Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 50 (1993)

Heft: 2

Artikel: Minibasket : un'attività sportiva per i bambini

Autor: Hefti, Georges

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-999643

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 21.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Minibasket: un'attività sportiva per i bambini

di Georges Hefti, capodisciplina pallacanestro alla SFSM
traduzione di Ursula Mercoli

L'articolo presenta un approccio al minibasket e si prefissa di sensibilizzare quei monitori che operano con gruppi di bambini dai 6 ai 12 anni. Il gioco del minibasket può essere praticato in gruppi misti. Pertanto, quando noi parliamo di «giocatori» intendiamo anche le giocatrici.

Il minibasket offre la possibilità ai giovani di acquisire una buona preparazione di base in vista della pratica di uno sport di squadra con la palla. Ciò nonostante, il minibasket non è la riduzione del basket per gli adulti. Infatti, anche se l'essenza di questo gioco è come nel basket quella di fare entrare la palla nel canestro dell'avversario ed imperire che questi si impadronisca del pallone, il minibasket mira ad altri obiettivi.

Il minibasket è un'attività ricreativa grazie alla quale il giocatore può sviluppare

- le capacità coordinative, condizionali, emozionali e cognitive
- il bagaglio di gesti tecnici
- la capacità di integrarsi in un gruppo e nella squadra.

L'animatore

I bambini sono molto esigenti nei confronti dell'animatore di minibasket. Egli deve

- avere una forte personalità, essere corretto, onesto, semplice, imparziale ed ispirare fiducia;
- saper dare istruzioni con garbo;
- saper trasmettere i principi e i valori;
- possedere delle competenze psicopedagogiche;
- conoscere i principi di didattica e metodologia;
- saper trasmettere la materia in modo attrattivo e correggere con misura;
- saper discernere l'essenziale, senza perdersi nei dettagli;
- essere bene organizzato e dedicare tempo sufficiente per la preparazione della lezione.

Le relazioni animatore-genitori

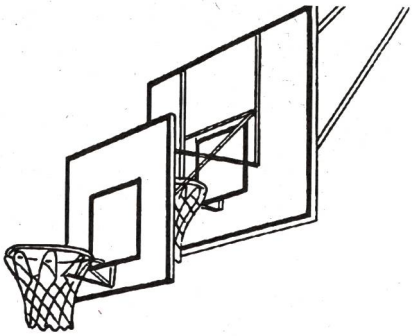
Sebbene non lo affermano quasi mai, i genitori sono convinti che il proprio figlio è il migliore. Pertanto, l'animatore deve tener conto del comportamento dei genitori:

- egli deve impedire che i genitori facciano pressione sui bambini durante le partite e facciano dei commenti sugli altri giocatori;
- egli deve evitare di parlare di minibasket con i genitori in presenza dei bambini;
- egli deve sforzarsi di stabilire con i genitori un rapporto basato sulla franchezza;
- egli deve essere cosciente dell'aiuto che i genitori possono apportare (organizzazione dei trasporti, ...).

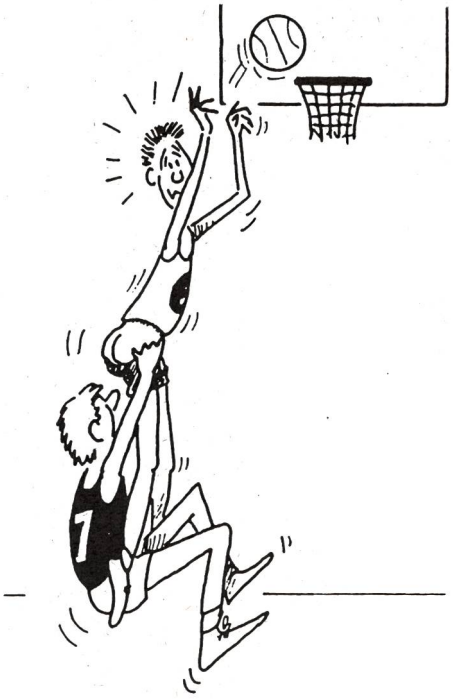
Le regole del gioco

Presupponiamo che i lettori di questo articolo conoscano le regole principali della pallacanestro e, in questa sede, ci limitiamo a spiegare, senza entrare nei dettagli, le regole specifiche del minibasket, che sono diverse dalla pallacanestro.

- Il pallone è più piccolo e più leggero.
- Il tabellone è più basso (2,60 m).



- La linea dei tiri liberi è situata a 4 m dal tabellone.
- La partita si disputa in 4 tempi di 10 minuti ciascuno.
- Quando c'è un'infrazione, il cronometro non viene fermato.
- L'arbitro non deve sanzionare un giocatore che, senza partecipare direttamente all'azione, commette un'infrazione di 3 secondi.
- Se un fallo è commesso su un giocatore al tiro e il canestro è realizzato, non ci sono tiri liberi supplementari e il gioco riprende con una rimessa in gioco dalla linea di fondo per la squadra avversaria.



- È ammesso il risultato di parità.
- Ogni squadra dev'essere composta di almeno 10 giocatori.
- Ogni giocatore deve giocare per

Progressione didattica

Contenuto generale specifico	Contenuto	
Sviluppo delle capacità generali: - coordinative - fisiche - emotive - cognitive con l'aiuto di esercizi, staffette, giochi con o senza palla	Apprendimento delle 4 regole del minibasket e della loro combinazione: - regola 1: il palleggio - regola 2: il tiro - combinazione delle regole 1 + 2 - regola 3: il passaggio - combinazione delle regole 1 + 2 + 3 - regola 4: la difesa - combinazione delle regole 1 + 2 + 3 + 4	Giocare minipartite su un campo o su mezzo campo: - 1:1 - 1:1 con passatore - 2:2 - 3:2 - 3:3 - 5:5

due tempi completi (salvo se dev'essere sostituito per infortunio o per raggiunto limite di falli).
- Non è possibile effettuare sostituzioni durante un tempo (salvo infortunio e 5 falli personali).
- Ogni squadra può chiedere una sospensione (time-out) per tempo.
- Toccare involontariamente con il piede o la gamba il pallone non è infrazione.

Funzioni dell'arbitro e dell'ufficiale al tavolo

La filosofia del minibasket affida il controllo dell'incontro a due miniarbitri. Le funzioni del refertista e del cronometrista sono pure affidate a due miniufficiali. Un commissario controlla l'andamento dell'incontro e «protegge» i giovani dagli interventi non appropriati degli adulti (animatori, genitori ecc.).

Metodologia

La metodologia del minibasket può essere basata sui principi fondamentali seguenti:
- dimostrazione e/o spiegazione:
  - concentrarsi sugli obiettivi generali dell'esercizio,
  - evitare di dare troppa importanza alla perfezione del movimento e all'aspetto tecnico;
- dare al bambino la possibilità di provare e di dare libero sfogo alla sua creatività;
- preferire i giochi e le piccole gare.

Contenuto generale

Sviluppo delle capacità coordinative, condizionali, emotive e cognitive.

- Saltellare su una gamba, palleggiando con la mano opposta.
- Lanciare in aria il pallone e riprenderlo con le due mani, con una mano e battendo le mani una o più volte prima di riprenderlo.
- A palleggia sul posto con le gambe divaricate, B, anche lui palleggiando, cerca di passare sotto le gambe di A.
- A e B palleggiano a 3-4 metri di distanza l'uno dall'altro; al segnale, A (B fa la stessa cosa) abbandona il pallone e va a palleggiare con il pallone di B.
- A coppie, faccia a faccia, 1 pallone per giocatore: un giocatore fa un passaggio diretto, l'altro contemporaneamente un passaggio a terra, (Fig. 1).

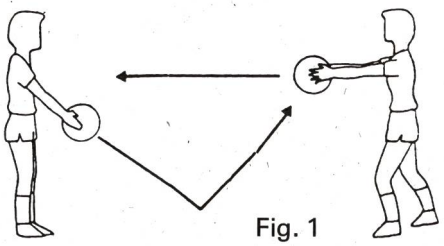


Fig. 1

- In piedi, gambe divaricate, pallone dietro la schiena: far rimbalzare il pallone tra le gambe e riprenderlo davanti e viceversa.
- In piedi, pallone dietro la testa: lasciarlo cadere e riprenderlo dietro la schiena (Fig. 2).

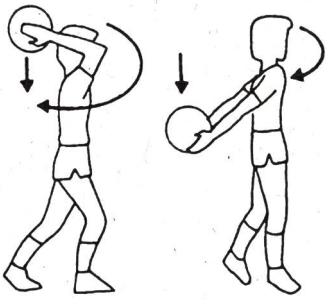


Fig. 2

- Spostarsi in avanti e indietro con il pallone tra le ginocchia o le caviglie.
- Saltellare a piedi uniti, tenendo il pallone sopra la testa (Fig. 3).

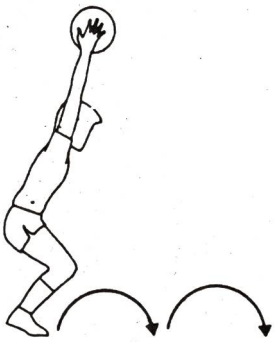


Fig. 3

- Spostarsi, tenendo il pallone tra le ginocchia (Fig. 4).

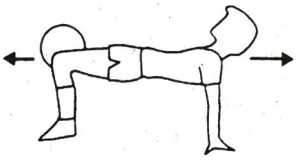


Fig. 4

- Spostare il pallone con la fronte (Fig. 5).

Fig. 5

- Far rotolare il pallone, correre più velocemente e girargli attorno più volte (Fig. 6).

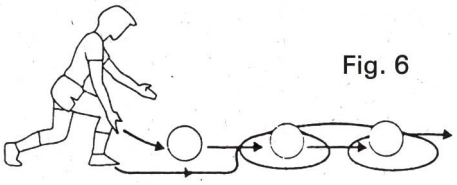


Fig. 6

- Staffette con diversi attrezzi ginnici.
- Giocare a rincorrersi.
- ecc.

Contenuto specifico

Regola 1: il palleggio

> Non si può né camminare né correre con la palla in mano.

– *Il gioco delle code:* tutti con la palla, un bambino è il cacciatore (senza coda) e gli altri sono le lepri (con le code). Al «via» il cacciatore deve cercare di strappare, palleggiando, il maggior numero di code ai bambini, che per non farsele prendere, scappano palleggiando. La lepre che perde il nastro diventa cacciatore.

– *Caccia alla lepre:* un pallone per giocatore. I cacciatori (metà gruppo) aspettano dentro il cerchio centrale. Le lepri (l'altra metà) sono sparpagliate in tutta la palestra. Al «via», i cacciatori cercano di andare a toccare il più rapidamente possibile il maggior numero di lepri possibile. La squadra che cattura più lepri in un certo limite di tempo ha vinto (Fig. 7).

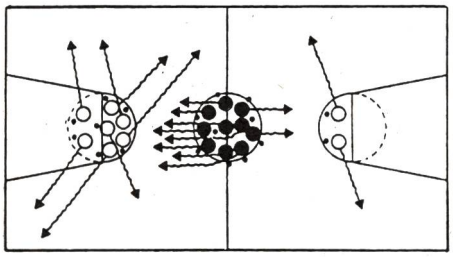


Fig. 7

– *I 4 angoli:* un pallone per giocatore. Quattro giocatori, piazzati nei 4 angoli, palleggiano da un angolo all'altro (p. es. in senso orario). Al «via», i giocatori piazzati al centro del campo cercano di occupare uno dei quattro angoli prima che arrivi un altro giocatore. Se non ci riescono tornano al centro del campo e aspettano il prossimo segnale; se ci riescono, il giocatore che ha perso il posto va al centro del campo (Fig. 8).

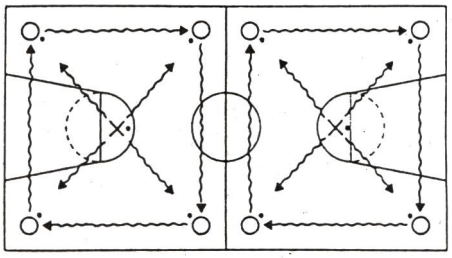


Fig. 8

– *Staffetta in palleggio:* un pallone a testa. I giocatori sono divisi in 3, 4, 5 per squadra. Al «via», il primo di ogni squadra parte in palleggio e va a girare attorno al paletto e ritorna verso la propria colonna. Al momento in cui, con il proprio pallone, tocca quello del primo giocatore della sua colonna, quest'ultimo può partire per effettuare lo stesso percorso. Variare il percorso (slalom, ostacoli ecc.

Regola 2: il tiro

> Per vincere bisogna fare più canestri della squadra avversaria.

– *Gara di tiro:* un pallone a testa. Mettere i giocatori in colonna a un metro dal canestro; il primo giocatore tira, riprende il suo pallone e si mette in fondo alla fila. La squadra che riesce a fare il numero di canestri fissato dall'animatore ha vinto. Tirare con e senza il tabellone.

– *Il gioco del 21:* un pallone ogni 2 giocatori. Il primo giocatore, piazzato a 2-3 metri dal canestro, tira: se segna ottiene 2 punti e passa il pallone al suo avversario; se non segna, recupera il pallone e tira una seconda volta dal punto in cui ha recuperato il pallone, se segna, ottiene 1 punto e passa il pallone al suo avversario, se non segna, recupera il pallone e lo passa al suo avversario.

Combinazione delle regole 1 + 2

Quando le prime 2 regole sono state assimilate separatamente bisogna combinarle, in modo che il giocatore capisca quando e perché possono essere usate assieme e separatamente.

– *Il gioco del cerchio:* un pallone a testa. Al «via», palleggiare intorno al cerchio, tornare verso il canestro, fermarsi e tirare. Il tiratore ha a disposizione tre tentativi per segnare. Il giocatore seguente parte al momento in cui il canestro è stato realizzato o quando il tiratore ha recuperato il pallone dopo i suo tre tentativi (Fig. 9).

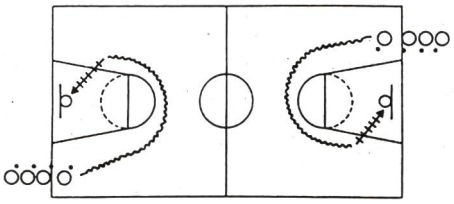


Fig. 9

– *Circuiti paralleli:* dividere il campo in tre corridoi. Una squadra per corridoio. Il primo giocatore di ogni squadra parte in palleggio, arriva sotto il canestro e tira (3 tentativi). Il giocatore seguente parte al momento in cui il canestro è stato realizzato o quando il tiratore ha recuperato il pallone dopo i suoi tre tentativi.

Regola 3: il passaggio

> Non si può giocare soli contro tutti. Bisogna giocare e collaborare con i propri compagni passandosi il pallone.

Durante l'apprendimento delle prime 2 regole e della loro combinazione, il giocatore può soddisfare il proprio egocentrismo, in quanto ha sempre il pallone. A questo punto, bisogna passare alla 3ª regola, in modo che il giocatore impari una prima forma di collaborazione.

Cominceremo con un pallone ogni 2, ogni 3 e, per finire, ogni 5 giocatori.

– *Passaggi in triangolo:* 2 palloni, 3 giocatori. A passa a B che ripassa ad A; C passa a B che ripassa a C (Fig. 10).

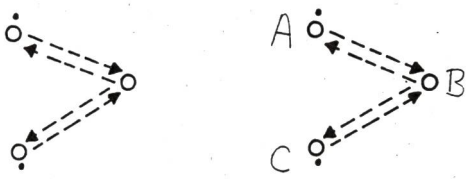


Fig. 10

– *Passaggio al numero:* 1 pallone, 3-5 giocatori. Il giocatore n. 1 passa al n. 2, il n. 2 al n. 3, ... il n. 5 passa al n. 1. Dopo ogni passaggio, il giocatore cambia posizione.

– *Passaggi in movimento a 2:* 1 pallone per 2 giocatori. La coppia avanza verso il canestro passandosi il pallone (Fig. 11).

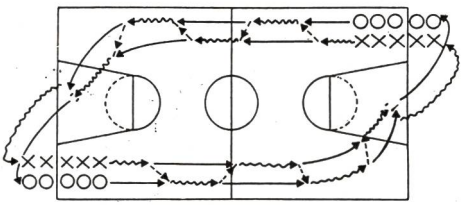


Fig. 11

– *Passaggi in movimento a 3:* 1 pallone per 3 giocatori. Passare il pallone dal centro all'ala, dall'ala al centro, dal centro all'ala opposta ecc. Questo esercizio può essere eseguito solo andata o andata-ritorno (Fig. 12).

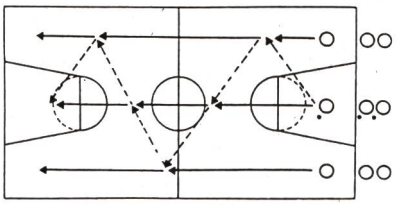


Fig. 12

Combinazione delle prime 3 regole

– *Gara di tiro, palleggio, passaggio:* 1 pallone per squadra. Il primo giocatore della colonna tira; se segna, la sua squadra ottiene un punto. Il giocatore recupera il pallone, va dietro la colonna palleggiando e fa passare il pallone sopra la testa del giocatore che gli sta davanti, finché il pallone raggiunge il primo della colonna (Fig. 13).

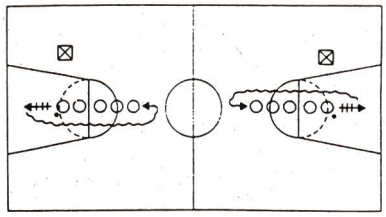


Fig. 13

– *Circuito con appoggio:* 1 pallone a testa (eccetto il giocatore d'appoggio). Al «via», attraversare il campo in palleggio, fermarsi al nuovo segnale, passare la palla al giocatore d'appoggio, che va a canestro e tira. Il passatore prende il posto del giocatore d'appoggio. Il tiratore recupera il pallone, attraversa il campo palleggiando e si mette in colonna (Fig. 14).

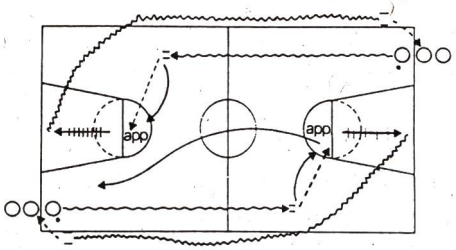


Fig. 14

Regola 4: la difesa

Per vincere, bisogna far sì che l'avversario segni pochi canestri.

Concetto di difesa:
- essere sempre tra l'avversario e il canestro;
- mai spingere l'avversario.

Concetto d'attacco:
Andare a canestro per la via più breve se il difensore è dietro o di fianco; effettuare cambiamenti di direzione se il difensore è davanti; nelle vicinanze del canestro, fermarsi e tirare.

- A coppie, faccia a faccia: cercare di toccarsi le spalle, un piede, la schiena.
- A coppie: A cerca di oltrepassare la linea di metà campo senza farsi toccare da B (Fig. 15).
- senza palla – A e B con la palla
- A con la palla – Variante: 2:2

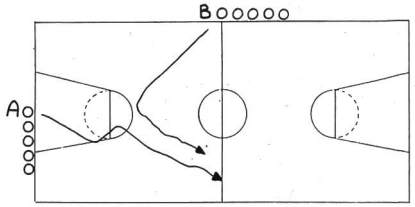


Fig. 15

- Gioco 1:1: a coppie. Un giocatore palleggia, l'altro deve cercare di rubargli la palla; se ci riesce diventa attaccante e l'altro difensore.
- Il duello: 2 colonne. L'animatore passa il pallone al primo giocatore di una delle due colonne che gioca in 1:1 contro il primo giocatore dell'altra colonna (Fig. 16).

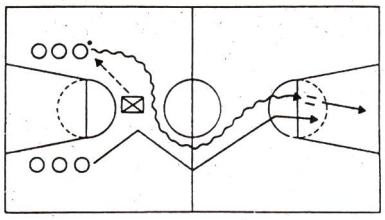


Fig. 16

Giocare mini-partite

Gioco 1:1 tutto campo
L'animatore passa il pallone a uno dei due giocatori. Il giocatore che riceve il pallone attacca verso il canestro opposto. Il difensore deve impedire l'azione. Se il difensore riesce a rubare la palla, diventa attaccante e va a segnare nel canestro opposto (Fig. 17).

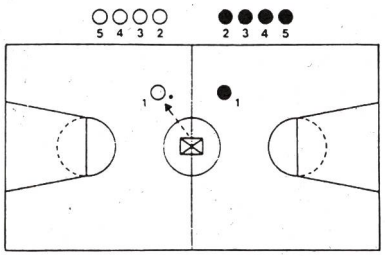


Fig. 17

Gioco 1:1 con aiuto
A coppie. L'attaccante può passare la palla in qualunque momento all'animatore che è il suo aiutante.

Gioco 2:1
Due attaccanti e un difensore. I due attaccanti cercano di attraversare il campo e di concludere a canestro. Il difensore cerca di ostacolare l'azione dei due attaccanti.

Gioco 2:2
Ogni giocatore deve difendere un avversario. L'animatore passa il pallone a una squadra.
Il giocatore può passare al suo compagno di squadra che si sarà smarcato oppure può partire in palleggio per battere il suo avversario in 1:1. Se non ci riesce, si ferma e passa il pallone al suo compagno. Le squadre attaccano e difendono in rotazione fino a quando riescono a segnare. Se il tempo per segnare è troppo lungo, si fissa un limite di attacchi controattacchi.

Gioco 3:3 nei tre corridoi
Variante 1:
C con il pallone, A con un difensore (eventualmente con le mani dietro la schiena). B senza difensore. Smarcarsi per ricevere la palla. Ogni giocatore deve restare nel proprio corridoio.
Variante 2:
C con il pallone, A e B con un difensore a testa.
Variante 3:
Tre attaccano con un difensore a testa.

Gioco 5:5
– 2 squadre sotto un canestro. La squadra che riesce a fare 5 passaggi di seguito può attraversare la linea centrale e andare a segnare.
– Forma finale.

Struttura di una lezione

La lezione può durare da 60 minuti (per i più giovani) a 90 minuti (per i più grandicelli).

1ª parte: esercizi, gare, piccoli giochi di coordinazione.

2ª parte: ripetizione delle regole imparate, variando gli esercizi, le gare, i giochi.

3ª parte: apprendimento di una nuova regola, di un nuovo esercizio, gioco.

4ª parte: mini-partita da 1:1 a 5:5 secondo il livello.

Conclusione

La materia da insegnare nell'ambito del minibasket è molto vasta. L'animatore deve diversificare e variare il contenuto delle lezioni. Il giocatore avrà tutto il tempo di specializzarsi dopo la pubertà.
Il minibasket è un'attività praticata dai giovani che hanno bisogno di un adulto che li segua durante le lezioni. Durante le partite, dovrebbero riuscire a cavarsela da soli.
L'adulto (allenatore) che li segue deve restare una specie di consigliere pedagogico e non deve volere la vittoria a tutti i costi. ■

Il minibasket è un gioco e tale deve restare