

PROGETTO SCUOLA "LA CAMPANELLA"

Bologna Rugby 1928

Arrivo a scuola...

- La scuola sa del mio arrivo
- Arrivo in orario utile
- Presentazione all'insegnante: chi sono, cosa farò, con chi?
- La lezione è già stata preparata da me: preparo il materiale (il necessario per i giochi che ho programmato) e gli spazi
- Messa in sicurezza:
 - del luogo di svolgimento della lezione (termosifoni, pilastri, finestre aperte, attrezzi pericolosi limitrofi all'area di gioco,...)
 - dei BAMBINI/RAGAZZI (occhiali, gessi, accessori, patologie...)
 - degli SPAZI DI GIOCO (campo di gioco adeguati, ...)
- Briefing con i bambini/ragazzi: illustrazione sintetica di cosa si farà

Metodologia

- Partire dal gioco
- Dal semplice al complesso
- Dal conosciuto all'ignoto
- Dal generale allo specifico

Come organizzo il singolo intervento?

- 5' saluto alla classe, presentazione del percorso e della lezione
- 10' attivazione
- 30' parte centrale
- 10' partita finale
- 5' debriefing, saluto alla classe.

Lezione 1: IL PALLONE E LA META

Lezione 2: CONTATTO

Lezione 3: PASSAGGIO

Lezione 4: TORNEO

Lezione 1: IL PALLONE E LA META

Obiettivo: scoperta del pallone e della meta

PICCOLI

- **Giochi di evasione:** evitare le “macchinine” (correre sparsi liberamente in uno spazio delimitato evitando i compagni, decidere un modo per rimettere in gioco coloro che eventualmente si scontrano: toccare con la pancia a terra e rialzarsi velocemente, fermarsi a gambe divaricate ed essere liberati da un compagno che passa sotto le gambe, fermarsi seduti a gambe incrociate con le mani in alto ed essere liberati da un compagno che batte il 10)
- **Passaggi in treno:** gli allievi formano trenini (senza le mani sulle spalle) di 4 o 5 bambini che corrono nello spazio mantenendo la fila senza allontanarsi troppo dal capotreno che avrà una palla in mano, al fischio devono eseguire un comando:
 - o passaggio consegnato (ruotando il busto) al compagno dietro (il secondo) e il capotreno va ultimo
 - o passaggio ponte sotto le gambe * al compagno dietro (il secondo) e il capotreno va ultimo
 - o passaggio barattolo (palla che rotola) al compagno dietro (il secondo) e il capotreno va ultimo
 - o passaggio volante al compagno dietro (il secondo) e il capotreno va ultimo* inserimento meta: al doppio fischio chi ha la palla in mano va a segnare la meta dietro una linea di fuori campo
- **Staffetta meta:** mettere i ragazzi in file da 4-5 e (dopo aver chiarito cos'è la meta) fare eseguire varie mete per più ripetizioni, se le file sono numero pari si può anche fare una competizione tra squadre.
 - o meta normale
 - o meta seduto dopo la linea di meta
 - o meta sdraiato pancia a terra dopo la linea di meta

GRANDI:

- **Giochi di evasione:** evitare le macchinine (correre sparsi liberamente in uno spazio delimitato evitando i compagni, decidere un modo per rimettere in gioco coloro che eventualmente si scontrano: toccare con la pancia a terra e rialzarsi velocemente, fermarsi in posizione di orso ed essere liberati da un compagno che passa sotto, fermarsi seduti con le gambe incrociate e le mani in alto ed essere liberati da un compagno che batte il 10)
- **Passaggi in treno**
 - o passaggio consegnato
 - o passaggio ponte sotto le gambe *
 - o passaggio barattolo
 - o passaggio volante
 - o comando colori* inserimento meta
- **La muraglia con meta:** progressione delle staffette
Ogni squadra ha l'obiettivo di segnare la meta (come nell'esercizio precedente) ma stavolta nel campo da attraversare c'è un avversario (dragone, sceriffo, alieno,..) che deve fermarli toccandoli con due mani dietro la schiena sia all'andata che al ritorno. Se vengono toccati devono cedere il pallone e diventare avversari mentre chi si è guadagnato la palla va in fila.

Lezione 2: CONTATTO

Obiettivo: affettività al contatto

PICCOLI

- **Evitare le macchinine** (pochi minuti, solo per riprendere la concezione dello spazio)
- **Calamite:** progressione delle macchinine
Al comando "calamite + numero" i bambini dovranno fermarsi e formare unirsi formando dei gruppi secondo il numero dato (es: calamite 2, calamite 3, calamite 4). Maggiore difficoltà: al comando "calamite + numero + parte del corpo" i bambini dovranno formare gruppi del numero dato e attaccandosi con la parte del corpo dettata. (es: calamite 2 pancia, calamite 3 ginocchio, calamite 4 gomito)
- **Lotta a coppie:** (SCEGLIERE UN PAIO DI ESERCIZI)

- o ruba palla da in ginocchio o da accovacciati



- o cono avvelenato



- o schiaccia frittata



- o ruba scarpa



- **Rugby seduto**

1 campo piccolo (9m x 6m, 1/3 campo pallavolo), 1 pallone, 4 squadre (una su ogni lato del campo) ma giocano 2 squadre alla volta ovvero quelle che si trovano di fronte una all'altra, TUTTI devono giocare seduti, obiettivo: fare meta dietro alla linea della squadra di fronte, si può avanzare con la palla in mano o appoggiata sulla pancia, non si può rubare la palla di mano, il passaggio è in tutte le direzioni, non c'è contatto fisico, per fermare l'avversario in possesso di palla lo si può toccare, a questo punto è obbligato a passare il pallone ad un compagno.

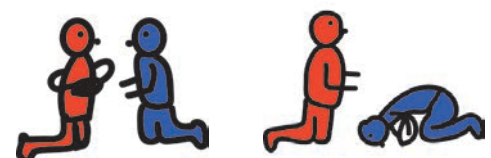
GRANDI






- **Evitare le macchinine** (pochi minuti, solo per riprendere la concezione dello spazio)
- **Calabrone**

Un bambino ha la palla e deve toccare con la palla gli altri. Chi viene toccato dal pungiglione del calabrone (la palla) può continuare a giocare ma deve mettere una mano sulla puntura, lo stesso vale per la seconda puntura usando l'altra mano, alla terza puntura hanno finito le vite quindi diventano calabroni, ricevendo un pallone. Valutare la durata e fattibilità del gioco a seconda di quanti palloni si hanno a disposizione, finiti i palloni interrompere il gioco. Se invece lo si vuole protrarre fino a esaurimento bambini, si possono usare anche le casacche appallottolate in mano.

- **Lotta a coppie:** (SCEGLIERE UN PAIO DI ESERCIZI)

- o ruba palla da in ginocchio o da accovacciati



- cono avvelenato →  
- schiaccia frittata → 
- pesta zampa al cocodrillo (solo per i grandi) → 
- ruba scarpa → 

- **Rugby seduto**

1 campo piccolo (9m x 6m, 1/3 campo pallavolo), 1 pallone, 4 squadre (una su ogni lato del campo) ma giocano 2 squadre alla volta ovvero quelle che si trovano di fronte una all'altra, TUTTI devono giocare seduti, obiettivo: fare meta dietro alla line della squadra di fronte, si può avanzare con la palla in mano o appoggiata sulla pancia, non si può rubare la alla di mano, il passaggio è in tutte le direzioni, non c'è contatto fisico, per fermare l'avversario in possesso di palla lo si può toccare, a questo punto è obbligato a passare il pallone ad un compagno.

***ATTENZIONE!!!**

PAROLE CHIAVE PER LA SICUREZZA SONO VELOCITA' E DISTANZA CON IL TERRENO E L'AVVERSARIO RIDOTTE AL MINIMO.

Lezione 3: PASSAGGIO

Obiettivo: modalità di passare e fare un passaggio efficace

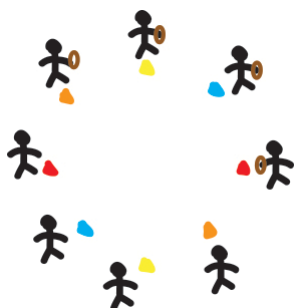
PICCOLI

- **Svuota campo**

1 campo (9m x 18m da pallavolo) diviso in 2 con una linea di metà campo ben delineata, 2 squadre, tanti palloni (almeno 10 anche di altre forme o dimensioni). Obiettivo: avere meno palloni possibili in campo, quindi lanciare nel campo avversario (oltre la linea di metà) più palloni possibili, varianti di lancio per ogni partita:

- Lancio normale in avanti a due mano o a una mano
- Catapulta: lancio indietro
- Calcio (MI RACCOANDO NON FORTE CONTRO GLI ALTRI BIMBI!!!)

- **Croce/ottagono**



Distribuire i conetti in campo in modo che formino gli angoli di una croce oppure (se sono tanti bimbi) di un ottagono in modo che le file non siano più lunghe di 3-4 bimbi.

Obiettivo: portare la palla alla fila di fronte attraversando il centro.

Varianti:

- Consegna in mano in corsa
- passaggio di fronte in corsa
- seduti a terra al centro + passaggio di fronte
- rotolamento a terra al centro + passaggio di fronte

GRANDI

- **Croce/ottagono**

- passaggio normale di fronte
- autolancio con battito di mani
- giro palla intorno al busto

- **Gioco 5 passaggi** (se sono bravi anche 7 o 10 passaggi)

1 palla, 1 campo grande (9m x 9m, campo da pallavolo), 3 squadre di massimo 7-8 bambini ma giocano 2 squadre alla volta.

Obiettivo: fare 5 passaggi tra i propri compagni di squadra. Con la palla in mano si può correre, non c'è contatto fisico, non si può rubare la palla di mano, non ci si può buttare a terra, si può intercettare o raccogliere la palla da terra, se si esce è cambio palla, non si può ripassare la palla a chi l'ha passata (se all'inizio fanno fatica non usare questa regola), se la palla cade o se un avversario tocca la palla si ricomincia a contare da 0 (se all'inizio fanno fatica continuare il conteggio dei passaggi senza azzerare). Ad ogni punto fare cambio squadra facendo salire quella a riposo e facendo scendere quella che ha già giocato 2 partite. (A-B, B-C, C-A,..)

- **Gioco sport rugby**

1 palla, 1 campo grande (9m x 9m, campo da pallavolo), 3 squadre di massimo 7-8 bambini, ma giocano 2 squadre alla volta.

Obiettivo: fare meta. Con la palla in mano si può correre, non c'è contatto fisico, non si può rubare la palla di mano, non ci si può buttare a terra, si può intercettare o raccogliere la palla da terra, se si esce è cambio palla, per fermare l'avversario bisogna toccarlo con 2 mani dietro la schiena, a questo punto colui che è stato toccato deve fermarsi sul punto e passare la palla ad un compagno, il passaggio è in tutte le direzioni. Ad ogni meta fare cambio squadra facendo salire quella a riposo e facendo scendere quella che ha già giocato 2 partite. (A-B, B-C, C-A,..)

Lezione 4: PARTITA

Obiettivo: giocare a rugby (versione da palestra per le scuole)

- **Gioco sport rugby:**

1 campo, 1 pallone, 2 squadre in campo

obiettivo: meta

passaggio in tutte le direzioni

tocco a due mani

al tocco passaggio ad un compagno di squadra