

CLINIC ISTRUTTORI MINIBASKET 18/05/2019 – RELATORI : OLDANI / VERDE
PALESTRA POLIVALENTE COMUNALE – Via Bevilacqua, 42/B (Gussago)

QUADRI DI RIFERIMENTO : CONOSCENZE e ABILITA' (categorie SCOIATTOLI / AQUILOTTI – 7/8 e 9/10 anni)

ARGOMENTO : SVILUPPO DELLA COMBINAZIONE MOTORIA UTILIZZANDO I FONDAMENTALI
CON PALLA COME STRUMENTI

DEFINIZIONE DI COMBINAZIONE MOTORIA :

Capacità coordinativa SPECIALE insieme ad orientamento e differenziazione spazio-temporale, anticipazione, equilibrio, ...

Capacità di collegare, coordinare e sincronizzare azioni motorie in successione, alternanza o simultaneità, con il riconoscimento della variabile spazio-tempo.

PUNTI FORTI QUADRO CONOSCENZE :

- Sviluppo delle capacità motorie (controllo motorio, orientamento spazio-temporale, anticipazione motoria, adattamento e trasformazione, ...);
- Coinvolgimento adeguato dei bambini (carico motorio);
- Sviluppo delle senso percezioni (vista, tatto, udito, ...) e degli schemi motori di base (camminare, correre, saltare, lanciare/afferrare, spingere/spingersi, equilibrarsi/squilibrarsi, strisciare, ...);
- Scoperta dei fondamentali come strumento (palleggio, passaggio, tiro, difesa, gioco senza palla);
- Incontro equilibrato con tutti i fondamentali;
- Giochi a potere (STIMOLO COGNITIVO).

CRITERI:

- Obiettivo della lezione;
- Individuazione dello STRUMENTO;
- Programmare il coinvolgimento adeguato (coppie, terzetti, ...);
- Vivere la lezione (spiegare, dimostrare, correggere, rinforzare, ...);
- Proporre giochi adeguati;
- Emozione della scoperta del gioco.

MATERIALE NECESSARIO :

- palloni minibasket
- cerchi
- palline (tennis o morbide)
- coni
- cinesini

ESEMPI DI ATTIVAZIONE

1) GIOSTRE APERTE (gioco di gruppo)

Bambini in palleggio con un cerchio ognuno. Al segnale dell'istruttore devono “trillare” il proprio cerchio e da quel momento, in palleggio, girano per il campo tenendo “vivi” i cerchi che trovano.

Si prosegue fino a che il 3° cerchio si ferma oppure allo STOP dell'istruttore. Ripetere per più volte.

VARIANTI : - un tiro a canestro dopo ogni “trillo”
- gara a squadre divisi su 2 metà campo

2) GIOCOLIERI (gioco a coppie)

Bambini divisi a coppie dentro un cerchio, posizionati sulla linea dei 3p.

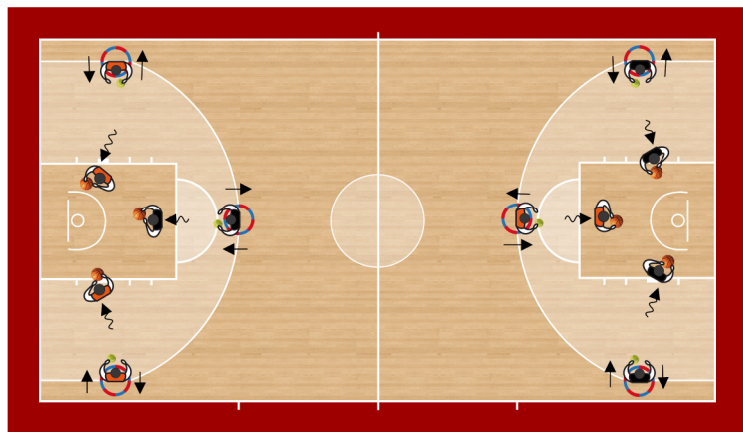
Ogni coppia con una palla e una pallina da tennis (o pallina morbida).

Al segnale dell'istruttore il primo bambino, con palla minibasket va a tirare a canestro (1 tiro), mentre il suo compagno gioca a passarsi la palla da una mano all'altra entrando e uscendo dal cerchio.

Quando chi ha tirato ritorna, ci si scambia il ruolo.

Si va avanti fino allo stop dell'istruttore e vincerà chi ha segnato più canestri.

VARIANTI : - cambiare giochi con pallina da tennis
- 3 tiri prima di tornare



ESEMPI DI FASE CENTRALE

3) 5 GETTONI (gioco a coppie)

Bambini a coppie TUTTI con la palla dietro la linea dei 3p. e 2 coni, uno a destra e uno a sinistra.

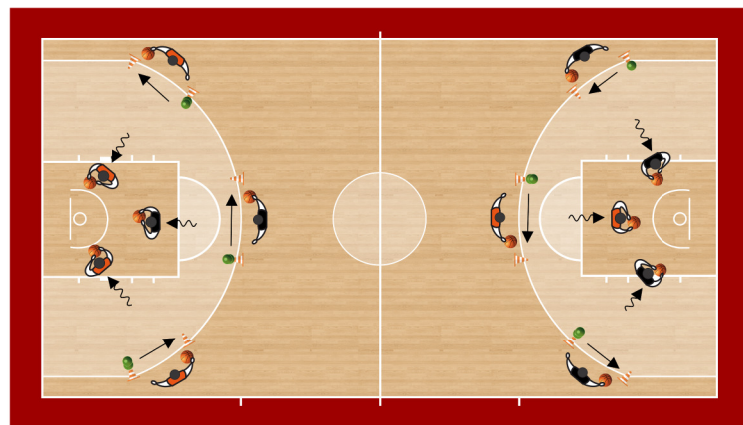
Su un cono ci sono impilati 5 cinesini.

Al via il primo della coppia va a tirare a canestro, mentre il compagno palleggia sul posto.

Se segna, chi è vicino ai coni sposterà un cinesino sopra l'altro cono sempre palleggiando.

Il secondo parte quando il primo gli batte il “5”.

Vince la prima coppia che sposta tutti i cinesini sul cono inizialmente vuoto.



4) POTERE DA SOTTO (gioco a potere)

Bambini divisi in 2 squadre. Ogni squadra divisa su 2 file fuori dal campo, una a metà campo e una all'altezza del tiro libero.

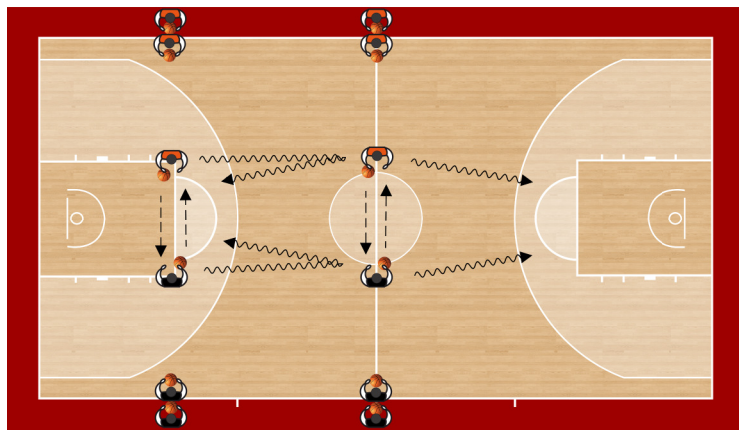
I primi 2 giocatori di ogni squadra in campo e tutti con palla.

Si scambiano la palla con l'avversario di fronte (passaggio al petto/battuto o passaggio su lato dx/sx).

Ha il potere uno dei 2 giocatori vicino a canestro. Quando vuole smette di passare la palla e in palleggio corre a scambiarlo con il proprio compagno a metà campo. Lo stesso farà l'avversario.

Il primo che segna prende punto e potere per la propria squadra.

VARIANTE : anche i 2 giocatori a metà campo vanno a tirare (stesso canestro o canestro opposto) e la prima coppia che torna al proprio posto dopo aver segnato vince.



ESEMPI DI FASE FINALE

5) 3vs3 CON IL CONO (gioco a squadre)

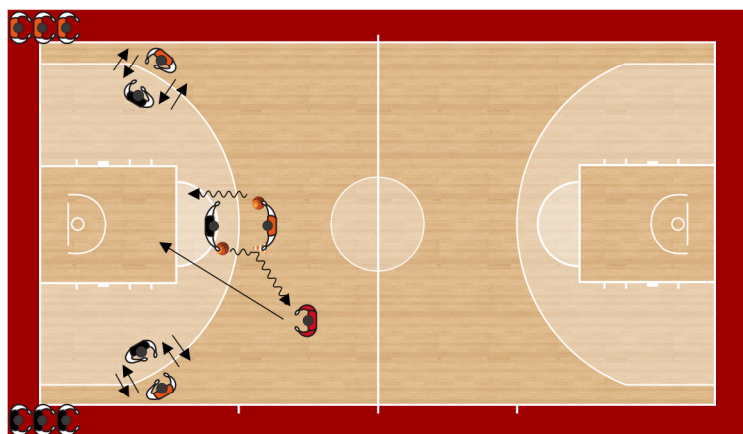
Bambini divisi in 2 squadre e 3 giocatori per squadra in campo fuori dalla linea dei 3p.

Attaccante in mezzo con cono e palla e difensore di fronte con palla, in palleggio.

Gli altri sui lati e gli attaccanti comandano i movimenti a specchio dei difensori.

Quando l'attaccante con il cono decide di partire, lo appoggia e va verso canestro.

Il difensore di fronte, prima di iniziare a giocare, deve portare cono e palla all'istruttore.



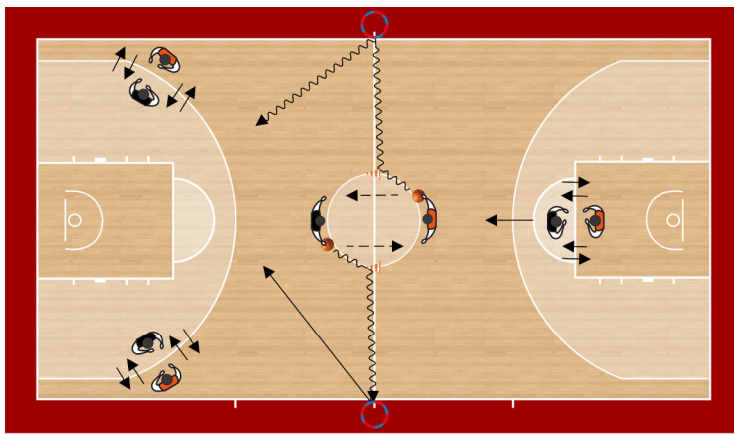
6) 4vs4 "PORTA IL CONO" (gioco a squadre)

Bambini divisi in due squadre, 4 giocatori per squadra in campo.

Un attaccante e un difensore, entrambi con palla, sul cerchio di metà campo che se le scambiano con a fianco 2 coni; 2 att. e 2 dif. in movimento a specchio sui 3p. della metà campo offensiva e 1 att. e 1 dif. che fanno lo stesso sul tiro libero nella metà campo opposta.

Quando l'attaccante con palla a metà campo vuole, prende un cono e lo porta in palleggio in uno dei 2 coni posti fuori dal campo e inizia la situazione di gioco.

Il difensore di fronte, prima di iniziare a giocare, deve portare la sua palla e l'altro cono nel cerchio opposto.



PAROLE CHIAVE

7-8 ANNI

ATTENZIONE – LETTURA – SCELTA - DECISIONE:

FUNZIONI COGNITIVE	FUNZIONI ESECUTIVE
Le funzioni cognitive consentono all'individuo di percepire, trattenere, integrare ed utilizzare i segnali interni ed esterni realizzando in tal modo la programmazione del proprio comportamento	Le funzioni esecutive sono moduli mentali che coordinano l'intero sistema cognitivo e gestiscono le risposte adattive a condizioni e situazioni ambientali nuove e mutate
Memoria	Pianificazione
Attenzione	Decisione
Percezione	Inibizione
Pensiero	Regolazione
Orientamento spazio/temporale	Correzione
Linguaggio	Azione
Ragionamento	GIOCHI DI POTERE

offrono continui stimoli per l'attenzione

VARIAMENTE
COMBinate TRA
LORO, LE
FUNZIONI
COGNITIVE ED
ESECUTIVE
CONTRIBUISCONO
A DETERMINARE
L'INTELLIGENZA DI
OGNI SINGOLO
INDIVIDUO
(Organizzazione
Mondiale della
Sanità)

PUNTI DI RIFERIMENTO PER L'ISTRUTTORE

- L'incontro con il Minibasket.
- La scoperta dei fondamentali e la loro importanza come strumenti per lo sviluppo delle capacità motorie.
- Il giusto e adeguato equilibrio nella presentazione dei 4 fondamentali offre una maggiore opportunità ai bambini di sviluppare significativi apprendimenti su tutte le capacità motorie.
- l'incontro con i fondamentali deve essere posto in relazione con i primi riferimenti del gioco (canestro – palla – campo – avversari – prime regole – ecc. ecc.).
- Ogni lezione deve essere preparata in funzione della capacità coordinativa che si intende porre al centro del programma definito, la lezione non può essere ridotta ad un contenitore di obiettivi indefiniti e confusi.
- l'Istruttore deve essere consapevole della capacità motoria che sta allenando, delle variabili che possono incidere sullo sviluppo e le modifiche dei giochi, deve saper "governare" la situazione didattica.

Da questo presupposto nasce l'efficacia dell'insegnamento, l'opportunità per chi insegna di intervenire, correggere, far riflettere, rinforzare e stimolare.

Attenzione a :

- Tempo (per esercitarsi sul compito);
- Opportunità (esercitarsi con successo);
- Gestione delle attività (tempi e gruppi);
- Gestione dei materiali (preparazione).