

Bring a friend



MATERIALE

- 16 palloni (1 pallone per ogni bambino)
- Dischi indicatori
- Casacche di 3-4 colori
- Due porte da 5m

I principianti hanno bisogno di molte esperienze vincenti

Come principianti è importante fare il maggior numero possibile di esperienze vincenti. A favorirle sono i molti goal, le piccole squadre e l'apertura all'apprendimento.

Start

PARTITA LIBERA

Su due campi da gioco i bambini iniziano una partita libera. Dopo 5 minuti di gioco si fanno ruotare le squadre in modo che tutte abbiano giocato una volta l'una contro l'altra.

15 minuti

- 4 squadre da 4 giocatori,
- 2 campi da gioco, ognuno con 4 mini porte
- partita libera
- 2 porte da attaccare e difendere



Introduzione

NEL POLLAIO

Partenza aperta: Tutti i giocatori guidano la loro palla nel quadrato (nel pollaio) cercando un compagno di gioco e si presentano con il loro nome. Quindi cercano un nuovo compagno. Conduzione del pallone: collo interno sinistro e destro, rimbalzare tra le gambe, tirare indietro con la suola, solo sinistro, solo destro, diverse finte, ecc.

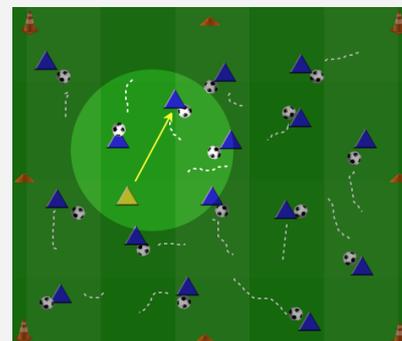
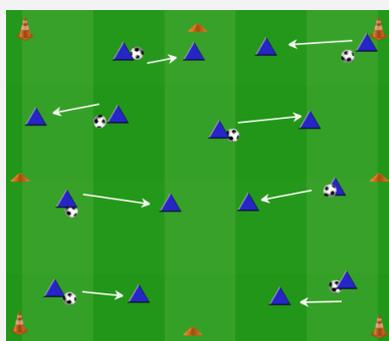
Esercitazione: In coppia. Il compagno di gioco fa vedere un trucco, l'altro lo ripete. Poi una coppia fa vedere il proprio trucco all'intero gruppo e tutti gli altri si esercitano nella figura mostrata. Poi spetta alla coppia successiva fare la sua dimostrazione.

Gara: Nel pollaio: i polli dirigono il pallone nel quadrato. Entra una volpe. Se riesce a conquistare un pallone diventa un pollo. Chi perde la palla diventa la volpe.

Osservare: riescono tutti i bambini a imitare le figure mostrate in modo esatto e con entrambi i piedi?

Consigliare: far mostrare le figure in modo ben chiaro e farle esercitare prima lentamente.

20 minuti



CATTURARE L'ABETE

3 bambini sono i cacciatori. Cercano di catturare il maggior numero possibile di bambini. Se un bambino viene toccato da un cacciatore, deve rimanere fermo come un abete. Altri bambini lo possono liberare strisciando attraverso le sue gambe.

Partenza aperta: Lasciare prima giocare i bambini e adeguare la dimensione del campo e il numero dei cacciatori in modo tale che i cacciatori riescano a trasformare tutti i bambini in abeti. Dopo 1-2 minuti cambiare la squadra dei cacciatori.

Esercitazione: Discutere con i bambini come dovrebbero comportarsi i cacciatori per riuscire a trasformare tutti i bambini in abeti. Ricominciare un'altra volta.

Gara: Scegliere 3 cacciatori. Riescono a trasformare tutti bambini in abeti nel giro di 2 minuti? Chi altro riesce a farlo?



Mise en train

15 minuti

TORNEO

Su due campi da gioco i bambini giocano una partita con porte da 5 m, rispettivamente 4 contro 4 (adattabile a seconda del numero di giocatori). Il gioco dura circa 10 minuti, quindi ruotare le squadre e le posizioni di gioco in modo che tutte le squadre abbiano giocato una volta l'una contro l'altra.

Modalità del torneo: vittoria = 3 punti, pareggio = 1 punto, sconfitta = 0 punti

Quale squadra ha ottenuto alla fine il punteggio più alto?

Osservare: i bambini dovrebbero riuscire a fare il maggior numero possibile di goal. Riescono a fare molti goal? O solo pochi o nessun goal?

Consigliare: incoraggiare i bambini a cercare in modo deciso la conclusione. Lodare le azioni vincenti.



Parte principale

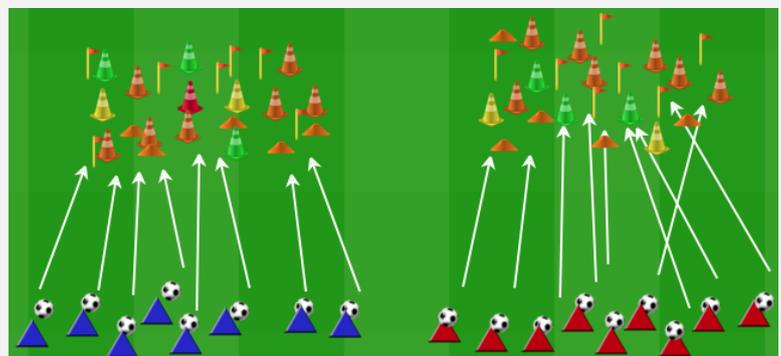
35 minuti

STAND DI TIRO A SEGNO

Realizzare con tutto il materiale di allenamento uno stand di tiro a segno. Quale squadra colpisce il maggior numero di oggetti?

Variazioni:

- con il piede sinistro/destro
- lanciare con le mani (sinistra/destra)
- diversi palloni/distanze
- quale giocatore ne colpisce di più?



Parte finale

10 minuti