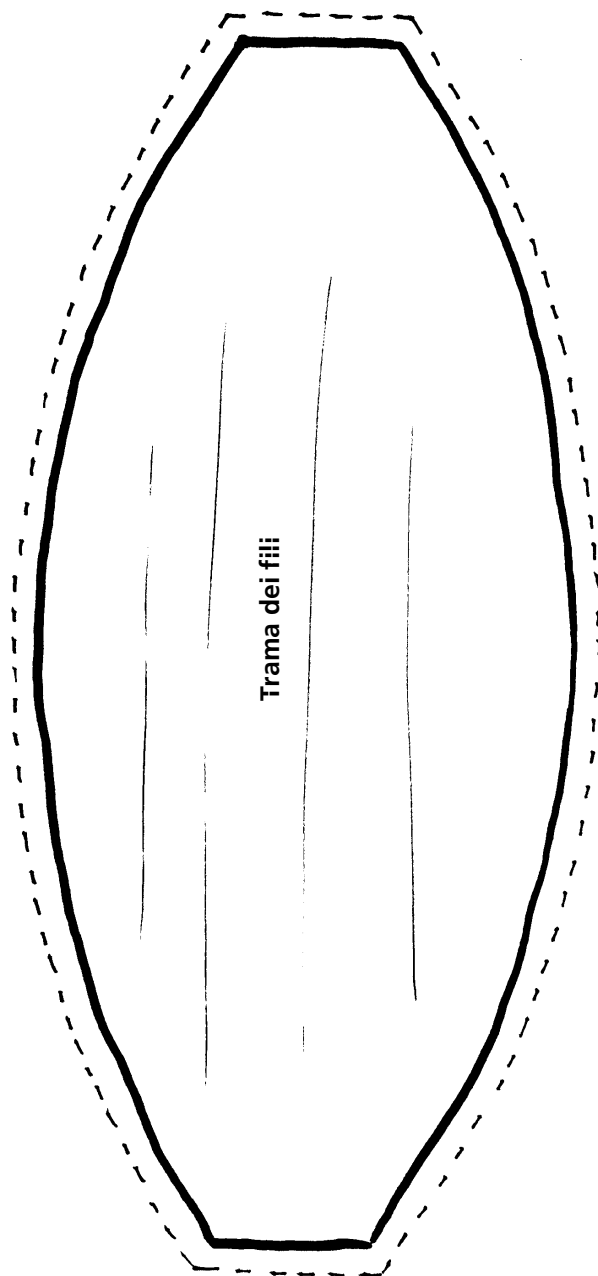
Cartamodelli, ritagli di stoffa, filo, stoffa autocollante, palloncini. Fotocopiare i tre cartamodelli (→ v. figure) ingrandendoli dal formato A5 a quello A3.

Procedimento

- 1 Ingrandire a piacimento il cartamodello e ritagiarlo.
- 2 Fissare il cartamodello sulla stoffa seguendo la trama.
- 3 Ritagliare con precisione.
- 4 Tagliar via dal modello esagonale la parte per le cuciture e ritagiarlo due volte dalla stoffa autocollante.
- 5 Con il ferro fissare la stoffa autocollante agli esagoni.
- 6 Disegnare l'asola e cucirla (se la stoffa è robusta l'asola deve essere prolungata di circa un cm.).
- 7 Cucire tutti i pezzi laterali agli esagoni (dalla stoffa adesiva verso l'angolo). Annodare le cuciture o farle doppie.
- 8 Chiudere tutte le cuciture laterali e rinforzarle.
- 9 Rivoltare il pallone attraverso l'asola, introdurre il palloncino, gonfiarlo e ... giocare.
- 10 In alternativa al palloncino si può riempire l'involucro di stoffa con fiocchi di espanso e cucire poi l'asola.



Ritagliare due volte
(una con e una senza l'asola)



Ritagliare sei volte.

6.3 Giocare con il pallapallone

A seconda della stoffa scelta e del materiale usato per riempirlo, il pallapallone vola o rimbalza diversamente. In ogni caso è ideale per i bambini. Si tratta di un attrezzo fatto da sé, che li affascinerà per lungo tempo. Inoltre i bambini, imparano anche che cosa significa fare attenzione alle cose.

Gioca con il pallapallone che hai fatto da solo!

Provare il pallone: Tenere il pallone in equilibrio sulla testa, sulle spalle, sul dorso della mano su un orecchio ecc.

- Far rotolare il pallone su tutto il corpo. Chi lo accompagna sulla schiena?
- Lanciare il pallone in aria e riprenderlo bloccandolo sulle braccia tese, senza usare le mani.
- Con un partner, scambiarsi i palloni lanciandoseli contemporaneamente, senza farli cadere al suolo.



➔ Lanciare per gioco:
v. fasc. 4/3, p. 22 ss.

Far rimbalzare il pallone: Palleggiarlo sulle spalle, sulla testa, sulle ginocchia.

- Dal ginocchio alla testa, dalla testa a ...
- Far cadere il pallone a terra, quando rimbalza in aria colpirlo una volta di destro e una di sinistro.
- Giocare la palla in un cassone o in un cerchio, fra le corde degli anelli.
- Battere il pallone con la mano verso terra, contro la parete contro il tabellone del canestro e poi riprenderlo. Quanto lontano e quanto alto lo mandiamo?



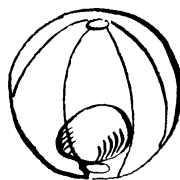
➔ Giocare al di sopra di ostacoli:
v. fasc. 5/3, p. 17

➔ Animare a passare dall'esecuzione alla partecipazione alle decisioni, all'autonomia.

➔ Giochi di palla con i tappetini:
v. fasc. 5/3, p. 16

Un pallone particolare: Prima di gonfiare il palloncino inserire nell'involucro una monetina o un sassolino piatto. Cercare di palleggiare il pallone a terra, di riprenderlo, di passarlo a un compagno ...

- Mettere all'interno del pallone chicchi di riso; poi chiudere gli occhi e farlo rotolare. Dov'è ora?
- A occhi bendati: Due squadre di 3 si fronteggiano e cercano di impedire che le palle avversarie superino rotolando una linea. Un altro bambino fa da arbitro.



➔ Che cosa senti?
v. fasc. 2/3, p. 7

Ritmo e linguaggio: Impiegare forme ritmiche nell'apprendimento della lingua, ad es. usando allo scopo delle poesie o dei racconti adatti.

- I bambini fanno finta di essere loro stessi palloni. Saltano in alto come ...

➔ Collegamento con la lingua; possibile anche al di fuori della palestra.

6.4 Racchettoni: ecco come costruirli

Le tavolette per giocare con le palle possono essere costruite in varie grandezze, da quelle come il palmo della mano che si usano per il «GOBA» fino a quelle di 35 x 35 cm. Costruire durante le lezioni di attività manuali «Dumbo» (l'elefante) o «Milly» (la mucca) è interessante sia dal punto di vista creativo che manuale. Naturalmente sono indicate anche altre figure come ad es. conigli con lunghe orecchie, funghi, frutti con il picciolo ecc. I bambini devono avere la possibilità di esprimere i propri desideri. È possibile anche, nell'ambito di una classe, costruire varie tavolette a tema, ad es. «l'arca di Noé», o «la fruttiera» o ancora «il circo». Preparare per ogni gruppo due tavolette uguali semplifica il lavoro e consente poi durante la lezione di formare delle coppie facilmente riconoscibili, e che possono giocare ad armi pari insieme o l'uno contro l'altro.

Attrezzi:

- Seghetto da traforo
- Raspa
- Carta vetrata
- Matita
- Pennelli
- Trapano a mano
- Morsetti

Materiale

- Compensato spesso circa 1 cm
- Colori per legno
- Lacca

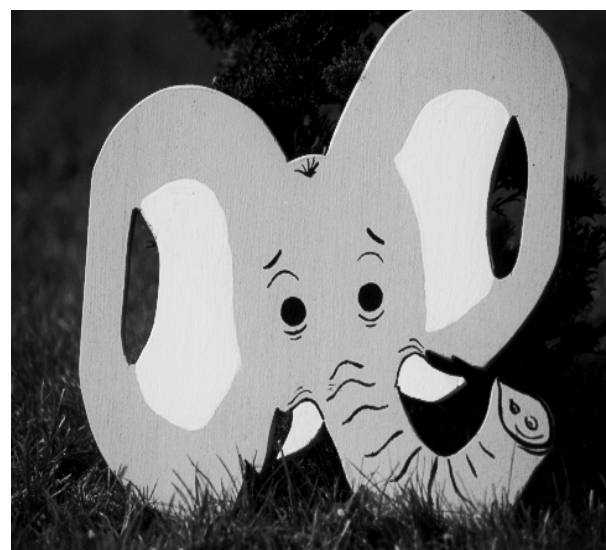
Procedimento

- 1 Disegnare la figura e riportarla poi sul legno usando carta carbone. ⚠ Elementi troppo piccoli si rompono facilmente. Le impugnature devono essere spesse almeno 4 cm!
- 2 Ritagliare attentamente la figura.
- 3 Con il trapano fare gli «occhi» più sono grandi, migliore è la visuale per il giocatore che vi si nasconde dietro.
- 4 Con raspa e carta vetrata smussare gli angoli e lisciare le superfici.
- 5 Dipingere le figure cercando di dare libero sfogo alla fantasia.
- 6 Far asciugare i colori.
- 7 Passare uno strato di lacca.
- 8 Far asciugare e poi ... giocare!

➔ Costruire da soli racchette per il GOBA/giochi:
v. fasc. 5/4, p. 54 s.



«Milly»



«Dumbo»

6.5 Giocare con i racchettoni

Il racchettone consente di fare esperienze di movimento piuttosto variate per le diverse forme di gioco, dal tennis (tavolo) alla pallavolo. Si può giocare con una o con due mani. Come palline si possono usare palloncini gonfiabili, palline in gommapiuma, da unihockey o da ping pong.

Il cameriere: La metà della classe porta la «consumazione» (palline, sacchetti) in un certo posto, l'altra metà riporta gli oggetti indietro. Gli oggetti non possono essere tenuti con le mani.

- A metà percorso il «vassoio» va passato ad un altro cameriere.
- Self service: la classe riesce a riportare tutto in cucina come su un nastro trasportatore?



➔ Istruzioni per costruirle: v. fasc. 5/3, p. 38.

➔ Giochi con palle di carta: v. fasc. 4/3, p. 22

🕒 Come funziona un albergo, o un ospedale?

Giochi con le padelle: Da fermi o camminando tenere il racchettone in equilibrio sulla testa come fosse una padella.

- Poggiare o tenere sulla testa la tavoletta. Poggiarci sopra un oggetto e trasportarlo.
- Lanciare una pallina nella pentola di un altro. A che distanza devono essere per riuscire nel gioco?
- Lanciare una pallina in aria e poi riprenderla al volo ammortizzandone il rimbalzo.
- «La monetina»: Far girare una monetina al margine della tavoletta.
- Far rimbalzare una pallina sulla tavoletta. Riesci a muoverti senza smettere (sedersi, alzarsi, camminare, correre, saltellare)?



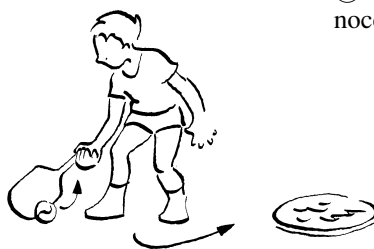
🕒 Terzo Mondo: trasportare contenitori con l'acqua. Confronto con le nostre installazioni sanitarie.

🕒 Lingua: proverbi come: «cadere dalla padella nella brace»; che cosa significa esattamente?

🕒 Usanze (svizzere) come ad es. il Talerschwingen (far girare una moneta da cinque franchi in un piatto fondo).

Distribuire o spalare: Sparsi in giro ci sono cerchi, cordicelle arrotolate o pagine di quotidiano (tombini). Portare una palla dentro di essi usando un racchettone.

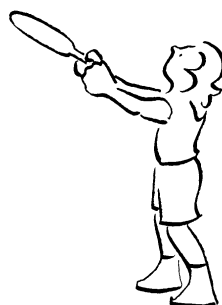
- Pulire il campo: Su un campo si distribuiscono alcuni bambini, che devono spazzare via con le tavolette tutte le palle che vi entrano.
- 3-5 bambini disposti in cerchio difendono una scatola, un cassone, in cui gli altri al di fuori del cerchio cercano di mandare palloni. Impugnare il racchettone a due mani.



🕒 Spalare o sollevare pesi in ginocchio, con la schiena dritta!

Palla rimbalzata: Tenere la tavoletta a due mani e far rimbalzare la palla; o sulla tavoletta o sbattendola con la stessa sul terreno.

- Cercate di ripetere più volte una determinata sequenza, ad es. 3 volte tavoletta 1 per terra, 3 tavoletta.
- Camminando, 3 tavoletta, 1 testa 3 tavoletta ...
- Coinvolgere un compagno, anche con due palline.
- Il compagno lancia la pallina. Rinviarla direttamente con il racchettone
- Giocare la palla inviata dal compagno direttamente su un bersaglio (tappetino, canestro, cerchio).
- Lanciare la palla in alto in modo da farla ricadere su una linea. Quanti colpi ti servono per poter centrare un bersaglio?
- Giocare a tennis su una linea. Stabilire le regole.



➔ Numero di abilità, ev. anche con accompagnamento musicale.

➔ Dai giochi simili al tennis a quelli simili alla pallavolo: v. fasc. 5/3, p. 17

Come puoi giocare con il racchettone che hai fatto tutto da solo?

Bibliografia / Ausili didattici

- ADOLP, H. / HÖNL, M.: Integrative Sportspielvermittlung. Kassel 1993.
- BEIN, W.: Basketball schon mit 6- und 7-jährigen. Erfahrungsbericht. Hamburg 1994.
- BLUMENTHAL, E.: Kooperative Bewegungsspiele. Schorndorf 1993.
- BROICH, J.: Körper- und Bewegungsspiele. Über einhundert neue Gruppenspiele. Köln 1993.
- BRUGGMANN, B.: 1020 Spiel- und Übungsformen im Kinderfussball. Mit 44 Beispiel-
lektionen. Schorndorf 1998.
- BUCHER, W. (Hrsg.): 741 Spiel- und Übungsformen «Bewegtes Lernen». Schorndorf 1999.
- DÖBLER, E.: Kleine Spiele. Berlin 1996.
- DODERER, K. (Hrsg.): BUSCH, W.: Plisch und Plum. In: Lexikon der Kinder- und Jugend-
literatur. Basel 1984.
- ERNST, K.: 10 x 10 Bewegungsspiele. Eine Spielsammlung. Zofingen 1993.
- FIRMIN, F.: Bewegung als Zugang zur Welt. Zürich 1989.
- FLEMMING, I.: Spiele mit viel Bewegung. Mit Grundschulkindern drinnen und draussen
aktiv. Mainz 1994.
- FLURI, H.: 1012 Spiel- und Übungsformen in der Freizeit. Schorndorf 1996⁷.
- GRÖSSING, S.: Bewegungskultur und Bewegungserziehung. Schorndorf 1993.
- KELLER, R.: Ballspielen lernen. Sabe. Zürich 1991.
- KELLER, R.: Auf leisen Sohlen durch den Unterricht. Ein Arbeitsbuch zum spiel- und
handlungsorientierten Unterricht im 1. und 2. Grundschuljahr.
Schorndorf 1995.
- KLEINSCHMIDT, M. (Hrsg.): Gefunden. Gedichte für die Grundschule. Frankfurt a.M. 1985.
- KLIEWER, H.-J.: Die Wundertüte. Reclam Lesebuch. Stuttgart 1989.
- KÜHN, E.: Die kleine Spinne Seraphina. Stuttgart 1986.
- LUKÁCSY, A.: Spiele aus aller Welt. Budapest 1972.
- MEDLER, M.: Ballspielen: Ein integrativer Ansatz für die Grundschule.
Neumünster 1996.
- MÜLLER, B.: Fangspiele. Dortmund 1995.
- SCHNEIDER, K.: Lauter Windeier. Weinheim 1992.
- ZIMMER, R. / CIRCUS, H. (Red.): Kinder brauchen Bewegung. Aachen 1992.
- UNICEF: Spiele der Welt. Zürich 1979.

Videocassette:

Il mago Merlino. Walt Disney Production.

Altri testi sono contenuti nella bibliografia dei volumi in francese

➔ www.sportmediathek.ch



Edizioni ASEF

Ampio assortimento di opuscoli, libri, videocassette, cassette audio e ausili didattici vari per completare il presente manuale.