

GIOCHI MINIBASKET

Questi giochi sono stati tratti da alcuni libri e talvolta modificati per adattarli al nostro gioco.
Adatti per diverse età.
Buon lavoro.

1) Il gioco dei nomi

Obiettivi: conoscere i compagni, la palla, il passaggio e la ricezione

Bambini ed istruttore seduti in cerchio. Un pallone, chi passa deve dire il suo nome.

Varianti:

- chi passa deve prima dire il nome del ricevitore.
- l'istruttore dice il nome del ricevitore
- con due palloni
- passare in ordine alfabetico
- passare solo a chi mostra le mani aperte
- i bambini si muovono in cerchio

2) Il gambero

Obiettivi: passaggio e ricezione, conoscenza della propria "forza", velocità di esecuzione

Ogni coppia con un pallone e 3 cerchi. Un bambino(A) è situato dietro alla linea di metà campo, l'altro (B) è di fronte dentro ad un cerchio a 2 metri di distanza dal compagno. Dietro al bambino posto nel cerchio (B), vi sono gli altri 2 cerchi, posti a 4 ed a 6 metri. Ogni 10 passaggi, il bambino (B) cambia il cerchio, allontanandosi dal suo compagno (A). Vince la coppia che effettua per prima 30 passaggi.

Varianti:

- se la palla cade per terra si ricomincia da zero
- aumentare il numero dei cerchi e quindi la distanza
- imporre un tipo di passaggio
- tutti i tipi di passaggio sono possibili tranne...
- aumentare la distanza tra i cerchi
- se la palla cade per terra si ritorna in quello precedente
- inserire un difensore (C) che disturba i passaggi di tutte le coppie (si muove tra le coppie)

3) Il re

Obiettivi: passaggio e ricezione, velocità di esecuzione

Ogni gruppo è formato da 4 bambini, 4 cerchi ed un pallone. Il primo cerchio è disposto sulla linea di metà campo, il secondo a 3 metri, il terzo dietro al secondo ed il quarto dietro al terzo (i cerchi sono in fila). Il bambino posto nel primo cerchio, il re, passa la palla al bambino posto nel secondo cerchio che la ripassa e si siede. Il re la passa al terzo che gliela ripassa e si siede poi al quarto che quando la riceve corre in palleggio nel primo cerchio diventando il re e tutti gli altri passano nel cerchio successivo. Il gioco termina quando il primo bambino che era il re, ritorna nella posizione di partenza.

Varianti:

- tutti i passaggi sono possibili, tranne...
- prima di passare eseguire un ball-handling
- se la palla cade per terra si ricomincia
- presenza di un difensore comune a tutti i gruppi

4) Il giardino

Obiettivi: velocità di esecuzione, gestione dello spazio, palleggio

Disporre nel cerchio centrale tanti cerchi quanti sono i bambini e palloni in numero, almeno, doppio rispetto al numero dei bambini partecipanti al gioco. Ogni bambino deve correre a prendere un cerchio e sistemarlo il più lontano possibile dagli altri, poi corre a prendere un pallone ed in palleggio lo porterà dentro al suo cerchio, poi un altro sino a quando tutti i palloni saranno sistemati nei cerchi. Vincerà chi avrà portato più palloni nel proprio cerchio.

Varianti:

- vince chi avrà il cerchio più lontano dagli altri e con più palloni
- e' possibile "rubare" i palloni situati negli altri cerchi se incostuditi (gioco a tempo)
- a coppie, due bambini per ogni cerchio

5) La catena

Obiettivi: passaggio e ricezione, gestione dello spazio

Due contenitori con uguale numero di palloni situati uno a metà campo(A) e l'altro sulla linea di fondo (B). Due squadre che si dispongono in fila tra i due contenitori. Al segnale i primi due bambini prendono una palla e passandola al successivo devono depositarla nell'altro contenitore. Una squadra passa la palla dal contenitore A al B mentre l'altra nel senso opposto.

Varianti:

- i bambini sono disposti ad uguale distanza
- obbligo di un certo tipo di passaggio: 2 mani, 1 mano, con rimbalzo

6) Il labirinto

Obiettivi: gestione dello spazio, coordinazione generale, velocità

Disporre liberamente diversi attrezzi in palestra: materassini, cerchi, coni, panche, corde, etc...Due bambini corrono sul perimetro del campo, al segnale entrano dentro al campo e devono eseguire delle azioni predefinite per ciascun attrezzo nell'ordine da loro scelto e poi ritornare fuori. Vincerà chi eseguirà il tutto nel minor tempo.

Esempio.

L'istruttore dispone 4 coni alla distanza di un metro tra loro, un materassino, una panca, 6 cerchi a formare un grande cerchio. Le azioni saranno: correre a slalom tra i coni, rotolare sul materassino, passare sotto alla panca due volte, saltare su un piede solo nei cerchi. I bambini potranno scegliere solo la sequenza, dove partire e dove finire.

Varianti:

- con la palla, in palleggio
- libertà ai bambini sulle scelte delle azioni per ciascun attrezzo
- aumentare il numero dei bambini che giocano contemporaneamente
- aumentare il numero degli attrezzi

7) La conta

Obiettivi: gestione dello spazio e della distanza, passaggio, ricezione

Una palla e disporre tanti cerchi quanti sono i bambini più uno. Al segnale, passarsi la palla e poi andare ad occupare il cerchio libero.

Varianti:

- a squadre, vincerà chi avrà eseguito "x"passaggi
- chi passa si sposta e si siede, quando tutti i bambini saranno seduti il gioco continuerà con passaggi da seduti.
- aumentare il numero dei cerchi liberi
- se la palla cade per terra, si ricomincia
- i bambini dispongono dove vogliono i propri cerchi
- senza cerchi ma con l'obbligo di passare e muoversi

8) Le stazioni

Obiettivi: gestione dello spazio, coordinazione generale, gestione del tempo

L'istruttore costruisce con gli attrezzi a disposizione, delle stazioni dove i bambini dovranno eseguire una determinata azione motoria: corsa, saltelli, rotolamenti, palleggi, etc...

Le stazioni sono numerate e ad ogni bambini verrà consegnato un foglio con la sequenza che dovrà eseguire (esempio con 5 stazioni: 3,1,5,2,4) Vincerà chi lo eseguirà nel minor tempo possibile.

Varianti:

- ai bambini è data la libertà nella scelta dell'azione da eseguire nella stazione
- gioco a squadre
- a tempo limitato per completare tutte le stazioni
- non viene assegnata la sequenza che sarà libera

9) Il girotondo

Obiettivi: passaggio e ricezione

Due squadre a formare un grande cerchio. I bambini sono disposti in modo alternato: 1-2-1-2... Due palloni in mano a due bambini contrapposti. Non si può ostacolare il passaggio della squadra avversaria. Vincerà chi riuscirà a superare la palla dell'altra squadra.

Varianti:

- prima di passare al compagno, eseguire un ball-handling
- il grande cerchio si muove in senso...
- si può ostacolare il passaggio

10) Palla al re

Obiettivi: passaggio, ricezione, difesa, "tatticismo"

Due squadre con un pallone per ciascuna, disposte liberamente nel campo di pallacanestro. Due tappetini con sopra un bambino per ogni squadra. Lo scopo del gioco è di passare la palla al proprio compagno posto sul tappetino (il re), per ogni passaggio si conquista un punto. Ovvio che bisogna evitare che la squadra avversaria faccia altrettanto.

Varianti:

- più palloni in gioco contemporaneamente
- più squadre che giocano contemporaneamente
- senza/con palleggio
- specificare il tipo di passaggio valido (battuto a terra, con una mano, etc...)
- a tempo
- numero minimo di passaggio prima di effettuare il passaggio al re

11) La battaglia navale

Obiettivi: passaggio, ricezione, organizzazione spaziale, "tatticismo"

I bambini, divisi in due squadre, si dispongono in ordine sparso all'interno di uno spazio delimitato per ogni squadra. Tutti i bambini si trovano all'interno del proprio cerchio e guardano l'ammiraglio, che è l'unico bambino posto frontalmente a tutti e fuori dello spazio delimitato. L'ammiraglio deve passare la palla a tutti i suoi compagni senza farla cadere e questi gliela devono ripassare e poi sedersi. Vince la squadra che avrà tutti i bambini seduti

Varianti:

- lo spazio è unico per tutte e due le squadre
- non esiste l'ammiraglio e chi è in possesso della palla può passarla a chi vuole
- usando una palla di spugna, colpire gli avversari che vengono eliminati
- usare più palloni per ogni squadra.

12) Corsa nei cerchi

Obiettivi: passaggio, ricezione, organizzazione spaziale, “tatticismo”

Disporre tanti cerchi tra le due linee di fondo campo. Due squadre con un pallone a ciascuna. Al via, due giocatori per squadra devono correre dentro ai cerchi e passarsi la palla che non deve cadere. Vincerà la squadra che terminerà per prima il giro.

Varianti:

- si può ostacolare il passaggio della squadra avversaria
- se la palla cade per terra si ricomincia
- più squadre contemporaneamente
- andata e ritorno per ogni coppia

13) Il traino

Obiettivi: coordinazione oculo-manuale

Un bambino traina una scatola o un altro oggetto legato ad una corda sulla linea laterale di pallavolo. Una squadra con ciascuno un pallone e situata dietro alla linea laterale di pallacanestro, deve cercare di colpire il bersaglio mobile più volte, nel tempo stabilito. Poi gioca l'altra squadra

Varianti:

- dimensioni dell'oggetto
- le due squadre giocano contemporaneamente

14) Il muro

Obiettivi: coordinazione oculo-manuale

Una squadra, con un pallone, è divisa in due parti e disposta in due file una di fronte all'altra, alla distanza di circa 10 metri. Un materassone è disposto in mezzo ed ha la funzione di muro. Avvicinarsi al “muro” e passare al compagno posto nell'altra fila. Vince la squadra che eseguirà il maggior numero di passaggi.

Varianti:

- variare il tipo di passaggio e/o la modalità (in salto, dopo 3 passi, mano sx, etc..)
- le squadre giocano contemporaneamente
- variare il tipo di pallone