

I giochi di rimando

Relatrice:
Elena Trequattrini



In questo appuntamento

① Go back



② Badminton



③ Pickleball



I giochi di rimando



Consistono nel lanciare una palla o volano nel campo dell'avversario, in modo che quest'ultimo non riesca a sua volta nel rinvio.

Perché praticarli a scuola?

Per sviluppare le capacità coordinative speciali:

- bi/lateralizzazione
- combinazione e accoppiamento degli schemi motori (afferrare e lanciare)
- orientamento spazio-temporale
- coordinazione oculo-manuale
- reazione motoria
- anticipazione e differenziazione cinestetica
- capacità di ritmo



Obiettivi di apprendimento

Relazione con lo spazio e il tempo

Coordinare gli schemi motori (afferrare/lanciare)

Consolidamento e abbinamento degli schemi motori

Il gioco

Saper utilizzare e trasferire le abilità motorie per la realizzazione delle varie tecniche

Padroneggiare le capacità coordinative adattandole alle situazioni richieste anche con originalità e creatività, saper utilizzare le strategie di gioco

Lo sport

Applicare il regolamento dei giochi. Gestione della competitività

Applicare il regolamento dei giochi sportivi per organizzare e arbitrare tornei scolastici in autonomia. Rispetto dei vari ruoli sia in caso di vittoria e sconfitta

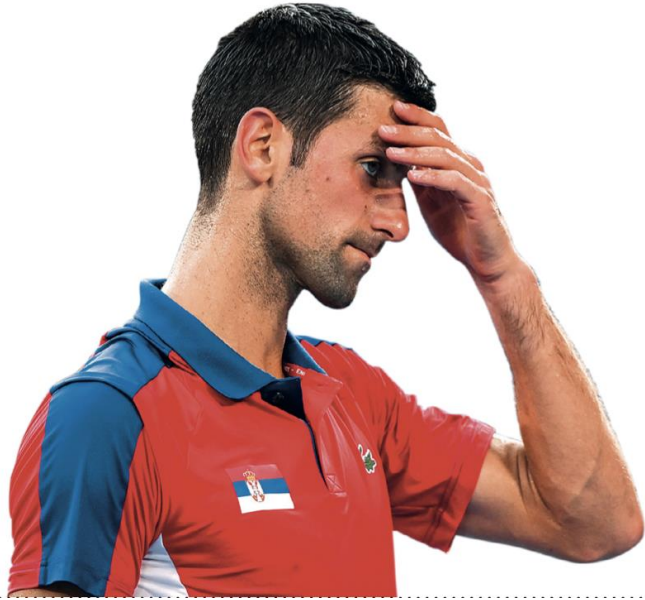


Obiettivi trasversali per il raggiungimento delle competenze di cittadinanza attiva



- Educare alla conoscenza di se stessi, migliorando l'autostima e la fiducia in sé
- Educare alla scoperta delle proprie attitudini
- Educare alla collaborazione con gli altri per fare squadra
- Educare alla socializzazione e accettazione degli altri

Eventuali criticità



- Esperienze del docente
- Materiali: carenza di racchette, volani/palline, tavoli da ping pong, reti
- Spazi: tracciatura delle righe di campi (badminton, street-racket, ecc.)
- Classi: eterogenee

Fase Zero



Utilizzo del palloncino e del foulard



Perché di facile reperimento

Leggeri, economici e colorati

Ce n'è uno per tutti

Permettono un facile approccio e una facile gestione (cadono lentamente)

SPORTIVA DI NOVA
Settore Pallavolo

SOCIALI
CAMPIONI
CAMPIONI

FORZA
PALLAVOLO IN UNA
BIRMONTON

BADMINTON

VIETATO FUMARE



EDUCAZIONE FISICA TOGETHER





Con le mani

Con le racchette disponibili



Primo set

Go-back



Perché iniziare con il Go-back?



1. Racchetta leggera e senza manico
2. Si utilizza solo il colpo di diritto
3. Permette di sviluppare anche la bilateralità

Logica di lavoro iniziale

Esercitazioni sui passi senza palla e senza racchetta:

nel campo specifico

o spazio adattato

gioco del Pac-Man



Gioco del semaforo

Al verde cammino occupando tutto lo spazio

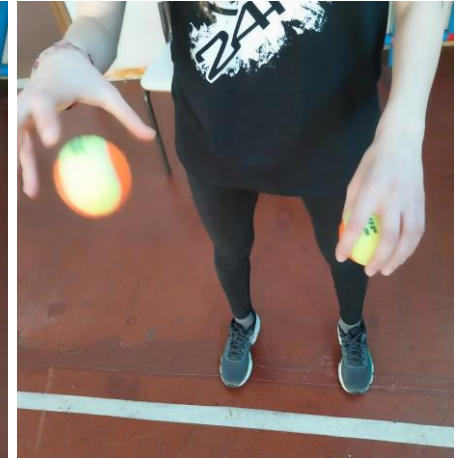
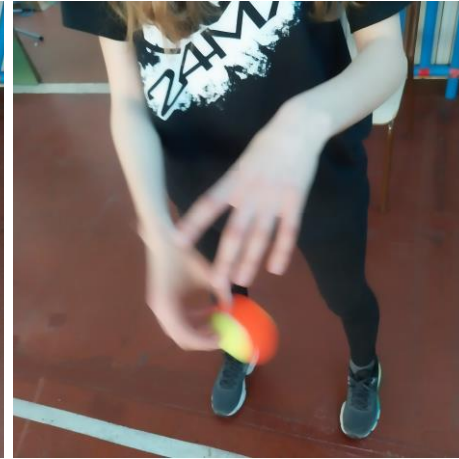
Al giallo cammino sulle righe

Al rosso mi fermo su di un piede sulle righe

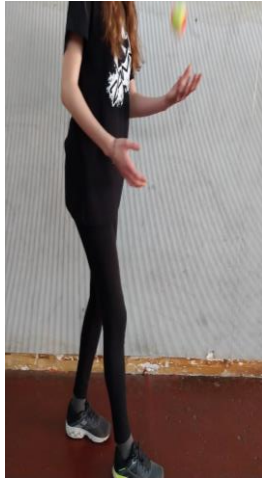
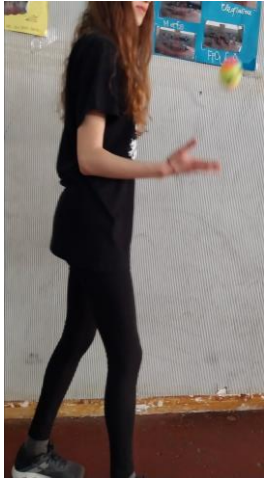


Esercizi con la pallina

Lascia la pallina con la mano sinistra e riprendi con la stessa mano,
ripeti con la destra, poi con lo schema incrociato e poi con due palline



Lancio e presa



Palleggio della pallina senza racchetta



Esercitazione individuale di palleggio



con/senza rimbalzo
una o due racchette



al muro con rimbalzo a terra

Esercitazione a coppie



palleggio alternato al muro
con/senza rimbalzo a terra

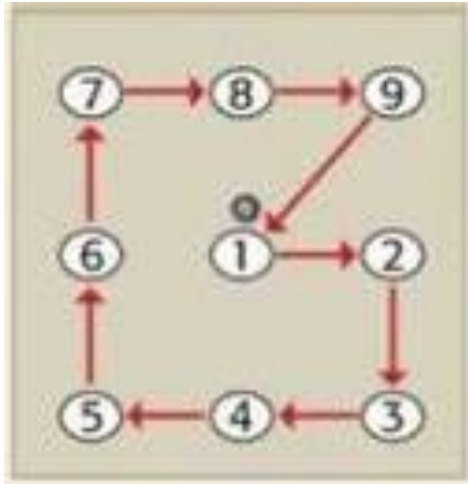


scambio frontale



2+2: lancia e passa via

Go-back sul campo della pallavolo 9c9
battuta dal basso dalla postazione 1
massimo 3 passaggi con rimbalzo a terra



Variante: senza rimbalzo della pallina

19

21

Secondo set
Badminton



Gioco del Pac-Man



Esercizio di lancio e presa: svuota campo



Svuota campo

Variante: parte della squadra con la racchetta respinge i volani



Svuota campo in area differenziata senza racchette

Variante: con racchette diverse



Esercizio di equilibrio stabilità: 1,2,3 stella



Esercitazioni lancio e presa con volano

- individuali
- a coppie



Esercitazioni varie



lancio a coppie

lancio e mira



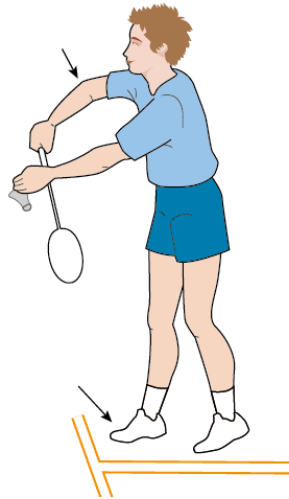
palleggio con la mano

Esercizi in gruppo

Lancio e mira con passi



Per iniziare il gioco bisogna saper fare la battuta (corta dal basso e di rovescio)





Logiche di lavoro

Esercitazioni con racchetta:



individuale



a coppie



Scambi a coppie
sotto mano,
sopra la testa
altezza mano

Esercizi a tre

Gli estremi palleggiano.

Il giocatore in mezzo simula la rete.



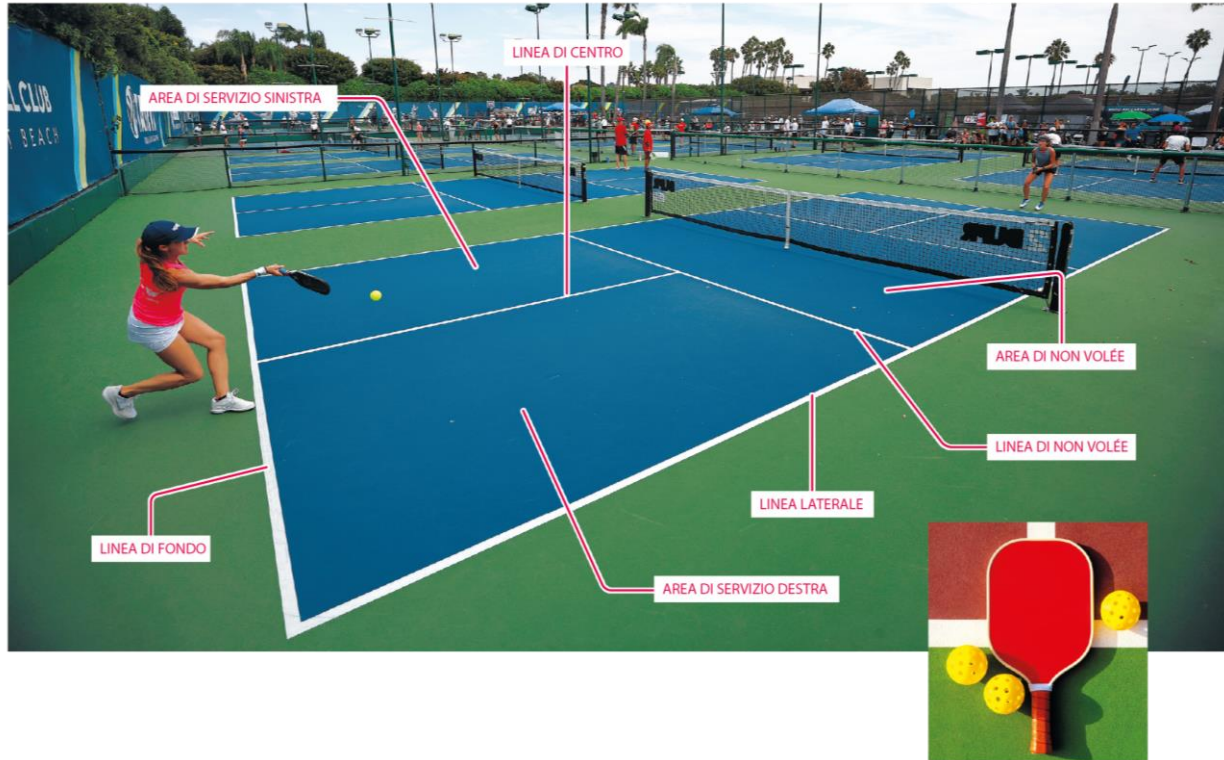
Scambi a quattro:

Senza area definita palleggia, passa e vai dietro nel campo con rete
(ad ogni rimando i giocatori cambiano posizione in senso orario)



Terzo set

Pickleball



Gioco del semaforo:

Diverse andature e consegna con diversi stimoli (verbale/acustico, visivo)





- palleggio di diritto
- di rovescio
- scambi a coppie senza rete
- scambi a coppie con rete 91.5 cm

Pickleball sul campo da badminton



Senza rete 4 c 4



Senza rete 2 c 2

Con rete



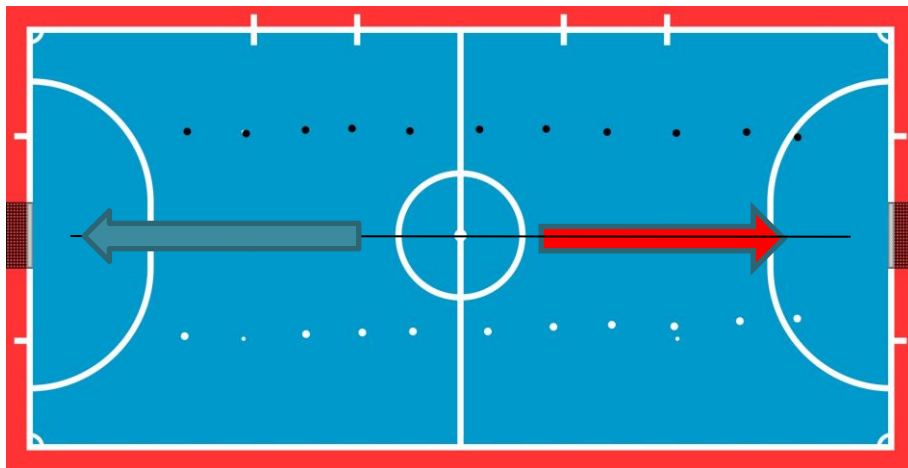
EDUCAZIONE FISICA TOGETHER



Gioco dell'imperatore

1c1, tutti giocano contemporaneamente, gioco a tempo.

Al segnale del docente chi ha vinto lo scambio si sposta verso la postazione dell'imperatore (freccia rossa) mentre il perdente si sposta nella direzione opposta (freccia blu). Incontro dopo incontro le sfide fra giocatori si allineano e così cresce la motivazione e il divertimento.



gioco di confronto adatto alle tre attività

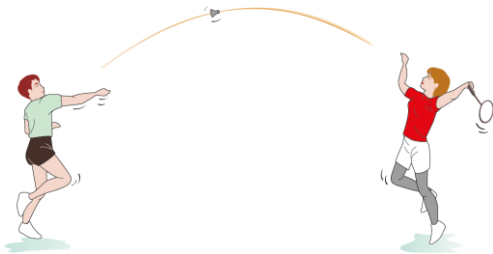
Educare alla collaborazione con gli altri per fare squadra

→ Inserire nelle lezioni la figura del feeder

Fare il feeder significa:

- imparare a lanciare,
- aiutare il compagno
- correggere il gesto per farlo migliorare

sviluppare il senso critico



Tutti giocano nessuno escluso

Integrazione tra maschi e femmine





...le condivisioni continueranno



EDUCAZIONE FISICA TOGETHER



Grazie per l'attenzione

Spazio alle domande

Crediti immagini:

Educare al Movimento, Marietti Scuola. Ed. 2018, 2023

Archivio personale di Elena Trequattrini



EDUCAZIONE FISICA TOGETHER



Le videolezioni

<https://formazione.deascuola.it/educazione-fisica-e-scienze-motorie/>

Educazione fisica e Scienze motorie



CICLO DI APPUNTAMENTI GRATUITI PER I DOCENTI DI EDUCAZIONE FISICA E SCIENZE MOTORIE DELLA SCUOLA SECONDARIA

Un ciclo di incontri con colleghi che lavorano nella scuola per approfondire e scambiare **contenuti, metodi e novità** per le lezioni di Scienze Motorie.

Spunti sull'Educazione civica e lo sport al femminile insieme a **proposte operative** che possono coinvolgere con entusiasmo gli alunni.

Alcuni dei nostri appuntamenti sono proposti in collaborazione con **Capdi & LSM**, la più rappresentativa associazione di DiplomatI ISEF e laureati in Scienze motorie che lavorano nella scuola.

