

0021 - GIOCARE A MINIBASKET A 9-10 ANNI: PALLEGGIARE, PASSARE E TIRARE

043. Gare a staffetta a squadre a tempo o a punti.

044. STAFFETTA CON APPOGGIO: bambini divisi in 2 squadre con un pallone per squadra, al via partono i primi di ogni fila e in palleggio arrivano all'altezza della lunetta, passano la palla al bambino (appoggio), che si gira e tira a canestro (o entra in terzo tempo), poi recupera la palla (rimbalzo) e in palleggio ritorna in coda alla propria fila, mentre chi ha passato la palla va a fare l'appoggio e così via in continuità; vince la squadra che realizza più canestri in un determinato periodo di tempo o arriva prima ad un punteggio prestabilito.

045. TIRO CONTRO PASSAGGIO: bambini divisi in 2 squadre, una squadra con un pallone, si dispone a zig zag mentre l'altra, sempre con un solo pallone si dispone in fila a metà campo; al via i bambini della squadra disposta a zig zag iniziano a passarsi la palla contando i passaggi ad alta voce, mentre i bambini dell'altra squadra, uno alla volta, in palleggio vanno a tirare a canestro in corsa e tornano velocemente a passare la palla al successivo, contando ad alta voce i canestri realizzati. Allo stop dell'Istruttore dato dopo un tempo prestabilito, le squadre si invertono nel compito; vince la squadra che al termine ha realizzato più punti.

046. PALLEGGIO CONTRO PASSAGGIO: bambini divisi in 3 squadre in fila a fondo campo, 2 squadre con palla e una, quella centrale senza; al via il primo della fila esterna a destra parte velocemente in palleggio e va a concludere a canestro in corsa, i primi 2 delle altre file vanno a concludere a canestro passandosi la palla, e tirerà quello della fila centrale; chi realizza canestro per primo conquista 1 punto per la propria squadra e dopo un numero di ripetizioni prestabilite invertire i ruoli. Vince la squadra che al termine della rotazione di tutte e 3 le posizioni avrà totalizzato più punti.

047. TIRO CONTRO PALLEGGIO: bambini divisi in 2 squadre, una vicino a canestro e l'altra in fila nell'angolo di fondo campo; al via dell'Istruttore, la squadra posizionata sotto canestro, deve realizzare 10 canestri da ognuna delle tre posizioni di tiro predeterminate mentre il primo dell'altra squadra esegue un percorso in palleggio (1 punto per ogni percorso) e torna per consegnare la palla al compagno che segue; quando la squadra al tiro completa la rotazione delle 3 posizioni l'Istruttore dà lo stop e le squadre invertono i ruoli; vince la squadra che esegue il maggior numero di percorsi in palleggio.

048. Lo stesso gioco modificando le posizioni di tiro o inserendo il tiro in corsa o modificando il percorso in palleggio.

049. SUPERTEAM: bambini divisi in 4 squadre distribuite in 4 stazioni di lavoro con un pallone per squadra; nella prima stazione la squadra è in fila di fronte al canestro, il primo della squadra, tira, recupera il rimbalzo e passa la palla al successivo, nella seconda stazione la squadra è in fila dietro l'angolo di fondo campo, il primo parte in palleggio, esegue uno slalom con andata e ritorno e passa la palla al compagno successivo, nella terza stazione la squadra è in fila in posizione di ala destra, il primo parte in palleggio, tira in corsa (un solo tiro) e passa la palla al compagno successivo, nella quarta stazione la squadra è disposta sulla linea di metà campo divisa in 2 gruppi uno di fronte all'altro, il primo passa la palla al compagno della squadra di fronte e segue il passaggio andando in coda alla fila di fronte.

Al segnale dell'Istruttore, le squadre disposte ciascuna nelle 4 stazioni, eseguono il compito previsto per un periodo di tempo predeterminato (1' - 2' - 3') ed allo stop cambiano la posizione fino ad occupare tutte e quattro le stazioni. Ogni canestro realizzato, ogni slalom eseguito ed ogni passaggio completato, valgono 1 punto per la propria squadra; vince la squadra che al termine di tutte le stazioni realizza il maggior punteggio.

050. Lo stesso gioco con soluzioni diverse di tiro, di slalom o di passaggio, aumentando il numero delle stazioni.

051. RIMESSA LATERALE: campo diviso in 4 zone e bambini divisi in gruppi, un pallone ogni tre, un

bambino con palla si posiziona posto dietro alla linea laterale e un compagno cerca di muoversi senza palla per poterla ricevere (smarcamento) mentre il terzo bambino (difensore) glielo impedisce senza commettere fallo. La coppia di attaccanti deve, dentro lo spazio assegnato, raggiungere un numero di passaggi predeterminato, se vi riescono conquistano 1 punto ciascuno e ricominciano, ma se il difensore intercetta la palla, il giocatore che l'ha persa diventa il nuovo difensore e vi sarà quindi una nuova coppia di attaccanti. Al termine del gioco risulterà vincitore il bambino che avrà totalizzato più punti.

052. Lo stesso gioco, quando la coppia in attacco raggiunge un numero prestabilito di passaggi può andare a tirare a canestro e se realizza conquista 2 punti.

053. Lo stesso gioco, partendo da fondo campo.

054. Lo stesso gioco in situazione di 2 attaccanti e 2 difensori, quando la coppia in difesa conquista la palla, passa in attacco partendo dalla rimessa.

055. MAGNIFICI 7: bambini divisi in due squadre, se possibile con maglie di colore diverso, l'Istruttore lancia la palla in campo e chi se ne impossessa deve cercare di effettuare 7 passaggi di seguito, senza farsi intercettare la palla dagli avversari, utilizzando l'eventuale palleggio; se la squadra in difesa intercetta la palla, azzera il numero dei passaggi dell'altra squadra e inizia nuovamente il conteggio dei propri passaggi.

056. Lo stesso gioco a metà campo.

057. Lo stesso gioco modificando il numero dei giocatori.

058. Lo stesso gioco con possibilità di tiro al raggiungimento del settimo passaggio.