

Federazione Italiana Pallacanestro
Settore Giovanile Minibasket e Scuola
Presentazioni pratiche integrate del modello culturale di riferimento.

A cura di
*Maurizio Cremonini - Tecnico Federale Settore Giovanile Minibasket Scuola
e Roberta Regis CTT Marche - Umbria - Emilia Romagna*

“Gli schemi motori di base in funzione delle azioni di gioco”.

ESORDIENTI : le Competenze in uscita.

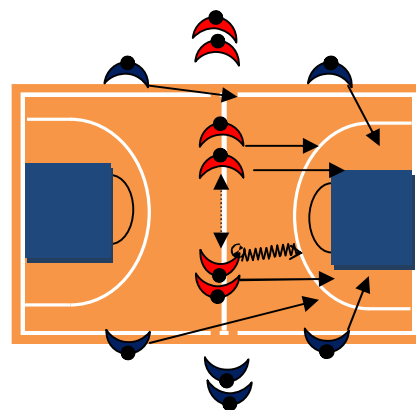
capacità agire in modo efficace nelle situazioni di gioco, utilizzando in modo particolare il “correre”, mantenendo una adeguata capacità di controllo del corpo e di relazione con lo spazio ed il tempo

➤ **situazione di gioco;**

5 c 5 (da far provare ai corsisti) e considerazioni sull'importanza dell'utilizzo del “correre” e “saltare”

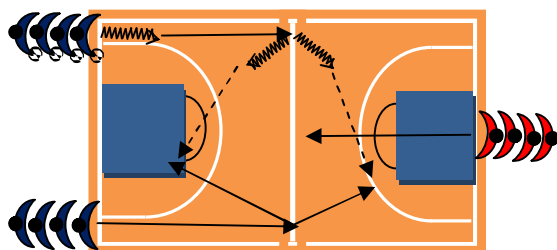
➤ **in 4 “corriamo negli spazi”**

ragazzi divisi in 2 squadre, posizionati come nella figura; 4 attaccanti sulla linea di centro campo che si passano la palla e 4 difensori nei 4 diversi angoli del campo; quando il difensore designato si muove per difendere, inizia il 4 c 4, quando la difesa recupera la palla (o esegue la rimessa) il gioco prosegue 4 c 4 tutto campo fino allo stop dell'Istruttore, che conterà ad alta voce, gli ultimi 10”



secondi di gioco. Dopo alcune ripetizioni, inversioni dei ruoli per le squadre; al termine del tempo stabilito, vince la squadra che ha fatto più canestri

➤ **sprint opposto e 2 c 1;**

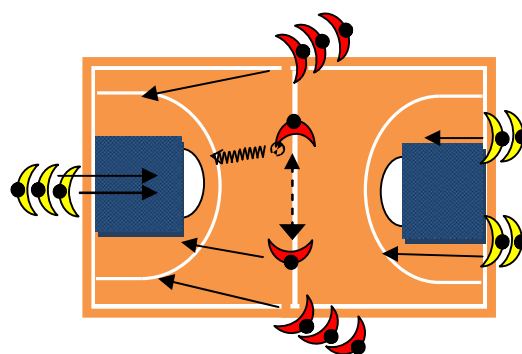


giocatori disposti su tre file, come nella figura, una fila con palla e due file senza palla, il giocatore che parte dalla fila sotto canestro (difensore) decide quando partire, raggiunge la linea di metà campo e va a difendere contro i 2 attaccanti, i quali, raggiunta la linea di metà campo, collaborando visivamente, decidono in quale canestro andare velocemente a tirare

AQUILOTTI : le Abilità

➤ **4 c 2 e 2 difensori che arrivano veloci**

giocatori divisi in 2 squadre disposti come nella figura ; quando i 2 difensori da fondo campo partono, i 2 attaccanti

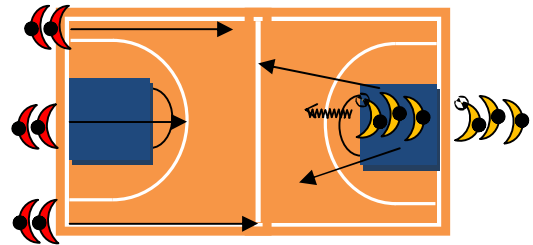


che a centro campo si stanno passando la palla, partono verso il canestro da attaccare, mentre i 2 compagni laterali, non appena vedono i difensori muoversi, sprintsano velocemente verso il canestro; cercando anche gli spazi adeguati dove muoversi; il gioco prosegue poi 4 c 4 per un tempo determinato dall'Istruttore.

➤ **a tre, "giochiamo insieme !"**

Cercare lo spazio adeguato per ricevere e tirare, valutando la posizione di uno o più avversari in movimento

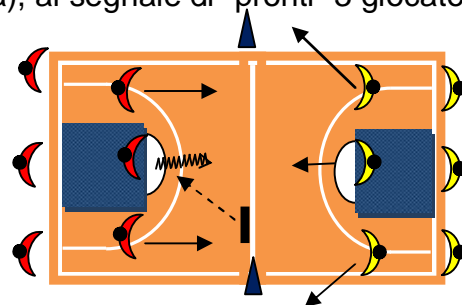
ragazzi divisi in 2 squadre, posizionati come nella figura; non appena il secondo giocatore senza palla decide di partire, partono anche i suoi due compagni, ma contemporaneamente, il giocatore centrale di fronte entra a difendere, mentre i due laterali, prima di difendere, devono correre a toccare la linea di metà; campo la situazione di gioco è di 3 c 1, ma quando il difensore recupera la palla (o esegue la rimessa) il gioco prosegue 3 c 3 tutto campo fino allo stop dell'Istruttore, che conterà ad alta voce, gli ultimi 10" secondi di gioco. Dopo alcune ripetizioni, inversioni dei ruoli per le squadre; al termine del tempo stabilito, vince la squadra che ha fatto più canestri



SCOIATTOLI ; le Conoscenze

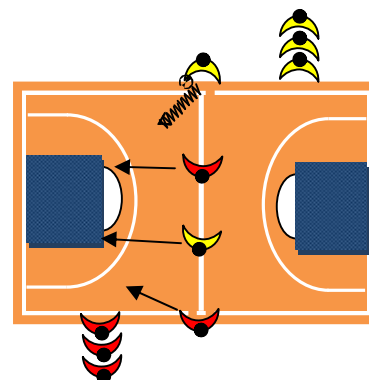
➤ **3 contro 1 + 2 . . . correre !**

bambini divisi in 2 squadre (come nella figura), al segnale di "pronti" 3 giocatori di ciascuna squadra si posizionano come nella figura, quando l'Istruttore passa la palla al giocatore centrale di una delle una delle due squadre (attaccanti), i 2 giocatori esterni devono correre il più rapidamente possibile verso il canestro, mentre i 2 difensori esterni della squadra di fronte corrono velocemente a girare attorno ai coni posizionati a metà campo

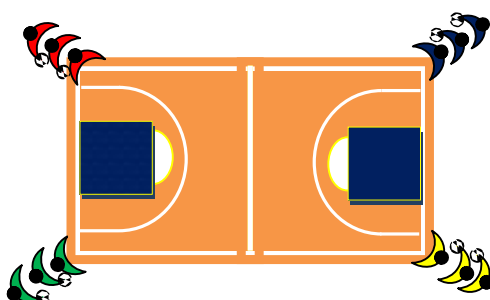


➤ **2 contro 1 + 1 trenino !**

bambini divisi in 2 squadre (come nella figura), la squadra con il potere parte in attacco, quando il giocatore senza palla sulla linea di metà campo lo decide, parte per un canestro dando inizio a una situazione di 2 contro 2; la squadra che realizza per prima prende il potere



➤ **passa !**



bambini divisi in 4 squadre disposte come nella figura, i prima di ogni fila senza palla; al segnale dell'Istruttore i giocatori senza palla entrano nel cerchio di centro campo e al via corrono a ricevere la palla dal compagno per tirare a canestro

Variante : con il potere

PULCINI; le prime Conoscenze.

➤ **Il Castello dei Fantasmi.**

bambini senza palla che corrono per arrivare al castello dei fantasmi

- correre in vari modi
- correre seguendo le strade (linee del campo)
- variare il modo di correre sulle diverse strade (avanti/indietro/laterale/veloce/piano, camminando/utilizzando parti diverse del piede, ecc.)
- cambi di strada utilizzando vari modi di saltare

➤ **Diventare fantasmi**

c'è un modo per poter diventare fantasmi !

- correre in modi diversi
- al segnale fermarsi e toccarsi la parte del corpo indicata che magicamente "scompare"

N.B. Mentre si gioca ci si sposta con i bambini in diverse zone del campo (cerchi di centro campo, linea di fondo, ecc.)

- al termine del gioco si trovano 5/6 fantasmini

➤ **Fantasmini che paura !**

i bambini corrono lungo le linee del campo mentre i fantasmini corrono liberamente e appaiono improvvisamente, quando vogliono, davanti ai bambini che, spaventati, cambiano direzione e senso

N.B. Si ripete il gioco del diventare fantasmi per cambiare i fantasmini

➤ **Mamma che fossati !**

Partendo dalle diverse zone del campo, conosciute precedentemente, tutti insieme, i bambini prendono la rincorsa per saltare i fossati (linee) visualizzati, per cercare di raggiungere la sfera che li potrà rendere invisibili (palloni diversi posizionati all'esterno del campo all'altezza della linea di metà campo)

➤ **Diventare invisibili !**

attraversando saltando l'ultimo fossato di cerchi posizionati sulla linea di metà campo, i bambini vanno a recuperare la sfera magica che li rende invisibili e corrono a tirare a canestro, chi sbaglia rischia di perdere l'invisibilità e deve riattraversare il fossato per andare a cambiare la sfera

