

# Lezione

## Basi tattiche

In questa lezione si descrive come introdurre in modo ludico le tattiche di base e applicarle durante il gioco.

### Condizioni quadro

Durata delle lezioni: 90 minuti

Livello scolastico: livello secondario I e II

Età: 11-20 anni

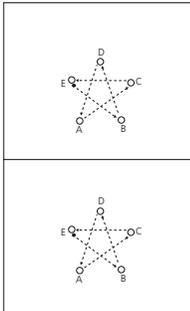
Avanzati

Applicare

### Obiettivi di apprendimento

- Controllare e passare la palla in modo mirato mentre si è in movimento.
- Capire qual è il proprio ruolo e metterlo in pratica.

**Osservazione:** la durata dei singoli esercizi e della partita possono essere modificati, in modo tale che la lezione possa concludersi dopo 90'.

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Introduzione	5' <b>Gioco in coppia</b> In coppia cercare di passarsi la pallina con la racchetta muovendosi nella palestra senza ostruire i compagni. Il maestro può proporre altre varianti per colpire la pallina. Ad esempio: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passaggi solo di rovescio.</li> <li>• A un segnale del maestro, cambiare compagno mentre la pallina è in volo.</li> <li>• Effettuare dei passaggi facendo rimbalzare la pallina contro la parete.</li> </ul>		Racchette, palline
	5' <b>Stella</b> 5 giocatori formano una stella. Il giocatore A passa al giocatore C, il giocatore C al giocatore E, il giocatore E al giocatore B e così via.  <b>Varianti</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Si può iniziare giocando una pallina di sicurezza (effettuare un passaggio alto).</li> <li>• Introdurre una pallina supplementare.</li> <li>• A un segnale, cambiare direzione di gioco.</li> <li>• Integrare alla stella altri giocatori.</li> </ul>		Racchette, palline
Parte principale	5' <b>Tattica</b> Durante la partita, spiegare brevemente la tattica di gioco (triangolazione). Difensore/centrocampista/attaccante.  <b>Consiglio:</b> può essere d'aiuto visualizzare la tattica utilizzando una flip chart.		Racchette, 2-3 palline, 8-10 tappeti

	Tema/Compito/Esercizio/Gioco	Organizzazione/Disegno	Materiale
Parte principale	<p>15' <b>Gioco a zona</b></p> <p>Si gioca quattro contro quattro in una normale palestra con le regole dello sport scolastico. Formare due squadre, che si suddividono in linee. Ogni linea gioca 2'/3' (a seconda del numero di allievi). Effettuare dei cambi volanti al termine di ogni tempo di gioco.</p> <p>Suddividere il campo in due zone (dividere la palestra a metà). I difensori possono muoversi solo in una metà del campo, gli attaccanti nell'altra metà. I centrocampisti possono invece spostarsi liberamente su tutto il campo.</p> <p><b>Varianti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un giocatore che supera la «sua» zona viene richiamato.</li> <li>• In caso di superamento della zona, la squadra avversaria usufruisce di una punizione nel punto in cui è stata commessa l'infrazione.</li> </ul>		<p>2 porte, 1 pallina, racchette, casacche (o nastri)</p>
Ritorno alla calma	<p>10' <b>Smolball</b></p> <p>Giocare utilizzando la tattica a zona, ma permettendo a tutti di oltrepassare la propria zona.</p>		<p>2 porte, 1 pallina, racchette, casacche (o nastri)</p>
	<p>5' <b>Riordinare/Congedarsi</b></p>		