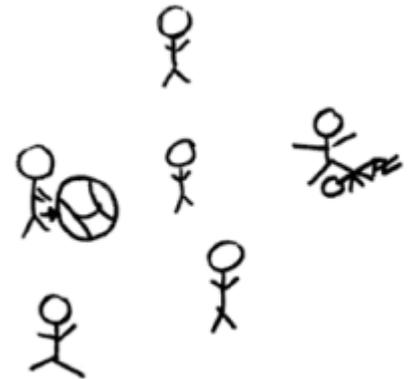


Merkliste – Teaser 22/05/2013 – Kin-Ball

Kin-Ball: Lupi

Esercizio ludico di acchiappino con il Kin-Ball. Chi è colpito deve fermarsi dove si trova e può di nuovo partecipare al gioco solo se viene liberato.

Uno o due lupi – ognuno con un pallone – rincorre i compagni rotolando o spingendo il pallone e cercando di toccarne il più possibile. Quando un allievo è stato toccato deve fermarsi e divaricare le gambe. Per ricominciare a giocare uno dei suoi compagni deve passare fra le sue gambe. Cambiare regolarmente i lupi.



Varianti

- Con dei bambini piccoli designare due lupi che fanno rotolare o spingono un pallone.
- Il giocatore che è stato toccato solleva le braccia; per liberarlo due dei suoi compagni devono cingerlo con le braccia tenendosi per mani.
- Il giocatore che è stato toccato si sdraia per terra e due allievi (i soccorritori) vanno a prenderlo per trasportarlo in una zona predefinita (ospedale); quando arriva in ospedale può ricominciare a giocare.
- In coppia tenendosi per mano.

Fonte: Inserito pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci

Kin-Ball: A caccia di pianeti

Questo è un esercizio ideale per i principianti. Gli allievi devono passarsi la palla all'interno in cerchio evitando che i cacciatori la tocchino. Una buona collaborazione fra i partecipanti è indispensabile.

I giocatori formano un grande cerchio esterno e un altro più piccolo all'interno. In questo modo creano un corridoio in cui circolano un giocatore (il cacciatore) e il pallone di Kin-Ball (il pianeta). I giocatori che compongono i due cerchi sono posizionati gli uni di fronte agli altri a una distanza di circa due metri e sono immobili. Fanno circolare (rotolare) il pianeta in un senso o in un altro in modo tale che il cacciatore, che rincorre il pianeta, non possa toccarlo.



Varianti

- Invertire i ruoli: il pallone (il pianeta) rincorre il giocatore.
- I giocatori che formano i due cerchi devono passarsi il pallone in aria invece di rotolarlo.

Fonte: Insetto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci

Kin-Ball: Palla bruciata

Il celebre gioco della «palla bruciata» viene eseguito in questo esercizio con una Kin-Ball. In questo modo gli allievi si abituano a questo pallone in modo ludico.

Suddividere la classe in due squadre, una all'attacco e l'altra in difesa. Gli uni dopo gli altri i giocatori della squadra degli attaccanti lanciano il pallone nel campo dei difensori. Dopo il lancio, corrono da una base all'altra e possono fermarsi su una di queste per evitare di essere «bruciati». Un giocatore è considerato «bruciato» quando i difensori hanno afferrato il pallone e lo hanno messo nel cerchio e il giocatore in questione non si trovava su una base. Ogni giro portato a termine fa guadagnare un punto.



Varianti

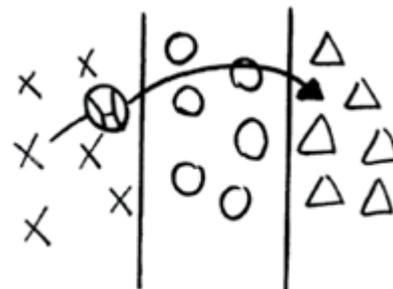
- Squadra difensiva: fare tre passaggi prima di posare il pallone nel cerchio.
- Bruciare le basi (baseball).
- Per rendere il gioco più intenso permettere a più giocatori di lanciarsi sul campo.
- Colpire il pallone invece di lanciarlo (cellula formata da due giocatori).

Fonte: Insetto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci

Kin-Ball: Mosca gigante

Grazie a questo esercizio ludico, gli allievi imparano a manipolare la palla. Tre squadre possono giocare contemporaneamente, quella al centro cerca di sollevare la palla.

Suddividere la classe in tre squadre: una squadra al centro, le due altre ad ogni estremità del campo. Queste ultime si passano la palla al di sopra dei giocatori della squadra al centro che deve tentare di intercettarla. La squadra il cui passaggio è intercettato deve prendere il posto di quella al centro. Chi diventa meno spesso la mosca?



Varianti

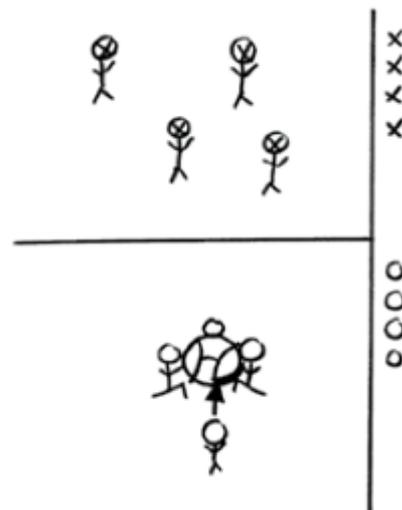
- Prima di passare la palla bisogna fare tre passaggi all'interno della squadra.
- Per dare maggior intensità al gioco introdurre un secondo pallone.

Fonte: Insetto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci

Kin-Ball: Queen ball

Grazie a questo esercizio gli allievi allenano in modo lucido gli aspetti più importanti del Kin-Ball. La posizione della cellula, la difesa in squadra, il posizionamento dei giocatori sotto il pallone.

Formare quattro squadre di tre a quattro giocatori. Due squadre sono in campo, le altre due sulle panchine pronte a entrare in gioco. Il gioco prosegue (regola della cellula) fino quando il pallone tocca per terra nel campo avversario o la squadra in attacco commette un errore (pallone fuori dal campo o colpito verso il basso). La squadra che sbaglia è sostituita da una che si trova in panchina mentre la squadra che rimane in campo ottiene un pugno. Quella che racimola il maggior numero di punti riceve la corona.



Variante

Con due palloni, suddividere la palestra in due parti nel senso della lunghezza. Il gioco si svolge a 3 contro 3 secondo lo stesso sistema.

Fonte: Inserto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci

Kin-Ball: Croce

L'obiettivo di questo esercizio è di imparare a ricevere e a controllare la palla. Gli allievi, suddivisi in coppie, ricevono un passaggio dall'insegnante e, dopo aver controllato la palla, devono poi riconsegnargliela.

I giocatori si dispongono a coppie e formano una croce. L'insegnante si mette al centro e lancia il pallone verso la prima coppia che deve recuperarlo, controllarlo, trasportarlo (sempre in due) e riconsegnarlo al docente.



Variante

Due allievi sostituiscono l'insegnante e agiscono simultaneamente con due palloni.

Fonte: Inserito pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci