

# Lezione

## Introduzione al doppio

La presente lezione permette agli allievi di imparare le basi del doppio in modo avvincente. Gli allievi apprendono a sviluppare in modo ludico la fiducia nel gioco di squadra e a coprire insieme il campo da gioco.

### Condizioni quadro

Durata della lezione: 60 minuti

Livello di capacità: scuola media (7°-9° anno scolastico)

### Obiettivi d'apprendimento

- Prendere accordi all'interno della squadra quando ci si trova sotto pressione.
- Sviluppare il fiuto per la difesa e l'attacco in comune.
- Avere piacere al gioco di squadra.

		Svolgimento	Consigli importanti	Possibilità	Organizzazione/materiale
Introduzione	5'	<b>Tattica precisa</b> In coppia su una metà campo giocare con due volani contemporaneamente.	Prevedere abbastanza distanza tra le coppie.	<b>Più facile</b> A rete, gioco più corto ma un po' più alto.  <b>Più difficile</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Giocare con tre volani.</li> <li>• Variare la distanza.</li> </ul>	Abbastanza volani.
	5'	<b>Doppio a rete alternato</b> Si gioca un doppio a 2 contro 2 su tutta la larghezza del campo, dalla rete fino alla linea di servizio. Il volano va colpito in alternanza tra i 2 giocatori.	È possibile anche giocare a 3 contro 3.	<b>Più facile</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Senza alternarsi.</li> <li>• Solo su una metà campo.</li> </ul> <b>Più difficile</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le coppie si devono tenere per mano.</li> <li>• La coppia ha solo una racchetta che viene passata tra i giocatori.</li> </ul>	
	5'	<b>Racchetta umana</b> Si gioca un doppio a 2 contro 2. Prima di tirare il volano verso l'avversario, il compagno tocca il volano con una parte del corpo. Gli smash non sono permessi.	È possibile giocare anche a 3 contro 3.	<b>Più difficile</b> È permesso fare degli smash.  <b>Più facile</b> Invece di usare il corpo, si può passare il volano al compagno con un tiro sottomano.	
Parte principale	5'	<b>3 contro 3</b> Si gioca a 3 contro 3 in un campo normale da doppio e con le regole normali di badminton. Se un giocatore fa un errore, lascia il campo e la sua squadra continua in due. Non appena l'avversario compie un errore, il primo giocatore che ha lasciato il campo può tornare. Tocca al giocatore della squadra avversaria che ha fatto l'errore lasciare il campo. Si ottiene un punto quando tutti i giocatori della squadra avversaria hanno dovuto lasciare il campo.		<b>Più difficile</b> Si gioca solo a 2 contro 2. Fuori dal campo aspetta un giocatore sostitutivo. Quando un giocatore ha tirato due volte il volano, lascia il campo e viene sostituito.	

	Svolgimento	Consigli importanti	Possibilità	Organizzazione/materiale
Parte principale	5' <b>Regole del doppio</b> Spiegare come contare i punti e la sequenza del servizio.			Usare una lavagna a fogli mobili o un altro sistema di visualizzazione.
	20' <b>Giocare a doppio</b> Due coppie di allievi si affrontano in un doppio. Di tanto in tanto, il docente fa una domanda o assegna un determinato compito. Far giocare due coppie dal livello più o meno simile.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Con suddivisione del campo uno accanto all'altro: A nella parte sinistra, B in quella destra. Quali sono i vantaggi e gli svantaggi?</li> <li>• Con suddivisione del campo uno dietro all'altro: A a rete, B dietro. Quali sono i vantaggi e gli svantaggi?</li> <li>• Tirare in mezzo agli avversari. Chi dovrebbe ritornare il volano diretto al centro?</li> </ul>		
	5' <b>Valutazione</b>	Richiamare l'attenzione sull'importanza della comunicazione tra i due giocatori.		Lavagna a fogli mobili
Ritorno alla calma	10' <b>Doppio indonesiano</b> Due coppie di allievi si affrontano in un doppio. Ogni coppia ha un deposito di tre volani sulla linea di fondo. La persona che commette un errore corre a prendere il più velocemente possibile il volano, lo posiziona nel deposito della sua metà campo e torna a giocare. La squadra che ha vinto lo scambio può subito prendere un volano dal suo deposito e riprendere il gioco. Quale delle squadre finisce i volani del deposito per prima?		<p><b>Più facile</b> Senza smash.</p> <p><b>Più difficile</b> Con 4-5 volani nel deposito.</p>	