

GIOCORUGBY CON LE CODE

PROPOSTE DIDATTICHE

PRIMA LEZIONE

Giochiamo usando il controllo della palla da fermi e in movimento. . . .	15'
Giochiamo a strappare la coda	15'
Gioco: Strappiamo la coda uno contro uno multiplo.	25'

SECONDA LEZIONE

Giochiamo usando il controllo della palla in movimento	10'
Giochiamo ad usare il passaggio e la meta	10'
Spiegazione delle regole essenziali del minirugby	15'
Mini-partita: 3 contro 3	20'

TERZA LEZIONE

Giochiamo usando il controllo della palla da fermi e in movimento . . .	10'
Giochiamo ad usare il passaggio	10'
Gioco: 2 contro 1+1.	15'
Mini-partita: 3 contro 3	20'

QUARTA LEZIONE

Giochiamo usando il controllo della palla in movimento	10'
Giochiamo ad usare il passaggio e la meta.	10'
Gioco: 3 contro 3	15'
Mini-partite: 4 contro 4.	20'

QUINTA LEZIONE

Giochiamo ad usare il controllo della palla in vari modi	10'
Giochiamo usando il passaggio e la meta	10'
Giochi: 4 contro 4	15'
Mini-partite: 5 contro 5	20'

GIOCORUGBY CON LE CODE

USIAMO LA PALLA

DA FERMI E IN MOVIMENTO

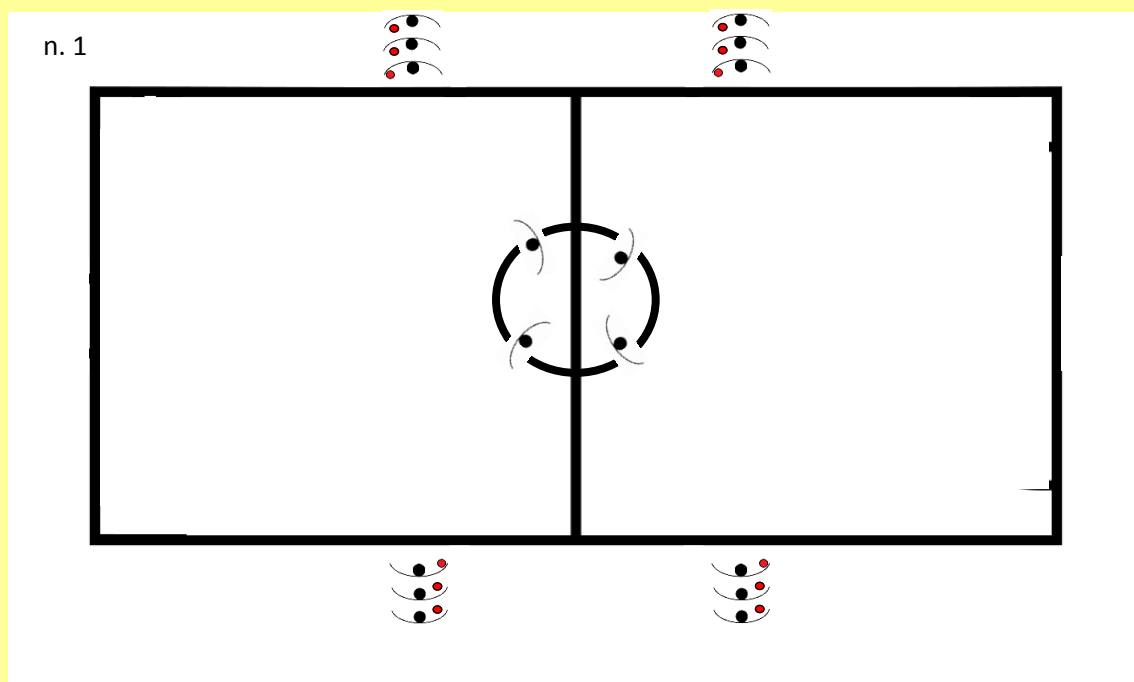
- Lanciare la palla sopra la testa e riprenderla senza farla cadere (aumentare sempre più l'altezza del lancio)
- Lanciare la palla in alto, battere le mani davanti oppure dietro, oppure toccare le ginocchia, la testa, i piedi ecc. e riprenderla senza farla cadere
- Lanciare la palla in alto facendola girare velocemente su se stessa in aria e riprenderla senza farla cadere
- Fare girare la palla attorno al busto, la testa, le gambe unite...
- Fare girare la palla ad otto attorno alle gambe divaricate
- Fare girare la palla attorno alle gambe divaricate, cinque volte su un arto e poi cinque sull'altro e ripetere
- Passarsi la palla da una mano all'altra facendola passare sotto una gamba alzandola ed alternativamente all'altra
- Gli esercizi precedenti vanno svolti a coppie con bambini distanti fra loro 5/6 metri, sfruttando tutto il campo o una parte di esso. Ogni bambino terminato l'esercizio passa la palla all'altro che prima di eseguire con la palla deve compiere sei passi di rincorsa.

STRAPPIAMO LA CODA

- Bambini in riga divisi in due squadre (cacciatori e lepri) poste su due linee parallele una di fronte all'altra a distanza di circa 10 m. Ogni bambino ha due code infilate nella cintura dei pantaloncini sui lati del corpo (di stoffa, di di plastica ecc.). Ad ogni bambino della squadra delle lepri si consegna una palla che va tenuta con entrambe le mani. Al via la squadra dei cacciatori deve rubare la coda alla squadra delle lepri prima che queste riescano a superare la linea di fondo campo posta di fronte alla linea di partenza. Si contano le code rubate e poi si invertono le parti tra cacciatori e lepri. Vince la squadra che al termine di una o più manches riesce a rubare più code. Si può partire con uno o più bambini per volta.
- Bambini divisi in due squadre disposti come nel gioco precedente; tutti i componenti di una squadra sono in possesso di palla e tutti i bambini hanno le code. Al via chi ha la palla deve portare la stessa oltre la linea di fondo, posta di fronte a loro e difesa dalla squadra avversaria, appoggiandola a terra (meta), senza farsi rubare la coda da un componente dell'altra squadra. I bambini in campo di ogni squadra variano da tre a cinque per volta. Alla fine si contano le mete realizzate di tutta la squadra e poi si invertono i ruoli (chi ha attaccato difende e viceversa). Si possono giocare più fasi.

- Bambini in fila divisi in squadre composte da 3/4 componenti ciascuna; tutti i gruppi sono disposti su una linea di fondo campo e davanti ad ogni gruppo è posto a terra un cerchio di colore diverso per ogni squadra. Nel campo in ordine sparso sono disposti a terra 2 o 3 cerchi colorati per ogni colore assegnato alle varie squadre. Diamo ad un bambino il potere di scegliere quando dare inizio al gioco per lui e per tutti i primi di ogni squadra: con la palla in mano deve correre verso i cerchi del colore della sua squadra ed entrarvi almeno con un piede; entrato in tutti i cerchi del proprio colore, corre a fare meta sulla linea opposta. Chi arriva per primo conquista il potere per la propria squadra (che farà partire il gioco) e si va a mettere in coda.
- Stesso gioco del precedente togliendo i cerchi e sostituendoli con numero di ostacoli inferiore di uno rispetto al numero delle squadre di fondo campo. Chi ha il potere parte per primo e, con palla in mano, deve saltare un ostacolo, strisciare sotto un altro (o viceversa) e poi andare a fare meta sul lato opposto. Chi arriva primo conquista il potere per la propria squadra.

- Bambini a coppie, distanti circa 5/6 metri fra di loro. Il bambino davanti con la palla (capo palla) corre in una metà campo e dopo aver compiuto sei passi, passa la palla al compagno dietro che si sposterà nell'altra metà, quest'ultimo dopo aver compiuto a sua volta sei passi, ripasserà la palla al compagno mettendosi sempre dietro a lui.
- Stesso gioco del precedente però, quando l'insegnante alza il braccio, il bambino con la palla va a fare meta sulla linea più comoda e poi passerà al compagno che dovrà fare meta su quella opposta. Realizzata la seconda meta, il bambino ripassa la palla al compagno ed entrambi si riuniranno sulla linea di metà campo tenendo insieme le mani sulla palla. All'arrivo della prima coppia l'insegnante conterà a ritroso da cinque, ad alta voce. Tutte le coppie che arriveranno entro lo scadere del tempo conquisteranno un punto.
- Bambini disposti uno di fronte all'altro, divisi da una corda alta circa due metri. I bambini si passano la palla lanciandola sopra la corda. Quando l'insegnante alza il braccio, chi ha la palla va a fare meta sulla sua linea di fondo, dalla propria parte e poi passa la palla al suo compagno, sempre sopra la corda, che farà meta sulla linea opposta. Alla fine i due bambini si riuniscono sotto la corda, tenendo entrambi le mani sulla palla. L'insegnante quando vede l'arrivo della prima coppia, conta a ritroso ad alta voce dal cinque. Tutte le coppie che arriveranno entro lo scadere del tempo conquisteranno un punto.
- Bambini divisi in quattro gruppi posti due su una linea laterale e due sulla linea opposta distanti dalla linea di metà campo circa tre metri. I gruppi sono composti da 4/5 componenti. Tutti hanno la palla tranne il primo di ogni gruppo. Al pronti, i bambini senza palla si schierano nel cerchio di metà campo e si muovono correndo. Al via dell'insegnante i bambini escono dal cerchio per ricevere la palla da un gruppo qualsiasi e vanno a fare meta andando a disporsi dietro al gruppo da cui hanno ricevuto il passaggio. Il bambino che ha passato la palla, corre a sua volta dentro al cerchio ed appena entrato va a ricevere la palla dal gruppo più comodo e corre a fare meta. Si procede in questo modo fino a che un bambino raggiunge le sei mete. Si fanno ruotare in senso orario i quattro gruppi e si inizia un nuovo giro. (vedi fig. 1)

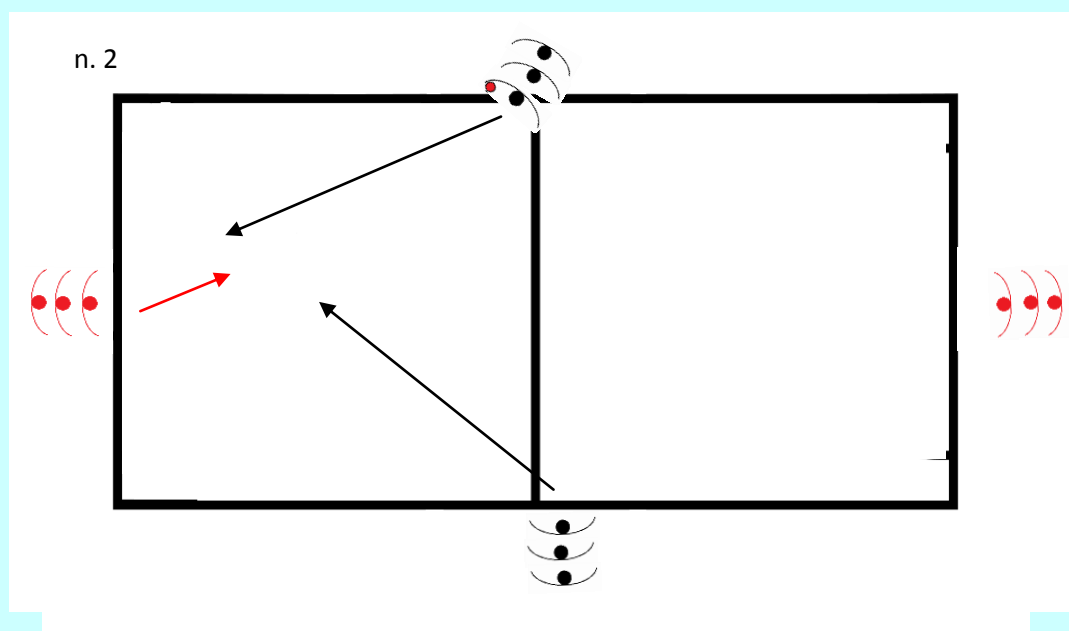


- **UNO CONTRO UNO MULTIPLO**

Bambini divisi in due squadre poste in fila, una dietro la linea di meta e l'altra dietro quella opposta. Tutti i bambini di una squadra (attaccanti) hanno la palla e le code, quelli sulla linea opposta sono i difensori. Entrano in campo i primi tre di ogni squadra. I difensori decidono quando iniziare il gioco con l'obbligo che ogni bambino deve marcare un solo attaccante. I tre bambini che attaccano devono cercare di fare meta sul lato opposto mentre i tre che difendono devono impedirlo stappando una coda. Quando tutti i bambini hanno terminato la fase d'attacco si contano le mete realizzate e poi si cambiano i ruoli.

- **DUE CONTRO UNO + UNO**

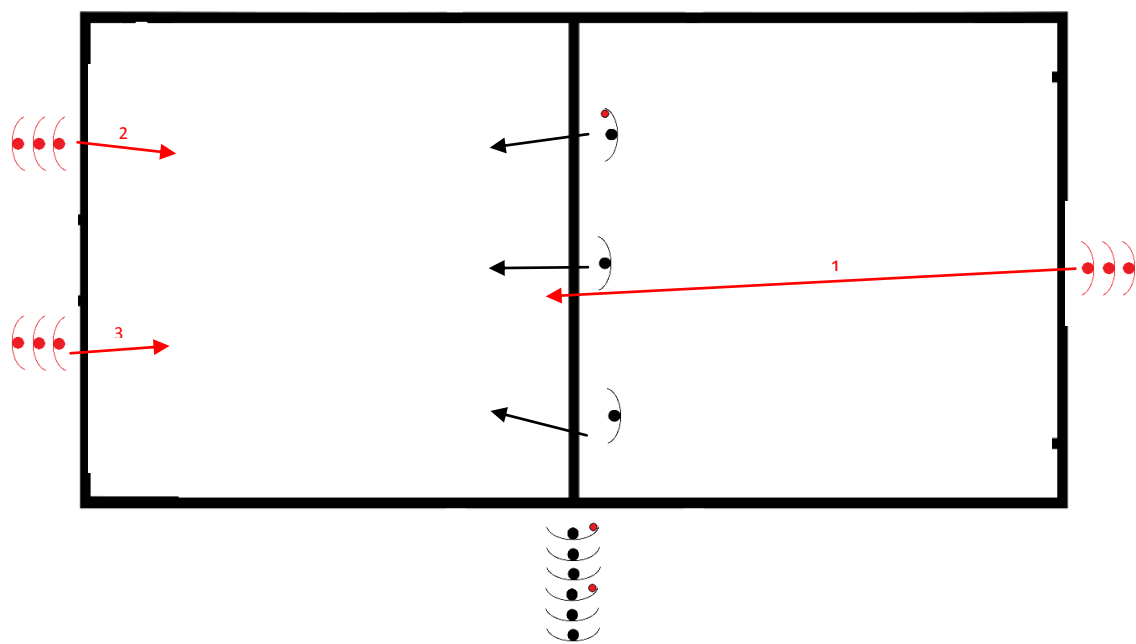
In questo gioco si deve ricordare che **la palla va passata solo dietro**. Bambini divisi in quattro gruppi posti uno sulla linea di metà campo da una parte e uno dall'altra (rossi - difensori) mentre gli altri due gruppi sono disposti uno sulla linea di meta e l'altro su quella opposta (neri - attaccanti). Un solo attaccante ha la palla. I bambini di ogni gruppo sono in fila. Quando il bambino con la palla decide dove andare a fare meta, entrano in campo anche i primi degli altri tre gruppi e si gioca il due contro due che dura circa 20 secondi. Al termine i giocatori ruotano in senso orario. (fig. 2)



- **TRE CONTRO TRE**

Bambini divisi in due squadre, una che attacca (neri) posta in fila nei pressi della linea di metà campo con un bambino ogni tre in possesso di palla. La squadra che difende è divisa (rossi) in tre gruppi, due su una linea di fondo e una sull'altra. I tre gruppi sono disposti in fila. Al pronti, i primi tre attaccanti si schierano sulla linea di metà campo girati verso i gruppi dei due difensori. Il gioco inizia quando il difensore posto dietro all'attacco (n.1) supera la linea di metà campo, quindi entrano in campo pure gli altri due difensori (n. 2 e 3) posti sulla linea di fondo campo ed inizia il tre contro tre con gli attaccanti che tentano di fare meta. Il gioco dura 30/40 secondi e al termine gli attaccanti vanno in coda alla propria squadra, cambiando il bambino con la palla, mentre i difensori si scambiano di posto ruotando in senso orario. (fig. 3)

n. 3

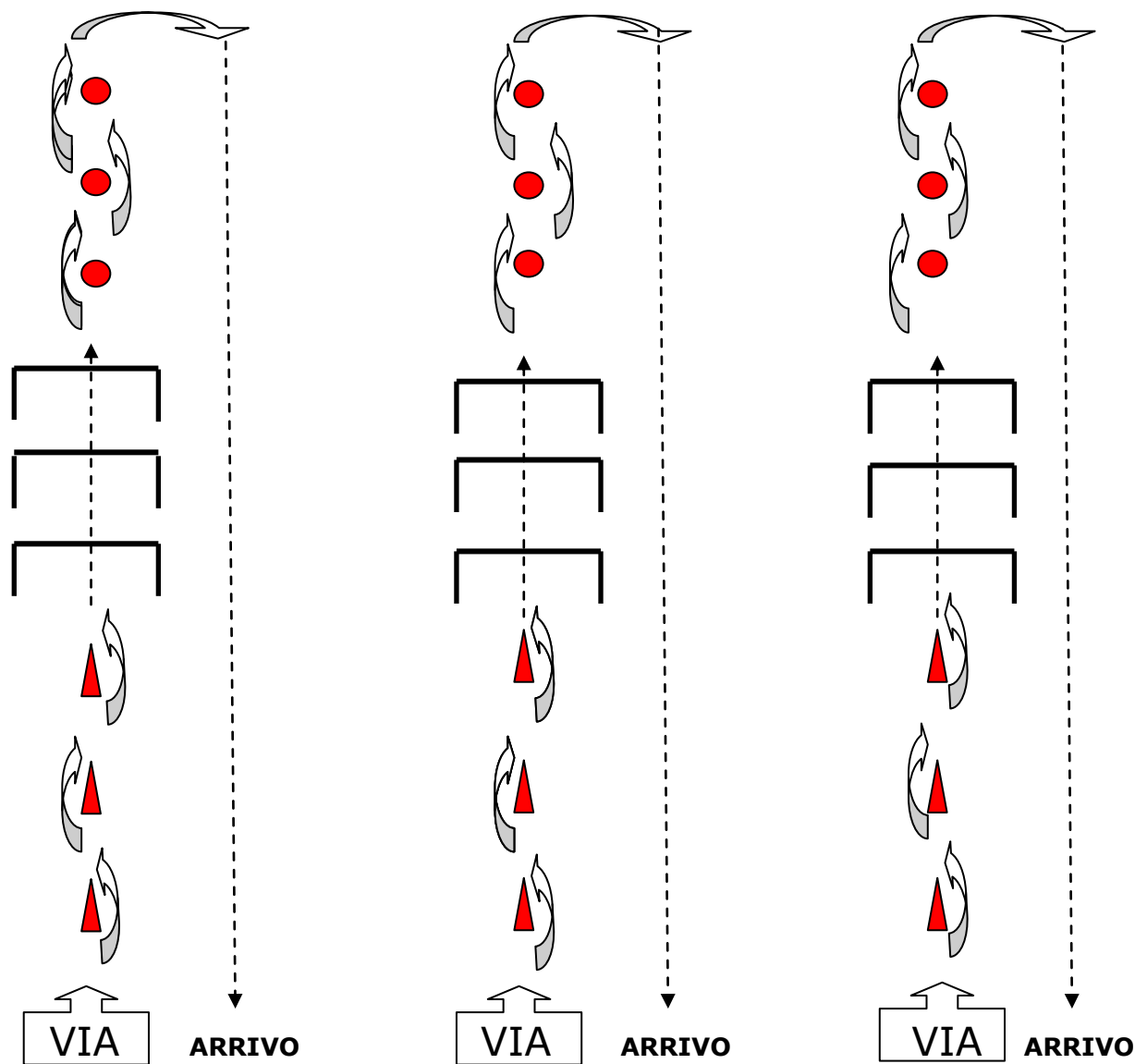


- **QUATTRO CONTRO QUATTRO**

Bambini divisi in due squadre poste sulla linea di metà campo e fuori dalle linee laterali. Entrano in campo i primi quattro di ogni squadra disposti in fila e distanti 5/6 metri uno dall'altro. L'insegnante consegna la palla ad una squadra e il bambino che riceve passa al bambino davanti dell'altra squadra e va in coda opposta e così via. Quando l'insegnante fischia chi ha la palla attacca, ma prima deve fare un passaggio all'indietro. Il campo di attacco va dichiarato all'inizio. il gioco dura circa un minuto e poi si ritorna in coda alla propria squadra ed entrano in campo quattro nuovi giocatori. (vedi fig. 4)

N.B. tutti i giochi che sfruttano l'uso dei fondamentali devono essere proposti in **SITUAZIONI APERTE**, in cui i bambini devono sviluppare l'aspetto cognitivo nel saper vedere, scegliere e approntare (decidere) l'azione adeguata. I giochi descritti nelle schede iniziano in situazioni chiuse, ma devono sfociare in momenti aperti quanto prima.

ESEMPIO DI GIOCO CHIUSO



SQUADRA A

SQUADRA B

SQUADRA C

Il gioco si può eseguire a STAFFETTA (con un numero di percorsi individuato in base alla composizione delle singole squadre) o in forma INDIVIDUALE (chi compie il percorso per primo).

ESEMPIO DI GIOCO APERTO

blu

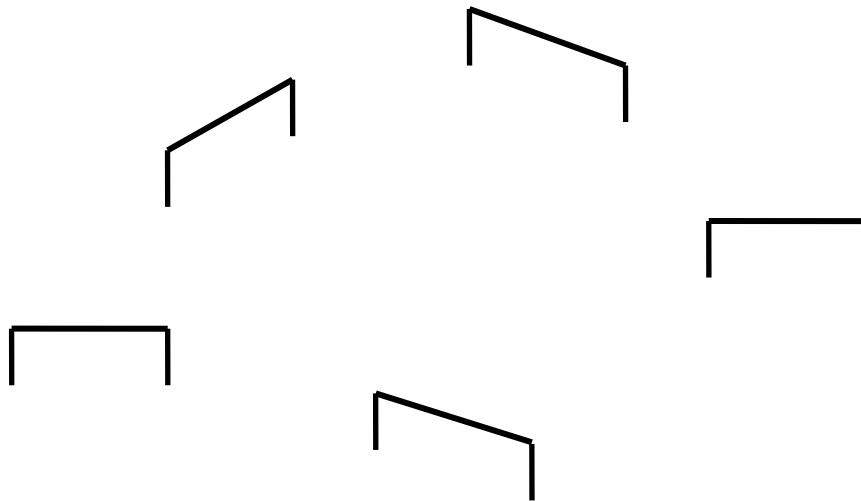
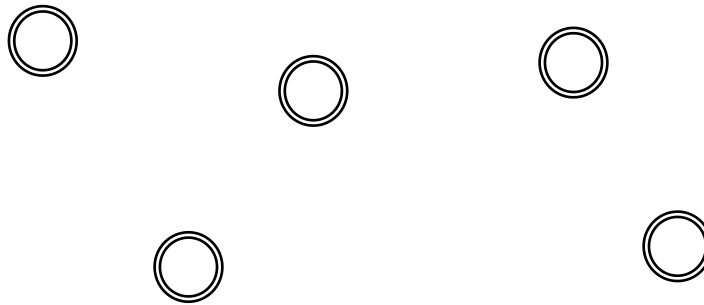
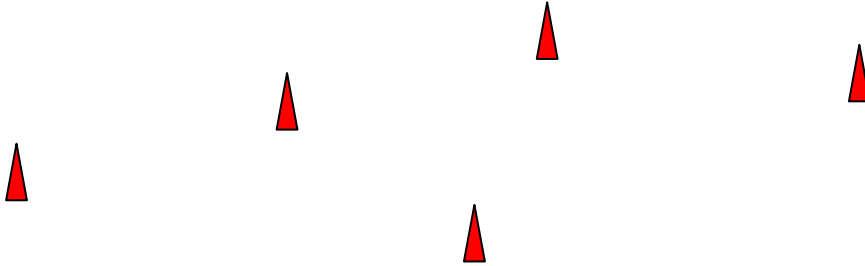
neri

rossi

azzurri

verdi

grigi



rossi

grigi

verdi




neri

azzurri

blu



Costruzione del percorso

Usando gli stessi attrezzi del "gioco chiuso" si dispongono (ostacoli  cerchi  e coni ) in modo casuale come evidenziato nell'esempio sopra riportato.

Il numero degli attrezzi deve essere sempre inferiore al numero delle squadre costituite (es. 5 ostacoli se partecipano 6 squadre) e più il numero degli oggetti utilizzati diminuisce, più aumentano le difficoltà, passando dalle abilità alle competenze.

Esecuzione del gioco

La classe viene divisa in squadre (nominare le squadre: rossi, gialli, verdi, ecc.) di due o tre bambini al massimo, per rispettare il carico motorio.

Il gioco consiste nel saltare tre ostacoli, entrare con un piede in tre cerchi, toccare tre coni e raggiungere la posizione d'arrivo assegnata dal colore della squadra.

L'inizio del gioco è dato da un bambino che ha il "POTERE" (il potere lo ottiene l'alunno che risponde per primo ad un quesito posto dalla maestra) scegliendo il tempo di partenza. Al suo inizio tutti i numeri uno delle singole squadre partono per eseguire il percorso.

Il gioco può essere effettuato a STAFFETTA (eseguire un certo numero di percorsi per squadra) oppure INDIVIDUALE (ogni componente di ciascuna squadra esegue il percorso "aperto" e si registra chi riesce a completarlo per primo).