Festival di calcio

Autor(en): **Hangarter, Roman / Kern, Raphael / Balduzzi, Luca**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : la rivista di educazione fisica e sport. Inserto pratico**

Band (Jahr): **12 (2010)**

Heft 64

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-999067

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Festival di calcio

mobile
inserto pratico

64

UFSPO & ASEF

Divertirsi, sfogare la tendenza naturale a muoversi e vivere delle esperienze collettive sono i bisogni che una festa dedicata al gioco deve soddisfare per rimanere impressa nella mente dei suoi partecipanti. Questo inserto pratico illustra cinque proposte per organizzarne una focalizzata sul tema del calcio.

Autori: Roman Hangarter, Raphael Kern, Luca Balduzzi
Redazione: Francesco Di Potenza
Foto: Daniel Käsermann; disegni: Leo Kühne; traduzione: Lorenza Leonardi Sacino; layout: Monique Marzo

Una festa dedicata al gioco è una cornice in cui i bambini eseguono dei compiti motori giocando allegramente e mostrando con orgoglio le loro capacità. Questi appuntamenti sono un palcoscenico per i bambini, uno spazio in cui vivere delle esperienze e cogliere con successo delle sfide grazie alle quali ricevono degli apprezzamenti. Agli adulti (monitori, genitori, allenatori e aiutanti) spetta il compito di organizzare, controllare che tutto proceda per il meglio e che i bambini ottengano dei risultati. A un simile evento ludico, che può durare sino a due ore, solitamente prendono parte da una dozzina ad un centinaio di partecipanti. Si può pure optare per una versione più breve, ideale per un allenamento serale, per una serata durante un campo sportivo o un fine settimana. Le cinque strutture presentate in questo inserto pratico si prestano anche per delle manifestazioni che coinvolgono genitori e figli o giovani, naturalmente gli esercizi vanno adeguati all'età dei partecipanti.

Creatività richiesta

Le proposte sono però principalmente destinate alle feste con i bambini. Occorre sempre partire dal principio che un evento cui partecipano bambini fra i 5 e i 7 anni è sostanzialmente differente da uno riservato a ragazzini in età compresa tra gli 8 e i 10 anni. I giochi e i compiti motori sono scelti e preparati diversamente. Per questa ragione, abbiamo rinunciato a descrivere troppo dettagliatamente gli esercizi. I giochi e le attività proposte sono degli esempi che possono e devono essere sostituiti con altri adatti alle caratteristiche dei partecipanti. E dal responsabile del gruppo è richiesta una buona dose di creatività!

Tutto ruota attorno al piacere del gioco

L'idea di realizzare questo inserto è stata suggerita dall'Associazione svizzera di football (ASF). I contenuti sono destinati, fra gli altri, alle società di calcio e alle scuole. Il contenuto si basa sul modello delle forme di base del movimento che figura anche nel programma «G+S Kids». Su ogni doppia pagina si trova un grafico in cui sono rappresentati i movimenti di base richiesti.

Redigendo l'inserto, gli autori si sono focalizzati sul piacere che provano i bambini quando giocano, un aspetto che rappresenta l'obiettivo più importante di una festa dedicata al gioco. Quando i bambini fanno rientro a casa con gli occhi che brillano di gioia e di orgoglio per ciò che sono riusciti a dimostrare significa che l'impegno profuso da aiutanti, monitori e allenatori ha dato i suoi frutti. ■

L'inserto pratico è un fascicolo allegato a «mobile», la rivista di educazione fisica e sport.
I lettori possono richiedere altri esemplari:
- Fr. 5.–/€ 3.50 (per esemplare)

Le ordinazioni sono da inoltrare a:
Ufficio federale dello sport UFSPO
CH-2532 Macolin
fax +41 (0)32 327 64 78
mobile@baspo.admin.ch
www.mobile-sport.ch

Variato e adatto ai bambini

Un inizio ben riuscito e una buona conclusione sono le premesse indispensabili per un festival di successo. Su questa doppia pagina trovate dei consigli e delle idee che vi aiuteranno a stimolare in modo variato i bambini, perché solo voi sapete con esattezza cosa li diverte veramente.

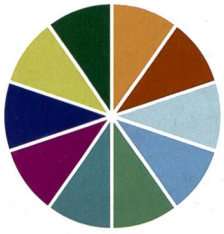
Incoraggiare in modo variato
I giochi, i compiti motori, i percorsi e le staffette servono ad allenare i movimenti di base in modo ludico. La colonna portante di una festa può essere il gioco svolto più volte e completato con altre forme di movimento. Diversità significa anche eseguire più volte lo stesso esercizio. Non è divertente infatti iniziare ogni cinque minuti qualcosa di totalmente nuovo.

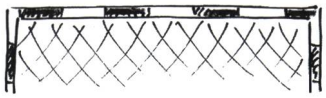
È importante che i bambini si rendano conto che conoscono l'attività in cui devono lanciarsi.

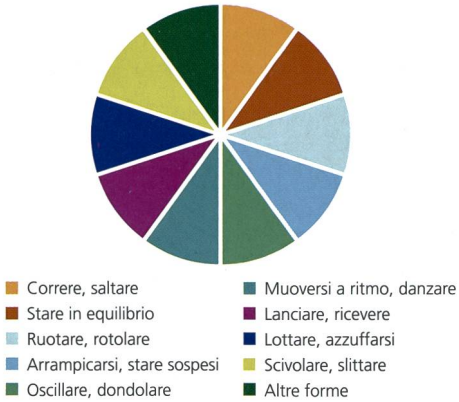
Accompagnare i bambini
I bambini piccoli hanno bisogno di aiuto per allacciarsi le scarpe, bere, andare in bagno, ecc. In un luogo in cui regna confusione i piccoli si sentono rapidamente persi ed è necessario che conoscano la persona adulta che si occupa del loro gruppo. Inoltre devono sapere di quanti metri possono allontanarsi e, soprattutto, che al ritorno bisogna imperativamente riannunciarsi.

Partecipare fino all'ultimo secondo
I tornei ad eliminazione diretta, in cui alla fine rimangono soltanto due squadre in lizza, non sono fonte di piacere e divertimento per i bambini. Pensiamo alla delusione cocente che proverebbero ad essere eliminati dopo il primo turno! Ogni bambino preferirebbe poter continuare a giocare e a essere attivo e non rimanersene lì immobile e passivo ad aspettare la fine del torneo.

I movimenti di base
Lanciare e ricevere sono movimenti che nel calcio ricoprono una grande importanza e possono sostituire altre forme di movimento come rotolare, tirare, passare, colpire e centrare (per la forma «lanciare»), portare, afferrare, fermare (per la forma «ricevere») e delle forme combinate come far rimbalzare, giocolare, dribblare (combinazione delle due forme). Questo vale anche per le altre forme di base del movimento (v. G+S Kids – Nozioni teoriche). Nel calcio sono soprattutto «lanciare, ricevere» e «correre, saltare» le forme che assumono un ruolo importante.







L'inizio è un rituale inderogabile

Iniziare e terminare tutti insieme permette ai bambini, ai monitori e agli aiutanti di sentirsi una vera squadra. La gioia e il piacere di giocare sono più importanti delle osservazioni su chi ha giocato meglio o peggio degli altri. Tutti possono contribuire a rendere la festa indimenticabile. All'inizio si forma un grande cerchio, ci si afferra per le spalle e si canta una canzone, si grida o ci si stringe la mano augurandosi un buon divertimento. E poi via, s'inizia!

Tutti i bambini formano una grande squadra

In una festa dedicata al gioco possono partecipare moltissimi bambini, suddivisi in gruppi di dimensioni diverse a seconda dell'età dei partecipanti. Si consiglia di evitare i giocatori di riserva. Non fa niente se alcuni gruppi si ritrovano con uno o due giocatori in meno, la cosa principale è che tutti siano coinvolti attivamente. Per formare i vari gruppi ogni bambino estrae un simbolo da un contenitore e poi cerca i compagni che ne possiedono uno identico. Oppure ogni bimbo pesca un'immagine raffigurante un animale e con i movimenti corrispondenti cerca il proprio «branco». L'animale diventa poi la mascotte del gruppo. Se i gruppi fossero già composti si possono aggiungere dei partecipanti per fare in modo che siano tutti di dimensioni uguali.

Spiegare i giochi e gli esercizi

I bambini più piccoli non capiscono le indicazioni scritte, perciò si consiglia di scegliere giochi e movimenti già conosciuti. Nel contempo, tuttavia, i partecipanti devono aver la possibilità di svolgerne dei nuovi e assimilarne il funzionamento. Molte cose in una volta sola! Perciò si consiglia di prepararli gradualmente introducendo negli allenamenti che precedono il grande evento delle singole forme di gioco e di movimento. In ogni postazione, i giochi e gli esercizi sono presentati ad esempio sotto forma di disegni o schizzi di facile comprensione. Ai bambini più piccoli è invece un adulto che fornisce le spiegazioni necessarie direttamente sul posto. Si potrebbero coinvolgere genitori e giovani, che per i piccoli rappresentano dei «grandi» esempi.

Cosa desiderano i bambini?

Ai bambini piace essere attorniati da genitori o da adulti in generale che s'interessano ai loro giochi. Non bisogna mai dimenticare però che la giornata è interamente dedicata ai bambini e sono proprio loro ad esprimere le richieste seguenti:

- Vogliamo essere amici non degli avversari.
- Vogliamo che ci sia un po' di rivalità ma insieme non gli uni contro gli altri.
- Non siamo (ancora) molto forti, ma quello che sappiamo fare lo vogliamo mostrare con orgoglio. Quindi non richiamarci continuamente mentre giochiamo.
- Lasciaci giocare da soli, perché stiamo giocando per noi.
- I giochi dedicati ai bambini sono per i bambini, non per gli adulti.

Cari adulti, trovate altri suggerimenti nel libro per l'infanzia «Laura e i suoi amici».

Fischer, M.; Imbach, R.: **Laura e i suoi amici sognano la grande partita.** Sezione tecnica dell'Associazione svizzera di calcio (ASF), Berna.

Giocare gli uni con gli altri

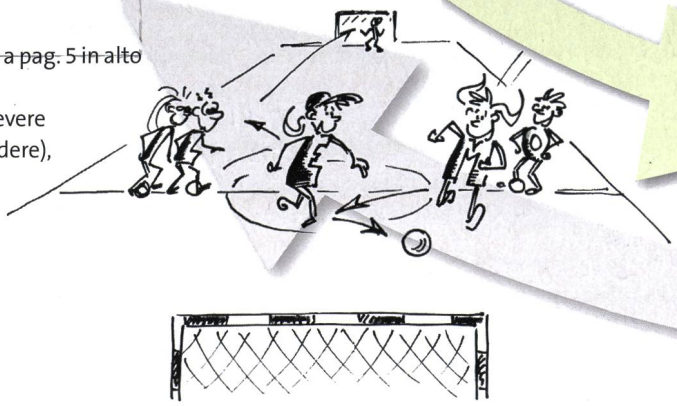
Su ogni campo iniziano due squadre. Dopo la partita o al termine della sequenza di movimenti richiesti, al segnale le squadre cambiano campo nei due sensi di rotazione prestabiliti. In questo modo tutte le squadre si affrontano una volta.

1. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

2. Staffetta di lanci
Come? Miriam conduce la palla lungo un breve percorso. Dopo aver tirato e segnato in porta, parte un altro membro della sua squadra.
Materiale: paletti, coni, ostacoli, palla.
Perché? Rotolare, ruotare, correre, saltare.

8. Tiro alla fune
Come? Tom, Luca, Sandro e Marco si tengono per i fianchi e tirano Nicola verso di loro. Quest'ultimo afferra le mani del primo giocatore dell'altra squadra. Quale squadra riesce a tirare l'altra oltre la linea? Attenzione: rischio di infortuni. L'esercizio può essere svolto anche con una corda.
Perché? Lottare, azzuffarsi.

7. Calcio
Come? Vedi riquadro a pag. 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.



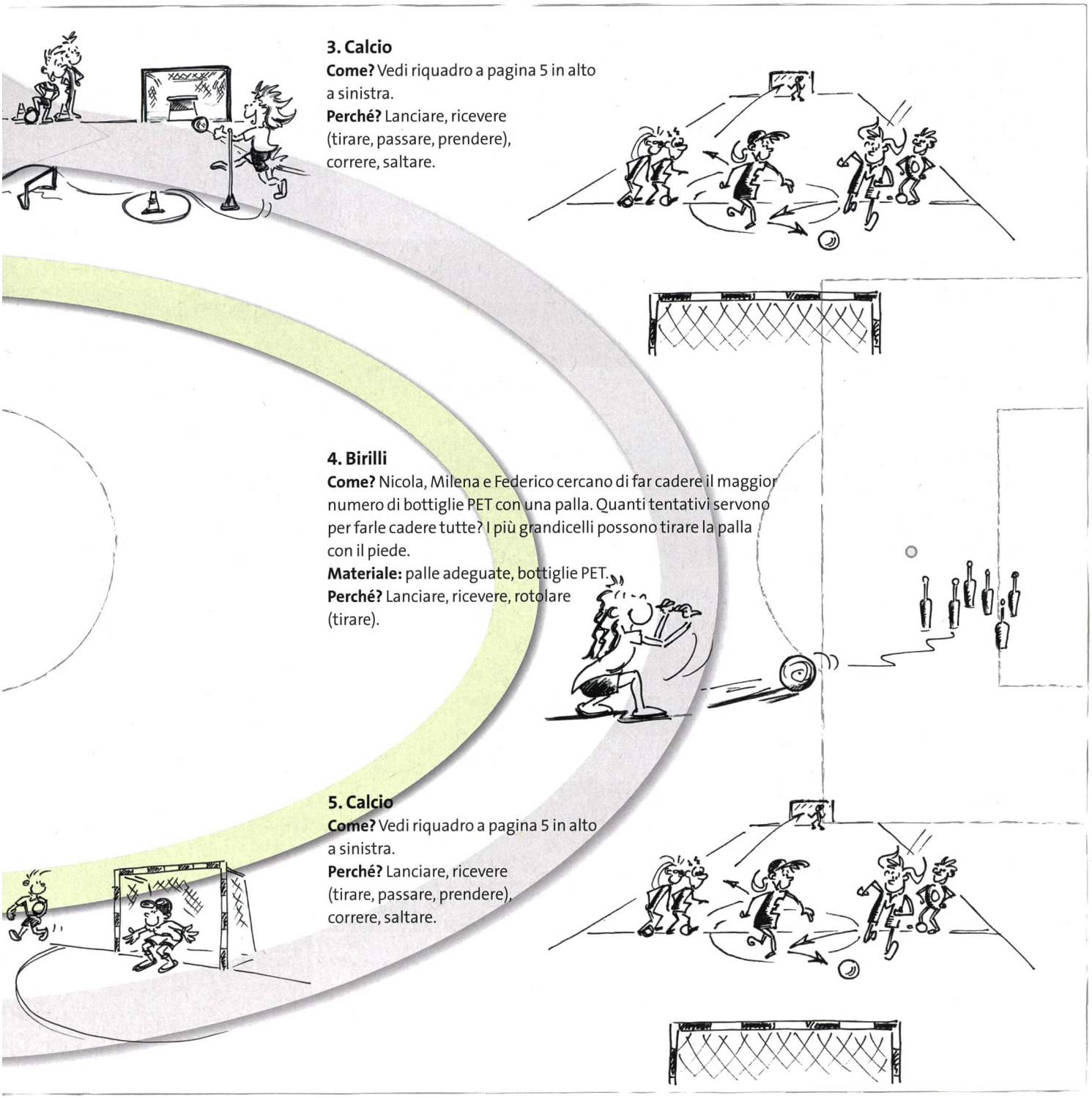
6. Rigori
Come? Christian cerca di fermare le palle che gli altri bambini tirano in porta. Se Matteo riesce a segnare un goal diventa lui il portiere. Christian raggiunge la fila dei marcatori.
Materiale: palle, paletti che fungono da porta.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare).

Calcio su un campo piccolo

Max. 5 giocatori per squadra (3:3, 3:4, 4:4, 4:5, 5:5).
Dimensioni massime del campo 20 × 30 m (ca. 1/3 della lunghezza e larghezza di un campo convenzionale).
Porte: 5 m di altezza. Si possono usare porte di 5 × 2 m in modo verticale o orizzontale. Oppure: porte flessibili, coni, piatti, ecc.
Palla: di dimensioni 4 (leggera) 290gr. oppure palle di gommapiuma o plastica.
Durata del gioco: 10-12 minuti su ogni campo.
Nessun portiere. L'ultimo giocatore deve toccare ogni volta la palla con le mani.
Nessun arbitro. I bambini si attengono alle regole autonomamente.
Regole semplici: evitare il fuori gioco.

Il successo dipende da tanti elementi diversi: i giochi e gli esercizi proposti sono solo degli esempi. Una festa dedicata al gioco è una sorta di puzzle composto di innumerevoli forme di gioco e di movimento. L'età, il numero e le capacità dei partecipanti rendono ogni evento unico nel suo genere.

Una festa dedicata al gioco deve essere basata su un gioco conosciuto come il calcio: la maggior parte dei bambini sa giocare a pallone. Questa disciplina può essere completata con diverse altre sequenze di movimenti, allenate in precedenza per evitare di ritrovarsi confrontati con troppe cose nuove da assimilare in una sola volta.



3. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

4. Birilli
Come? Nicola, Milena e Federico cercano di far cadere il maggior numero di bottiglie PET con una palla. Quanti tentativi servono per farle cadere tutte? I più grandicelli possono tirare la palla con il piede.
Materiale: palle adeguate, bottiglie PET.
Perché? Lanciare, ricevere, rotolare (tirare).

5. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

Come un circuito

Su ogni campo una squadra inizia un circuito di giochi e compiti da svolgere. Al segnale tutte le squadre cambiano campo nella stessa direzione (rispettando la numerazione). Le partite e i compiti da svolgere hanno la stessa durata.

1. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

2. Salto con la corda
Come? Sandro e Laura fanno oscillare, serpeggiare una corda, mentre Reto e Rebecca li imitano.
Materiale: una corda.
Perché? Saltare, muoversi a ritmo.

8. Birilli
Come? Nicola, Milena e Federico cercano di far cadere il maggior numero di bottiglie PET con una palla. Quanti tentativi servono per farle cadere tutte? I più grandicelli possono tirare la palla con il piede.
Materiale: palle adeguate, bottiglie PET.
Perché? Lanciare.

7. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

9. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

10. Palle in festa
Come? I bambini formano un cerchio e ognuno tiene in mano una palla da footbag, una hack sack o una pallina da tennis. Lena mostra l'esercizio da fare: rimbalzi, lanci in alto con le mani o con i piedi, movimenti di giocoleria, ecc. Quando Tina dice «palla immobile» tocca a lei mostrare i movimenti da eseguire sino a quando Elena dirà a sua volta «palla immobile».
Materiale: palline da tennis o per giocolare, da footbag o hack sack.
Perché? Dondolare.

16. Cross
Come? Luca inizia un percorso semplice o disseminato di ostacoli portando, palleggiando o conducendo con il piede una palla. L'esercizio prevede anche dei tiri in porta.
Materiale: paletti, coni, ostacoli, ecc.
Perché? Correre, saltare, lanciare, ricevere (far rimbalzare, condurre, tirare), muoversi a ritmo.

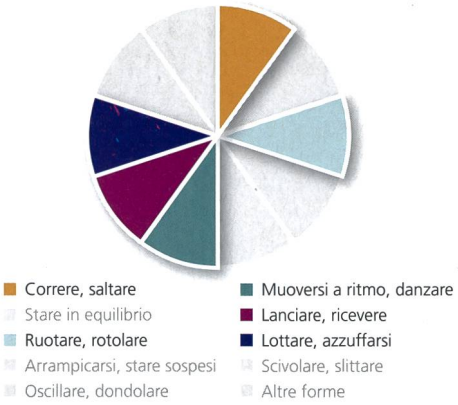
15. Calcio
Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

Un campo per le pause: disporre un tavolo con del cibo e delle bevande. Qui i bambini possono osservare gli altri gruppi e memorizzare i prossimi compiti da svolgere.

Percorsi adatti ai bambini: i percorsi sono fatti per assolvere consecutivamente dei compiti: superare degli ostacoli, condurre una palla o avanzare con una bici o su uno skateboard. Può capitare che due bambini partano simultaneamente e che debbano aiutarsi a vicenda.

Coinvolgere genitori e giovani: ogni campo è sorvegliato da genitori o giovani aiutanti che spiegano i compiti da svolgere.

I monitori sono degli accompagnatori: quando non sono occupati a svolgere delle mansioni organizzative, i monitori assistono i bambini, li aiutano, parlano con i genitori e risolvono gli eventuali piccoli problemi che si presentano.



3. Calcio

Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

4. Rigori

Come? Christian cerca di fermare le palle che i giocatori dell'altra squadra tirano in rete. Tocca poi alla sua squadra segnare e Davide fa il portiere. Il gioco diventa più intenso se si dispongono più porte.
Materiale: palle, piccole porte.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare).

6. Staffetta di lanci

Come? I giocatori delle due squadre corrono verso un bersaglio da colpire con degli anelli o delle palle. Dopo averlo centrato si torna al punto di partenza e parte il compagno successivo.
Materiale: due palle o anelli, bersaglio.
Perché? Lanciare, correre.

5. Calcio

Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

11. Calcio

Come? Vedi riquadro a pagina 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.

12. Tartaruga

Come? Andrea si mette carponi e cerca di rimanere il più a lungo possibile in questa posizione. Massimo cerca di girarlo sulla schiena il più rapidamente possibile.
Perché? Lottare, azzuffarsi.

14. Tiro alla fune

Come? Tom, Luca, Sandro e Marco si tengono per i fianchi e tirano Nicola verso di loro. Quest'ultimo afferra le mani del primo giocatore dell'altra squadra. Quale squadra riesce a tirare l'altra oltre la linea? (Liberare uno spazio per le eventuali cadute). L'esercizio può essere svolto anche con una corda.
Perché? Lottare, azzuffarsi.

13. Rotola la palla

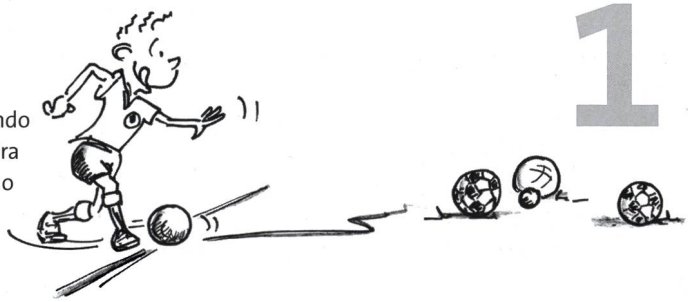
Come? Sabrina, Michela e Isabella si passano la palla facendola rotolare solo con le mani e cercano di spedirla oltre la linea di fondo vicino a Katia, Ugo e Davide.
Materiale: palla.
Perché? Lanciare, ricevere (rotolare, colpire).

Gioco della scala in palestra

Il gioco della scala è raffigurato su un cartellone. I bambini formano delle squadre che avanzano su delle caselle (campi) secondo il numero indicato dal dado. Ogni squadra dispone una pedina sulla casella in questione e assolve il rispettivo compito o gioco. Se la casella dovesse già essere occupata dalla pedina di un'altra squadra i bambini diventano per un attimo degli spettatori.

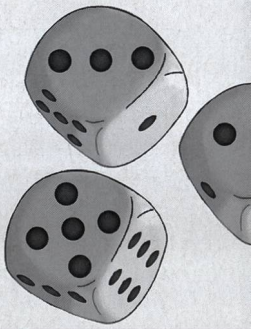
Bocce

Come? Patrick, Sara e Marco devono riuscire a piazzare la loro palla il più vicino possibile al bersaglio, alternando i tiri con l'altra squadra. Quale squadra riesce a far atterrare la palla più vicino al bersaglio?
Materiale: una palla per ogni giocatore, boccino.
Perché? Lanciare, ricevere, rotolare.



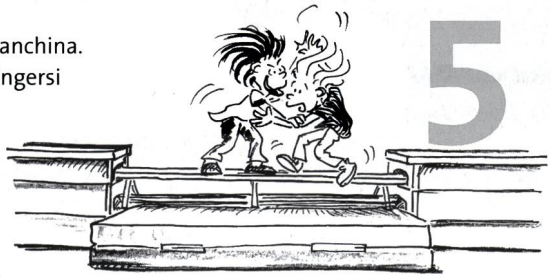
1

Tira ancora il dado



In equilibrio

Come? Guido e Luca sono su una panchina. Tenendosi per mano cercano di spingersi giù. Chi riesce a rimanere sulla panchina più a lungo?
Materiale: panchina; si può utilizzare anche una corda oppure una linea di demarcazione.
Perché? Stare in equilibrio, lottare, azzuffarsi.



5

Peccato, ritorna alla casella 4

6

Attraversare la palude

Come? Lisa, Daniele e Monica possono stare solo su dei fogli di giornale, altrimenti annegano. Il giocatore che segue mette un piede sul giornale del compagno davanti a lui, gli passa il foglio di giornale e si continua ad avanzare in questo modo. Chi posa un piede a terra deve ricominciare da capo. Chi arriva per primo sulla riva opposta?
Materiale: giornali o tappetini.
Perché? Stare in equilibrio.

9

La palla è mia

Come? Giulio e Kevin ad un segnale iniziano a correre e cercano di acciuffare la palla e di portarla nella propria casella. Sara, Samuele e Giulio cercano di impedirglielo e di prendere la palla. Quale squadra riesce a conquistare il maggior numero di palle?
Materiale: palla.
Perché? Lottare, azzuffarsi.

Rullo

Come? Thomas spinge un rullo, al cui interno si trovano Katia e Ilenia che gli impartiscono degli ordini.
Materiale: un tappetino e 3–5 cerchi di legno formano il rullo.
Perché? Rotolare, ruotare.

13

Arrampicarsi su un

Anche i bambini propongono dei giochi e degli esercizi: questi eventi sono occasioni ideali per prendere in considerazione i suggerimenti dei bambini, che possono decidere insieme le regole del gioco della scala.

Gli spazi per i momenti di attesa permettono di giocare a piacimento con palle o altri attrezzi.

Definire chiaramente il momento di lasciare la casella (campo): è buona regola stabilire in precedenza il tempo a disposizione o il numero di esercizi da assolvere in ogni casella. Si può anche prevedere un timer da cucina che i bambini possono impostare da soli.

Vince la squadra che per prima giunge a destinazione. Il premio è un grande applauso finale.

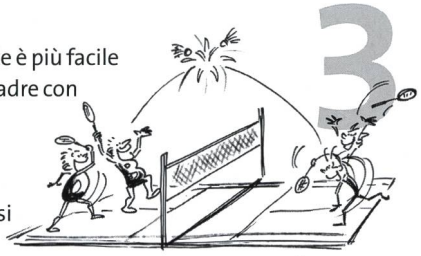
- Correre, saltare
- Stare in equilibrio
- Ruotare, rotolare
- Arrampicarsi, stare sospesi
- Oscillare, dondolare
- Muoversi a ritmo, danzare
- Lanciare, ricevere
- Lottare, azzuffarsi
- Scivolare, slittare
- Altre forme

2

Volano

3

Come? Invece di usare una rete è più facile creare una distanza fra le squadre con due corde. Da un lato ci sono Cristina, Nicole e Tamara e dall'altro Filippo, Stefano e Maria che cercano di passarsi il maggior numero di volte la palla. Riescono a farlo per 10 volte?

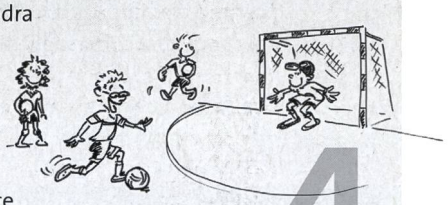


Materiale: racchette di plastica, volani o palline in gommapiuma.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare).

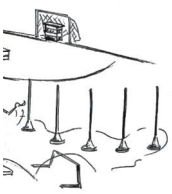
Rigori

4

Come? Christian cerca di fermare le palle che i giocatori dell'altra squadra tirano in rete. Tocca poi alla sua squadra segnare e Davide fa il portiere. Il gioco diventa più intenso se si dispongono più porte.



Materiale: palle, piccole porte.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare).



Cross

7

Come? Luca inizia un percorso semplice o con degli ostacoli portando, palleggiando o conducendo con il piede una palla. L'esercizio prevede anche dei tiri in porta.
Materiale: paletti, coni, ostacoli, ecc.
Perché? Correre, saltare, lanciare, ricevere (far rimbalzare, condurre, tirare), muoversi a ritmo.

Bob a due

8

Come? Kevin sale su uno skateboard, inginocchiandosi o rimanendo in piedi. Marco lo spinge tenendolo per la vita e insieme fanno uno slalom. Poi si scambiano i ruoli. Attenzione: liberare uno spazio per eventuali cadute.

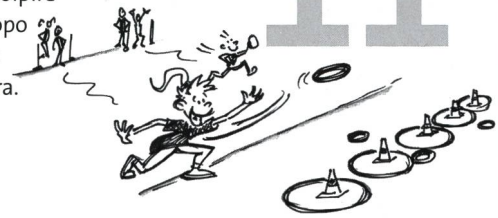
Materiale: skateboard, demarcazioni.
Perché? Stare in equilibrio, slittare, scivolare.

10

Staffetta di lanci

11

Come? I giocatori delle due squadre corrono verso un bersaglio da colpire con degli anelli o delle palle. Dopo aver segnato in porta, parte un altro membro della loro squadra.



Materiale: due palle o anelli, bersaglio.
Perché? Lanciare, correre.

Ottimo! Vai alla casella 14

12

a parete

Come? Gregory si arrampica per primo sulla panchina appoggiata alle spalliere e poi ridiscende. Nadia, Sharon e Davide fanno la stessa cosa.
Materiale: spalliere, tappetini, panchina.
Perché? Arrampicarsi, sorreggersi.

14

Oh, no! Torna alla casella 10

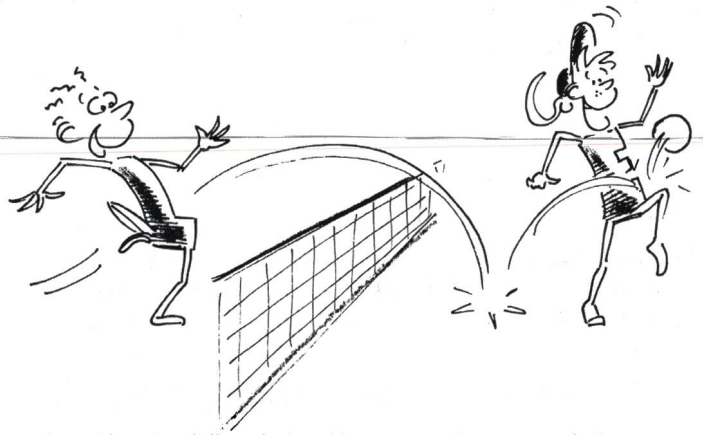
15

Traguardo

16

Torneo del re in palestra

Allestire diversi campi uno di fianco all'altro. Nel primo c'è il «re», vale a dire il miglior giocatore o la miglior squadra. Tutti giocano il primo girone e poi si cambia campo: i vincitori avanzano nella direzione del re, gli sconfitti nella direzione opposta. Dopo il girone successivo si cambia nuovamente campo. Il re o la squadra regnante sono riuscite a conservare il trono?



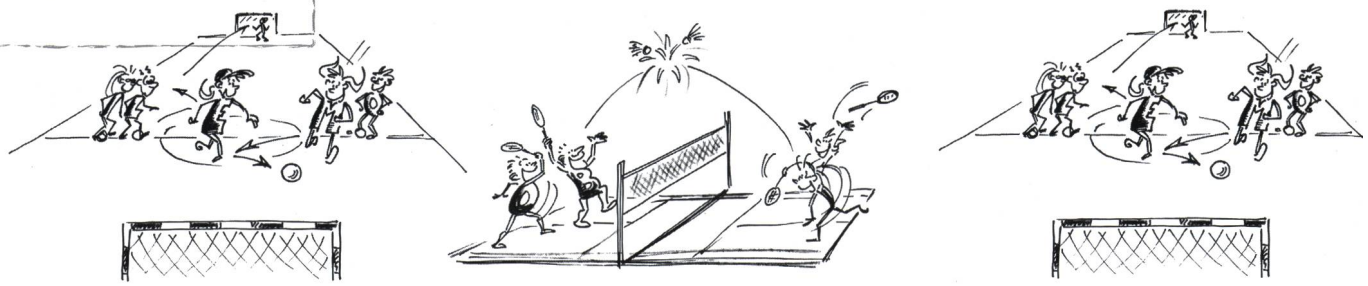
Un genere conosciuto

- Su tutti i campi è previsto lo stesso gioco. Al centro della palestra si trova una rete o una corda tesa, oppure si può anche optare per delle panchine.
  A dipendenza dell'età dei partecipanti si possono proporre giochi come il badminton, il calcio-tennis o i tiri a testa con delle palle soffici.
- Allo scopo si prestano naturalmente anche i giochi di squadra in piccoli gruppi, come la pallacanestro (da giocare con delle scatole disposte a terra al posto dei canestri troppo alti) o il calcio 2:2 o 3:3, a seconda delle dimensioni della palestra.
- Questo tipo di evento non è adatto ai bambini più piccoli, perché fanno fatica a capire il sistema dei cambi. Purtroppo per questa fascia di età non vi sono dei giochi adeguati.

Giochi a squadre di uno o due giocatori

Questa forma presuppone una certa famigliarità con il concetto e può essere svolta come un semplice torneo o un torneo del re, seguendo le indicazioni summenzionate. Un'introduzione variata ad un gioco comporta molti più vantaggi che svantaggi, perché i bambini sono costretti ad adattarsi continuamente a nuove situazioni.

Partite 3:3



In una palestra di più grandi dimensioni si può giocare anche con delle squadre più numerose. Ma attenzione: controllate che fra ogni gruppo vi sia una distanza sufficiente. Durante un torneo del re l'accento è posto sulla condivisione e sull'allegria.

Lo stesso gioco su tutti i campi: questa forma presenta dei vantaggi, ad esempio si può organizzare un torneo del re, come mostrato nell'esempio, proponendo diverse discipline. Alla fine delle partite deve però essere chiaro chi è promosso e chi invece viene relegato.

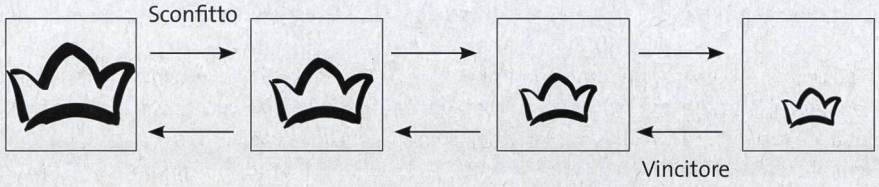
Il torneo del re non è adatto ai più piccoli che fanno fatica ad orientarsi continuamente, soprattutto quando a cambiare non è solo il campo ma anche il gioco.

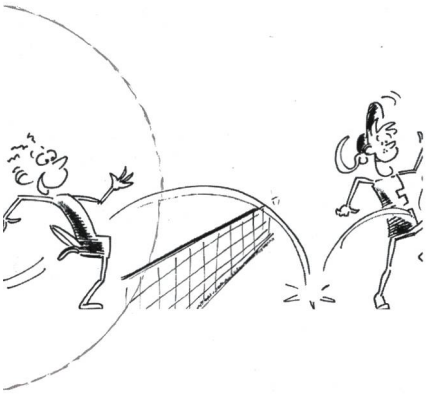
Si possono introdurre anche dei compiti motori: qui è importante poter determinare con chiarezza chi è promosso e chi invece viene relegato.

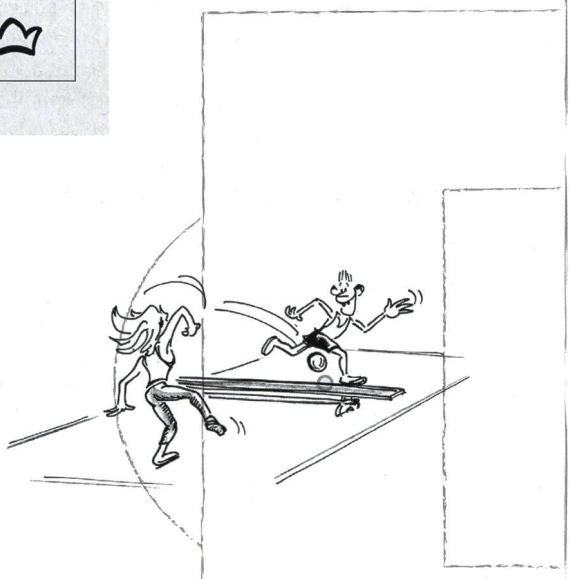
Senza arbitro: i bambini decidono da soli chi o quale squadra è promossa o relegata. Sono loro a stabilire chi è il vincitore. In caso di dissensi o d'incapacità a prendere una decisione unanime il vincitore è dichiarato con una filastrocca (ad es. «pim pum d'oro»).

- Correre, saltare
- Stare in equilibrio
- Ruotare, rotolare
- Arrampicarsi, stare sospesi
- Oscillare, dondolare
- Muoversi a ritmo, danzare
- Lanciare, ricevere
- Lottare, azzuffarsi
- Scivolare, slittare
- Altre forme

Da sapere: in questi tornei, dopo alcuni gironi, si scontreranno dei giocatori o delle squadre di ugual valore. Capiterà quindi che una volta saranno promossi e un'altra relegati. Su ogni campo da gioco deve poter essere proclamato un vincitore. Le regole del gioco o i compiti vanno stabiliti in modo adeguato.







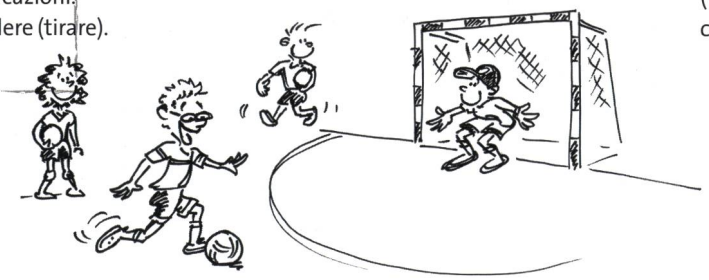
Una stella come bussola

Un segnale (ad esempio una stella) posto al centro dei campi da gioco o di un percorso indica la direzione da prendere. Grazie a uno schizzo o a una descrizione i partecipanti sanno esattamente cosa li aspetta. Al termine di ogni postazione, porre un timbro o l'impronta digitale del monitore sulla cartina. Si parte sempre dal centro.

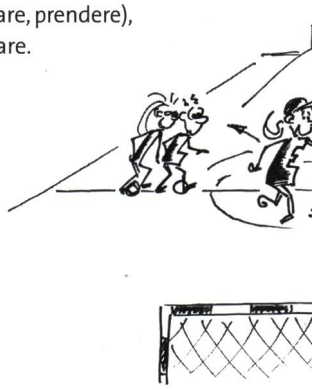
Percorso nel bosco
Come? Andrea, Francesca e Guido devono svolgere diversi compiti: per 20 m devono camminare il più silenziosamente possibile sino a giungere accanto al monitore, dopodiché iniziano un percorso che si snoda attorno a degli alberi. In seguito vanno alla ricerca di un tesoro indicato su una mappa di facile comprensione e alla fine si arrampicano tutti su un albero per suonare una campanella appesa ad un ramo.
Materiale: a seconda delle postazioni, una campanella, dei nastri, ecc.
Perché? Correre, saltare, arrampicarsi, sorreggersi.

Tamponato
Come? La squadra dei cacciatori si passa una palla e cerca di «tamponare» i membri della squadra dei conigli. Con la palla in mano non si può correre e quando si è «tamponati» si diventa cacciatori.
Materiale: palla, gilet per definire i gruppi.
Perché? Ricevere (lanciare, passare), correre.

Rigori
Come? Ogni squadra tira un certo numero di palle in direzione di una piccola porta. Quale squadra riesce a segnare il maggior numero di reti?
Materiale: palla, demarcazioni.
Perché? Lanciare, prendere (tirare).



Calcio
Come? Vedi riquadro a pag. 5 in alto a sinistra.
Perché? Lanciare, ricevere (tirare, passare, prendere), correre, saltare.



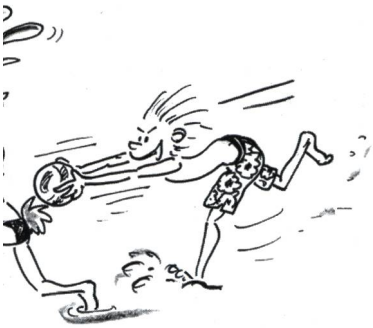
Grandi e piccoli compiti – Giochi per i tempi di attesa: nel programma dovrebbero figurare anche dei piccoli compiti da far in breve tempo, fra cui i bambini possono scegliere. Così, in caso di attesa, i bambini hanno delle piccole attività da svolgere, oppure possono giocare con delle palle.

«Il campo è libero?»: ogni bambino riceve un cappellino. In ogni postazione si trovano tanti portacappelli quanti sono i bambini che partecipano. Se tutti i portacappelli sono occupati bisogna scegliere un'altra postazione oppure aspettare. Si possono anche usare delle macchine che vengono parcheggiate in un «posteggio» davanti alla postazione.

I bambini inventano percorsi e compiti: i bambini possono contribuire alla preparazione di un percorso avanzando delle proposte. Chi meglio di loro sa cosa potrebbe piacere ai compagni o cosa invece è troppo difficile o troppo facile? Anche i giochi proposti dai bambini vanno allenati durante gli allenamenti che precedono la festa. E perché non chiedere direttamente al fautore dell'idea di spiegarla a tutti quanti?

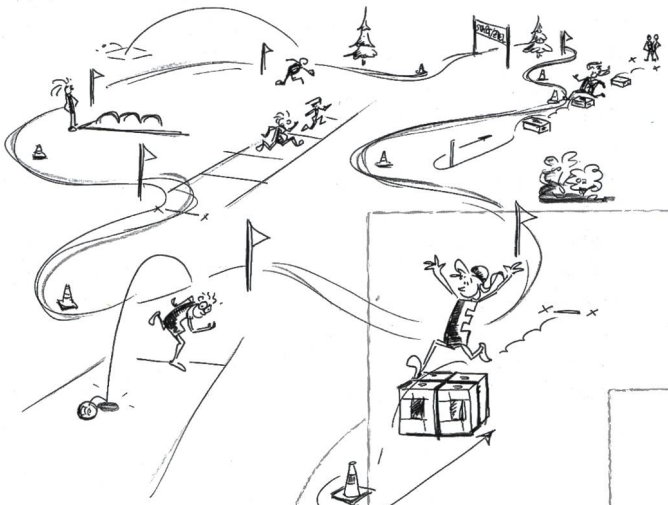
Coinvolgere genitori e giovani è utile soprattutto nei giochi in cui si inizia dalla «famosa» stella. La loro missione consiste nell'aiutare i bambini a svolgere i compiti e a valutare le loro prestazioni.

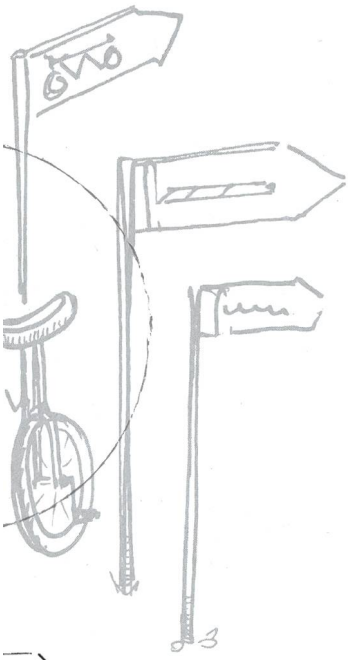
- Correre, saltare
- Stare in equilibrio
- Ruotare, rotolare
- Arrampicarsi, stare sospesi
- Oscillare, dondolare
- Muoversi a ritmo, danzare
- Lanciare, ricevere
- Lottare, azzuffarsi
- Scivolare, slittare
- Altre forme



Rally

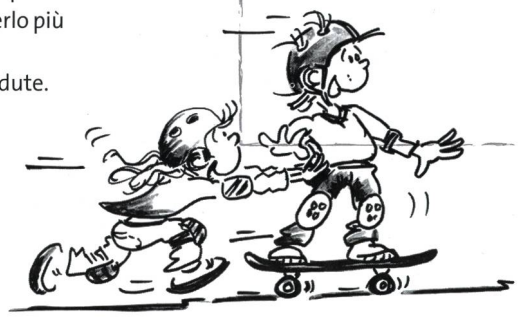
Come? Durante un rally su prato, su un campo di terra battuta o nel bosco, Sara e Barbara superano diversi ostacoli.
Materiale: demarcazioni, ostacoli.
Perché? Correre, saltare e altro.





Bob a due

Come? Kevin sale su uno skateboard, inginocchiandosi o rimanendo in piedi. Marco lo spinge tenendolo per la vita e insieme fanno uno slalom. Riescono a percorrerlo più velocemente di Manuele e Federico?
Attenzione: liberare uno spazio per eventuali cadute.
Materiale: skateboard, demarcazioni.
Perché? Stare in equilibrio, slittare, scivolare.



E alla fine un rituale

Al termine della manifestazione si può procedere ad un commiato collettivo, un elemento in più da integrare nel bagaglio dei bei ricordi della giornata. Perché non coinvolgere anche in questa fase aiutanti e genitori? Di seguito qualche suggerimento.

Versi in movimento
Come? Tutti i bambini stanno in cerchio. Un adulto dice:

«auguriamo a tutti i bambini alti	*(tutti salgono sulla punta dei piedi e sollevano le braccia),*
auguriamo a tutti i bambini piccoli	*(tutti si fanno piccoli piccoli inginocchiandosi),*
auguriamo a tutti i bambini tristi	*(tutti fanno un faccino triste),*
auguriamo a tutti i bambini contenti	*(tutti fanno qualcosa di divertente),*
un buon rientro a casa!	
È stato bello averti qui con tutti noi!»	

Commiato e ringraziamenti
Come? In cerchio. I bambini si stringono la mano o si danno «il cinque» ringraziando i compagni e gli avversari per la bella avventura condivisa.

Altre idee
- Un'onda (La Ola)
- Intonare insieme una canzone
- ecc.

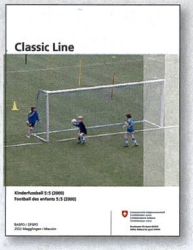
Bibliografia

Huber, L.; Lienert, S., Müller, U., Baumberger, J.: **Top-Bewegungsspiele,** bm-sportverlag.ch, Horgen, 2009.

Müller, U.; Baumberger, J.: **Top-Spiele für den Unterricht,** bm-sportverlag.ch, Horgen, 2009.

- Steinmann, P.: **Il meglio di G+S Kids,** inserto pratico n° 59, UFSPO, Macolin, 2009.
- Steinmann, P.: **G+S Kids – Esempi pratici,** SUFSM, Macolin, 2010.

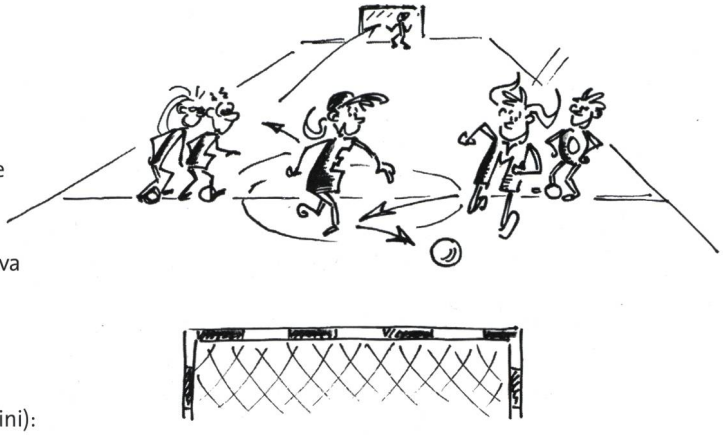
Calcio dei bambini 5:5



Questo DVD analizza il gioco dei bambini dai 6 agli 8 anni sotto forma di un torneo 5:5, ponendo l'accento sulla relazione che esiste fra il livello di sviluppo motorio, cognitivo e sociale del bambino e le azioni di gioco. L'obiettivo è di far capire il gioco dei bambini agli adulti (genitori, allenatori, funzionari). Il DVD, disponibile solo in lingua francese e tedesca, è la copia conforme della cassetta originale VHS che porta lo stesso titolo. Ordinazioni al sito www.basposhop.ch

Il grande giorno è arrivato

Per gli organizzatori ci sono dei punti ricorrenti da non dimenticare in ambito di organizzazione e di allestimento di un evento. Di seguito qualche consiglio affinché tutto proceda alla perfezione.



Da non dimenticare
- Salutare i genitori e distribuire i compiti
- Distinguere i vari gruppi
- Programma della festa, materiale di segnalazione
- Contenitore del materiale per i campi da gioco/ postazioni
- Indicatori/programma per la postazione successiva
- Buvette con tè, sciroppo, frutta
- Infermeria

Contenitore del materiale (9 campi, circa 100 bambini):
- 40 piatti segnaletici
- 10 coni (numerati)
- 6 paletti
- 20 gilet colorati (2 colori)
- 10 corde per saltare
- 1 corda oscillante (lunga)
- 2 corde magiche (elastico)
- 1 paracadute didattico
- 10 frisbee (soft)
- 6 porte flessibili
- 2 coordinatori
- Diversi palloni
- 10 cerchi
- 2 dadi (grandi in gommapiuma)
- 10 mini racchette da tennis con palle in gommapiuma
- 10 Indiaca
- 2 sacchi per saltare
- 10 palloni da calcio (grandezza 4 leggeri)
- 2 palloni da calcio softball
- 2 palloni da volley softball
- 1 pallone da rugby softball
- 10 palline da tennis

Cosa? Chi? Quando? Dove?

Chi organizza per la prima volta una festa dedicata al gioco, prima di iniziare deve rispondere a qualche domanda. Sebbene un festival di questo tipo non sia una manifestazione di grandi dimensioni, la preparazione di una lista di controllo aiuta chi ha poca dimestichezza con gli aspetti organizzativi.

1. Qual è il nostro obiettivo?
- Incoraggiare i bambini a muoversi in modo variato.
- Creare un legame fra genitori, allenatori, società sportive.
- Divertimento e allegria.

2. Che tipo di manifestazione vogliamo organizzare?
- Festa dedicata al gioco.
- Un evento che vuole divertire e coinvolgere gli adulti.
- ecc.

3. Chi vi parteciperà?
- Bambini.
- Famigliari.
- Membri della società sportiva, persone che non ne fanno parte.
- Invitati (ad es. grandi sportivi nazionali).

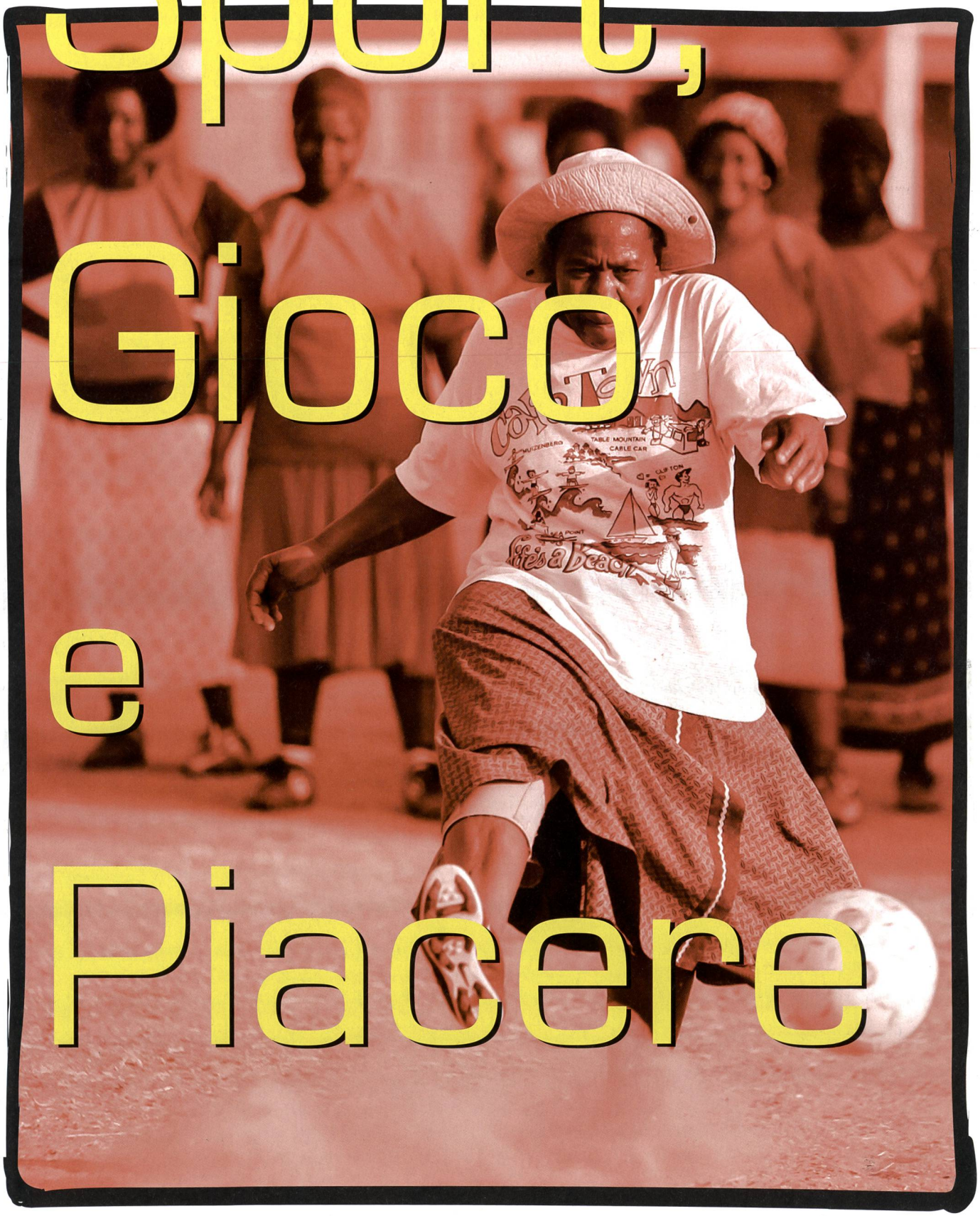
4. Quando si svolgerà?
- Data, periodo, data di riserva.
- Durata (accavallamento di orari).

5. Dove si svolgerà?
- Nei propri impianti sportivi.
- In impianti sportivi di proprietà di terzi.
- In impianti sportivi improvvisati.

6. Chi organizza l'evento?
- I membri della società sportiva.
- Un comitato d'organizzazione speciale.
- Terzi.

7. Tutti i punti sono stati definiti?
- Allora si parte!

Sport, Gioco e Piacere



www.alder-eisenhut.ch
Alder+Eisenhut AG
9642 Ebnat-Kappel
Telefono 071 992 66 66
Fax 071 992 66 44

alder + eisenhut
turngeräte sportsgear service