

IL MINIBASKET
IL VIAGGIO PER DIVENTARE GRANDI
Settembre 2020

L'arrivo

Alla fine del percorso di Minibasket il sogno è di vedere il fanciullo **autonomo e protagonista**, in grado di compiere scelte indipendenti (da istruttori e genitori) secondo le proprie capacità; **fantasioso e curioso** cioè in grado di esplorare soluzioni originali rispondendo a domande sempre più stimolanti; **libero e sicuro** perché ha vissuto un ambiente privo di giudizi, stereotipi e pregiudizi rafforzando il progressivo sapere e l'autostima; **corretto** per la capacità di accettare serenamente la frustrazione della sconfitta e **rispettoso** per la gioia di una vittoria; **sorridente** perché nulla è più veritiero di un sorriso che esprime il proprio ben-essere.

Prima di partire

Il **gioco** per il bambino è l'attività principale della sua giornata ed è il filtro per far propri i messaggi che arrivano dal mondo esterno trovando un equilibrio con l'ambiente circostante preparandosi per la vita adulta.

L'impegno motorio è importante ma è solo un aspetto **dell'attività ludica** che coinvolge il bambino in tutti gli aspetti della sua personalità.

Il **gioco-sport** del Minibasket diventa quindi una chiave d'accesso che li coinvolge, li emoziona, li porta a scoprire territori inesplorati portandoli ad **appassionarsi** alla pallacanestro con le sue strutture e regole in un graduale approccio all'attività agonistica dei "grandi".

Necessario stabilire in modo netto e preciso cosa vogliamo che i nostri bambini, singolarmente e in gruppo, siano in grado di realizzare alla fine del percorso didattico. Le finalità devono essere il più possibile individualizzate tenendo in considerazione il **livello di partenza**, le **capacità** e le **motivazioni** di ogni singolo bambino. Tappe obbligate sono gli **obiettivi generali**, differenti per ogni età, per arrivare ad **obiettivi specifici** per ogni singolo in cui la padronanza del gioco ed il soddisfacimento personale sono i traguardi a cui aspirare.

Si parte! 4-5-6 anni: l'emozione delle prime conoscenze.

In questa fascia di età il bimbo appena entra in palestra prova emozioni forti: la grandezza dello spazio con tutti gli attrezzi e i compagni di squadra che scorrazzano con voglia di giocare.

Ciò sarà la base motivazionale per ritornare in palestra e sarà compito dell'istruttore rinnovare ad ogni lezione di minibasket questa emozione per poterlo coinvolgere in giochi

di libera esplorazione in cui il bimbo possa provare e sperimentare senza paura di sbagliare o con scoperte guidate con i suggerimenti dell'Istruttore.

Molto importante lasciare spazio all'immaginazione del gruppo con idee dei bimbi per creare giochi affinché la fantasia sia elemento fondante del divertimento venendo sempre stimolata.

In sintesi gli obiettivi per questa fascia sono:

- educazione e sviluppo schemi motori di base (correre, saltare, arrampicarsi ecc);
- educazione e sviluppo capacità coordinative (equilibrio, orientamento ecc);
- scoperta della propria mobilità e flessibilità articolare;
- capacità di riconoscere lo spazio e tempo in relazione a sé, agli altri e all'ambiente;
- educazione e sviluppo capacità senso-percettive (udito, tatto ecc.);
- la differenza e l'integrazione tra il gioco individuale e collettivo coi compagni di gioco;
- la relazione di empatia con l'istruttore e le sue proposte;
le tante forme di comunicazione che il gioco consente;
- il gioco come adeguata risposta ai bisogni di movimento del bambino;
- giocare con la **palla**, varie tipologie di palla, e con attrezzi vari e primi rudimenti di fondamentali: palleggio (muoversi con la palla), tiro (lanciare la palla verso canestro) e passaggio (giocare coi compagni).

7-8 anni: la scoperta di nuove abilità.

In questa fascia di età il bambino alza l'asticella percependo un bisogno maggiore di competizione e quindi di abilità e competenze.

L'istruttore proporrà giochi con scoperta guidata ma sempre più spesso inserendo nella metodologia il "problem solving" in cui il bambino dovrà provare a risolvere dei problemi di gioco sempre nel rispetto delle regole.

Si farà notare l'importanza della presenza di tutti e di conseguenza si insegnerà ad organizzarsi per essere sempre presenti a lezioni e partite.

Si inizieranno a giocare le partite con particolare attenzione all'etica sportiva e valorizzazione dei comportamenti corretti e spiegazione di quelli sbagliati accettando la diversità di ogni singolo compagno, aiutandosi l'un con l'altro sentendosi parte di un gruppo.

Partite: accettare la sconfitta e gioire senza esaltazione la vittoria.

In sintesi gli obiettivi di questa fascia sono:

- organizzare e gestire l'orientamento delle proprie azioni in riferimento allo spazio ed al tempo;



AURORA

US PALLACANESTRO DESIO 94

- la combinazione e l'utilizzo dei diversi schemi motori coordinandoli tra loro;
- consolidamento della propria mobilità e flessibilità articolare;
- la relazione con le situazioni di gioco, i suoi esiti, il contesto e le regole;
- la differenza tra giochi collettivi ed il gioco di squadra;
- la relazione asimmetrica con l'istruttore e le sue proposte;
- le forme di comunicazione proprie del gioco di squadra;
- il gioco come scoperta dei primi rapporti di collaborazione finalizzati;
- capacità di utilizzare feedback e (soprattutto) feedforward sul piano senso-percettivo (udito, tatto ecc) e motorio;
- capacità di leggere ed interpretare lo svolgimento delle diverse situazioni di gioco;
- i fondamentali con la palla, palleggio – tiro – passaggio, e i fondamentali senza palla scoprendone l'utilità in funzione delle azioni di gioco;
- introdurre il concetto di gioco spalle a canestro dentro l'area;
- introdurre il concetto di spaziature: a tutto campo le tre corsie (centrale e laterali) e a metà campo il riferimento smile – fuori da linea da tre punti.

9-10: anni alla ricerca di nuove competenze.

In sintesi gli obiettivi di questa fascia sono:

- Organizzazione abilità motorie coordinando vari schemi di movimento in successione, simultaneità e anticipazione in relazione allo spazio, al tempo e alle situazioni di gioco;
- assunzione di coerenti e responsabili comportamenti pro-sociali sia in allenamento che in partita con capacità di comprensione e rispetto degli altri;
- consapevolezza e controllo emotivo;
- fiducia in sé stessi;
- motivazione al gioco, all'agonismo e al sentirsi parte di una squadra;
- consapevolezza del proprio corpo e dei propri movimenti in relazione all'esterno;
- capacità di osservazione e di analisi delle situazioni di gioco;
- abitudine ad utilizzare feedback e feedforward per raccogliere e gestire informazioni;
- utilizzo fondamentali con la palla e senza palla in funzioni delle azioni di gioco;
- gioco spalle a canestro dentro l'area: passaggio e varie soluzioni di conclusione;
- utilizzo corretto delle spaziature a metà campo e a tutto campo.

11 anni: l'arrivo.

In sintesi gli obiettivi di questa fascia sono:

- Padronanza, combinazione e integrazione di tutti gli schemi motori di base con adattamento, controllo e trasformazione dei movimenti appresi in relazione allo spazio, al tempo e alle situazioni di gioco;
- consapevolezza delle proprie capacità fisiologiche (forza, resistenza e rapidità) adeguandole all'intensità e alla durata del compito motorio;
- responsabilità nel mantenimento dei propri livelli di mobilità e flessibilità articolare;
- partecipazione attiva al gioco, in forma agonistica comunicando e collaborando con gli altri, affrontando le difficoltà e accettando la sconfitta, rispettando le regole e accogliendo la diversità;
- percezione, attenzione e concentrazione nel valutare azioni di gioco in relazione allo spazio, al tempo, agli altri e alle regole utilizzando in modo appropriato il feedback ed il feedforward sulla capacità di leggere le situazioni di gioco;
- capacità di utilizzare il pensiero divergente: creatività, nuovi punti di vista, nuove soluzioni;
- capacità di risolvere le situazioni di gioco utilizzando come strumenti tecnici i fondamentali di gioco;
- auto-esigenza: stimolare e far emergere la personale motivazione perché sia il fuoco della propria passione;
- controllo efficace della palla nelle diverse situazioni di gioco;
- utilizzo dei fondamentali, con e senza palla, per affrontare le diverse situazioni di gioco anche attraverso la conoscenza dei primi e semplici elementi di tecnica e tattica;
- tecnica e tattica del gioco spalle a canestro: passaggio e conclusione anche dalla posizione di mezzo post.

Questo l'intrigante viaggio che vogliamo proporre a chi sceglie di far parte della nostra squadra blu-arancio nel pieno rispetto delle regole e delle persone tutte.

Viaggio che prosegue nel settore giovanile quando i nostri virgulti si troveranno ad affrontare nuove sfide personali e di squadra ricordando sempre che, come scrive il poeta statunitense George Edward Woodberry

"La sconfitta non è il peggior fallimento. Non aver tentato è il peggior fallimento".

Grazie per aver avuto la pazienza e la curiosità di essere arrivati fino a qui!

Marcello Sala