



COSA DEVE FARE LA PALLACANESTRO FEMMINILE PER ENTRARE NELLA SCUOLA ?

Cervia 2006

Quale proposte possiamo fare?

- ◆ La scuola secondaria di primo grado non fa alcuna distinzione fra proposte maschili o femminili nei programmi delle Scienze motorie e sportive !
- ◆ Possiamo parlare di motivazioni diverse nella pratica dello sport ?

Fattori motivazionali

1. **Successo / status** (sentirsi importanti, voglia di vincere)
2. **Forma fisica / abilità** (voler essere in forma, voler essere attivo)
3. **Rinforzi estrinseci** (genitori o amici vogliono che faccia sport, ambiente sociale)
4. **La squadra** (mi piace lo spirito di squadra)
5. **Amici / divertimento** (mi piace stare con gli amici)
6. **Scaricare energia** (mi piace aver qualcosa da fare)

Sintesi dei risultati

MASCHI

1. Successo/status
2. Amici/divertimento
3. Forma fisica/abilità
4. Squadra
5. Rinforzi estrinseci
6. Scaricare energia

FEMMINE

1. Successo/status
2. Forma fisica/abilità
3. Rinforzi estrinseci
4. Squadra
5. Amici/divertimento
6. Scaricare energia



FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO

SETTORE GIOVANILE - SCOLASTICO - MINIBASKET

PRESENTA

Easy Basketball

Junior



3 contro 3

Senior



4 contro 4



Premessa.

*La proposta “Easy Basketball”
viene intesa come modalità di presentazione
del Minibasket e della Pallacanestro
in ambito specificatamente scolastico,
con metodologia e didattica d’insegnamento “facilitate”,
al fine di creare i presupposti
per un più facile, graduale ed immediato approccio
alle modalità di gioco.*



Junior

Canestro ad altezza mt 2,60

Campo di lunghezza inferiore ai mt 20

Partita di 6 tempi da 5' ciascuno

**Squadre miste composte da
un minimo di 9 giocatori/trici
ad un massimo di 18 giocatori/trici**



Senior

Canestro ad altezza mt 3,05

Campo di lunghezza superiore ai mt 20

Partita di 6 tempi da 5' ciascuno

**Squadre miste composte da
un minimo di 12 giocatori/trici
ad un massimo di 24 giocatori/trici**

Junior o Senior

***L'utilizzo della modalità di gioco
Junior o Senior
viene suggerita tenendo conto
dei diversi fattori ambientali di realizzazione :***

- età dei gruppi***
(junior fino a 10 anni e senior dai 10 ai 13 anni)
- composizione dei gruppi***
(poco numerosi o molto numerosi)
- esperienza pregressa***
(attività senior piccolo sviluppo dall'attività junior)
- strutture a disposizione***
(canestri alti o bassi e campo grande o piccolo)



Regolamento

5' per tempo

**Tempo
di gioco**

Il cronometro non viene mai fermato

*Eventuali interruzioni sono previste
solo in caso di infortunio accertato
dall'arbitro della partita*



Valore dei punti

1 punto

***per il tentativo di tiro a canestro
che tocca almeno il ferro***

1 punto (e rimessa laterale)

***alla squadra in attacco per
ogni fallo subito con o senza
il possesso della palla***

3 punti

per ogni canestro realizzato

Palleggio

***SI** con 2 mani insieme*

***SI** interrompere e ripartire*

Passi

***SI** 2 passi anche da fermi*

***NO** più di 2 passi
con la palla in mano*



**NON VENGONO
APPLICATE LE
SEGUENTI
NORME DI
REGOLAMENTO**

Richieste di time out

Infrazione di metà campo

3 secondi

5 secondi

Limite di falli personali

Bonus di falli di squadra

Easy Basketball

Basket + Facile

Minibasket e Basket più vicini ai giovani

FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO
SETTORE GIOVANILE - SCOLASTICO - MINIBASKET