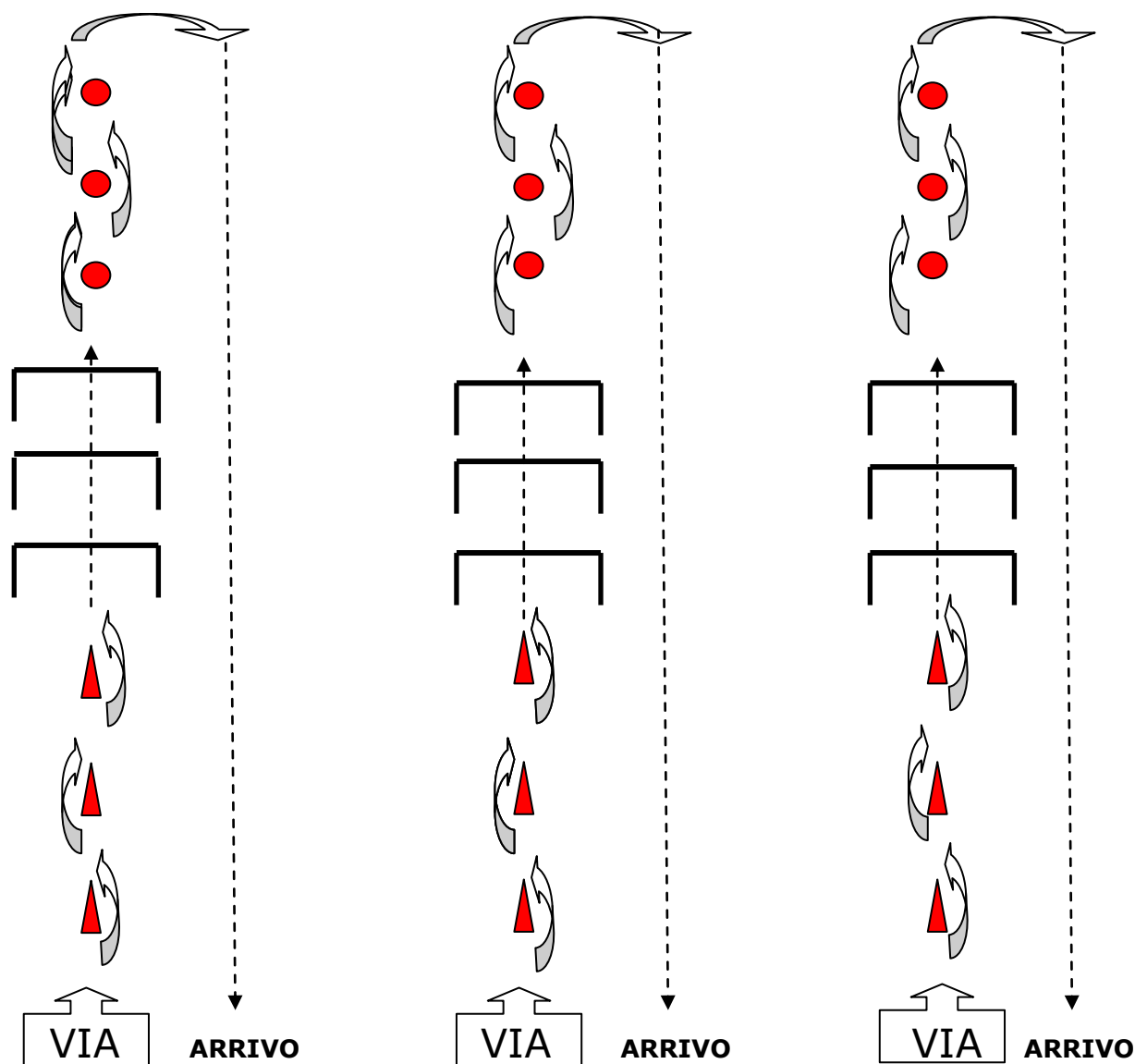


GIOCOPALLAMANO

| | |
|--|---|
| <p>CONTROLLO LA PALLA</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Lanciare la palla in alto e riprenderla, battere le mani davanti e dietro e riprenderla, battere le mani sul sedere e riprenderla, battere le mani sulle ginocchia e riprenderla. • Lanciare la palla in alto, riprenderla e farla passare sotto le gambe facendole fare un otto, farla girare attorno alla schiena, farla girare attorno alle gambe unite, farla passare sotto le gambe alzandole alternativamente. • Questi giochi vanno eseguiti da fermo , camminando, correndo e a coppie e sottoforma di gioco (es. chi arriva prima a fare tre giri della palla attorno al corpo). |
| <p>PASSIAMO LA PALLA</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Gara dei 10 passaggi a coppie Bambini di fronte e distanti fra loro circa 6 metri; al via si passano la palla e vince la coppia che arriva prima a 10 passaggi • Stesso gioco del precedente con i tre passi Partenza con palla dietro una linea, fare tre passi di corsa passare e ritornare al punto in cui si è partiti. Si possono piano piano aumentare le distanze di passaggio fra i due bambini. • Gioco palla in meta Due squadre di 3-4 bambini, una squadra con palla su una linea di fondo e l'altra disposta su quella opposta. Al via la squadra con la palla cerca con il passaggio di portare la palla oltre la linea di fondo opposto, la squadra che difende cerca di rubare la palla per attaccare a sua volta cercando di portare la palla oltre la sua linea, opposta a quella di partenza; il gioco dura circa 30-40 secondi poi si cambiano tutti i giocatori in campo. |
| <p>FACCIAMO GOAL</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Bambini divisi in 4 o 5 gruppi e ogni gruppo in fila di fronte a una porta distante circa 10-12 metri; i primi bambini di ogni gruppo hanno la palla; al via il primo bambino di ogni gruppo parte e sfruttando i tre passi va a tirare in porta cercando di non entrare in area prima di aver lanciato la palla, appena ha tirato va a recuperare la palla riportandola al compagno davanti la fila che parte a sua volta per fare goal e così via; vince il gruppo che arriva prima a fare 10 goal. Ricordare che il goal è valido se il bambino non tira dentro l'area e non pesta la riga della stessa • Bambini divisi in 4 o 5 squadre di 4-5 alunni per squadra posti in fila ; le squadre sono davanti ad una unica porta posta a circa 10 – 12 metri di distanza. I primi due bambini di ogni squadra hanno la palla; al via il 1° bambino di ogni squadra va a tirare in porta, recupera la palla e parte il secondo bambino mentre chi ha tirato consegna la palla al bambino davanti alla sua squadra e così via; vince la squadra che arriva a fare 10 goal per prima. |
| <p>ATTACCHIAMO E DIFENDIAMO</p> | <ul style="list-style-type: none"> • 1 contro 1 + portiere Bambini divisi in quattro gruppi A- B- C- D, posti in fila ai quattro angoli del campo; il gruppo A e B, sulla stessa linea di fondo, ha il possesso della palla con A (portiere); C e D sulla linea di fondo opposta C che fa il portiere;; l'insegnante fa l'appoggio cioè gioca sempre con chi è in possesso della palla; al via A passa a B che cerca di fare goal con l'aiuto dell'insegnante che può solo ricevere e passare; se C e D recuperano la palla sono loro gli attaccanti. Si gioca un 30-40 secondi e poi si cambiano i 4 giocatori in campo . La palla successivamente va al gruppo C e D dopo che tutti i bambini dei gruppi A e B hanno giocato il loro turno. • Mini partita 2 contro 2 più il portiere Bambini divisi in sei gruppi disposti 3 su una linea di fondo A -B- C e tre sulla linea di fondo opposta D- E- F; i gruppi A- B- C sono in attacco ed in possesso di palla con A che fa da portiere e i gruppi D- E- F sono i difensori con D che fa da portiere: Si gioca 30/40 secondi e poi escono i sei bambini e ne entrano altri sei; all'uscita si scala : A va nella fila B, B nella fila C e C nella A, mentre D va nella E, e va in F e F va in D; quando i gruppi A,B,C sono entrati tutti in campo la palla va ai gruppi D, E, F • Mini partite da 4 contro 4 o da 6 contro 6 (compreso il portiere) N.B. Ricordare che le mini partite e la partita finale devono occupare almeno un terzo del tempo della lezioni. |

N.B. tutti i giochi che sfruttano l'uso dei fondamentali devono essere proposti in **SITUAZIONI APERTE**, in cui i bambini devono sviluppare l'aspetto cognitivo nel saper vedere , scegliere e approntare (decidere) l'azione adeguata.
I giochi descritti nelle schede iniziano in situazioni chiuse, ma devono sfociare in momenti aperti quanto prima.

ESEMPIO DI GIOCO CHIUSO



SQUADRA A

SQUADRA B

SQUADRA C

Il gioco si può eseguire a STAFFETTA (con un numero di percorsi individuato in base alla composizione delle singole squadre) o in forma INDIVIDUALE (chi compie il percorso per primo).

ESEMPIO DI GIOCO APERTO

blu

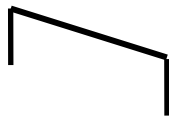
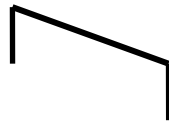
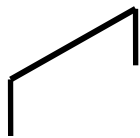
neri

rossi

azzurri

verdi

grigi



rossi



grigi



verdi



neri






azzurri



blu



Costruzione del percorso

Usando gli stessi attrezzi del "gioco chiuso" (ostacoli  cerchi  e coni ) si dispongono in modo casuale come evidenziato nell'esempio sopra riportato.

Il numero degli attrezzi deve essere sempre inferiore al numero delle squadre costituite (es. 6 ostacoli se partecipano 7 squadre e più il numero degli oggetti utilizzati diminuisce e più aumentano le difficoltà, passando dalle abilità alle competenze).

Esecuzione del gioco

La classe viene divisa in squadre (nominare le squadre: rossi, gialli, verdi.....) di due o tre bambini al massimo, per rispettare il carico motorio.

Il gioco consiste nel saltare tre ostacoli, entrare con un piede in tre cerchi, toccare tre coni e raggiungere la posizione d'arrivo assegnata dal colore della squadra. L'inizio del gioco è dato da un bambino che ha il "POTERE" (il potere lo ottiene l'alunno che risponde per primo ad un quesito posto dalla maestra) scegliendo il tempo di partenza. Al suo inizio tutti i numeri uno delle singole squadre partono per eseguire il percorso.

Il gioco può essere effettuato a STAFFETTA (eseguire un certo numero di percorsi per squadra) oppure INDIVIDUALE (ogni componente di ciascuna squadra esegue il percorso "aperto" e si registra chi riesce a completarlo per primo).

GIOCOPALLAMANO

PROPOSTE DIDATTICHE

PRIMA LEZIONE

| | |
|---|-----|
| Esercizi - giochi usando il controllo della palla | 10' |
| Esercizi - giochi usando il passaggio | 15' |
| Gioco dei 10 passaggi con un massimo di 3 passi per spostarci . . . | 10' |
| Gioco: mini partita 2 contro 2 | 20' |

SECONDA LEZIONE

| | |
|---|-----|
| Esercizi - giochi usando il controllo della palla | 10' |
| Esercizi - giochi usando il passaggio | 15' |
| Gioco: 1 contro 1 con appoggio | 20' |
| Mini-partite. | |

TERZA LEZIONE

| | |
|---|-----|
| Esercizi - giochi usando il controllo della palla | 10' |
| Esercizi - giochi per usando il palleggio | 15' |
| Gioco: 2 contro 2 più il portiere | 20' |
| Mini-partite | |

QUARTA LEZIONE

| | |
|--|-----|
| Esercizi - giochi usando il controllo della palla. | 10' |
| Esercizi - giochi usando il palleggio e il passaggio combinati | 15' |
| Gioco: 3 contro 3 con i portieri | 20' |
| Mini-partite | |

QUINTA LEZIONE

| | |
|---|-----|
| Esercizi - giochi usando il controllo della palla | 10' |
| Esercizi - giochi usando passaggio, palleggio, tiro combinati | 15' |
| Mini - partite o partite fra i bambini | 30' |