

G+S-Kids: Introduzione al Curling - Lezione 4

My First Shot

Autore

Sandra Gugolz, Esperta G+S Kids

Condizioni quadro

Durata della lezione 90 minuti
 Livello basso medio impegnativo
 Età consigliata 7 - 10 anni
 Grandezza del gruppo da 8 fino a 10 bambini
 Luogo del corso Pista di curling
 Sicurezza La posizione dei giocatori durante il gioco è chiara.

Scopi/Obiettivi dell'apprendimento


Approfondire lo spazzolamento. Introdurre l'In-Handle e l'Out-Handle.

Indicazione


Fare attenzione affinché il lancio sia sempre lo stesso. Continuare a rendere attenti al ritmo:
 IN AVANTI - IN ALTO - INDIETRO - E SPINGERE

Contenuti

INTRODUZIONE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
2'	Benvenuto	Presentazione della lezione	<ul style="list-style-type: none"> Suole di sliding Scope
1'	Rituale prima di entrare nella sala	"Adesso si comincia"	
5'	Riscaldamento Contare fino a 10 Contare fino a 10 saltellando. Al 10 alzare le ginocchia e saltare più in alto. Contare fino a 9 e al 9 saltare in alto e così via. Movimenti incrociati in tutte le direzioni Coi movimenti incrociati si attivano i due emisferi del cervello, ciò che facilita i movimenti sul ghiaccio.	Dietro le piste (non sul ghiaccio)  <i>Fonte immagini: Ginnastica per i bambini, Erich Ballinger</i>	Lettore CD + Musica
12'	Scendere sul ghiaccio Fare un'andata e ritorno sulla pista. Collezionare le carte colorate Staffetta Giostra ... la giostra gira già più velocemente?	Come di solito, scendere sul ghiaccio utilizzando l'Hack. Posare in mezzo alla pista un frisbee con in mezzo le carte di UNO; il dorso delle carte in alto. Formare quattro squadre. Ad ognuna è attribuito un colore. Ogni bambino può girare e guardare una sola carta. Se non corrisponde al colore della propria squadra deve tornare a mani vuote. Quale squadra riuscirà per prima a racimolare tutte le sue carte? Appoggiare le scope dietro l'Hack. Formare un cerchio all'altezza dell'Hogline e darsi la mano. La giostra comincia a girare... Se possibile, effettuare dei movimenti in avanti mentre si gira. Ritornare girando nell'altro senso.	<ul style="list-style-type: none"> Frisbee Carte da UNO (oppure di jass) Nessuno

PARTE PRINCIPALE

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
10'	Ripetere lo sliding Controllare quello che i bambini hanno assimilato.	I bambini si radunano dietro la pista e uno dopo l'altro mostrano lo sliding con la pietra e la scopa. I bambini devono lasciare la pietra e vedere chi riesce ad avvicinarsi di più al Dolly (fare 2-3 lanci). Un monitore può stare tra due piste e fare giocare alternativamente a destra e a sinistra.	Scope
15'	Sliding e Handle Ogni bambino deve giocare almeno un In- e un Out-Handle. Formare le squadre in modo tale che 1 o 2 bambini seguano sempre la pietra, spazzolando. L'obiettivo è la casa Cherry o eventualmente la casa normale.	Mostrare ancora una volta lo sliding corretto e spiegare l'In- e l'Out-Handle. Da questo momento in poi non si lancia più nessuna pietra senza che sia giocata con l'In- e l'Out-Handle.	Scope
5'	Caccia delle streghe (Esercizio di riscaldamento) Formare un cerchio e chiudere gli occhi. Il monitore dà una pacca sulla schiena ad alcuni bambini, che si trasformano così in streghe. Tutti contano fino a 10 e riaprono gli occhi. Le streghe gridano, prendono il nastro posato per terra e iniziano la caccia. Chi è preso si trasforma in pietra e rimane immobile. Le pietre possono essere liberate se due bambini formano un cerchio magico attorno al loro compagno stregato, tenendosi le mani e gridando "libero". Eventualmente ricominciare il gioco una seconda volta.		Nastri
10'	"Uova nel paniere " Quale squadra riuscirà a deporre il maggior numero di uova nel suo paniere (casa Cherry)? Almeno un giocatore spazzola la pietra. Ogni giocatore gioca 2 pietre.	Formare delle squadre composte al massimo di quattro bambini (preparare le carte di UNO in modo tale che la carta estratta definisca la squadra alla quale si appartiene). 	Scope
15'	Short Curling	Identico all'ultima lezione	Giocare senza soles di sliding

RITORNO ALLA CALMA

Durata	Tema/Esercizio/Gioco	Organizzazione / Disegno	Materiale
4'	Riordinare il materiale (Lasciare la pista in ordine!)	In generale, le pietre Cherry devono essere tolte dal ghiaccio. I bambini aiutano, ma non devono sollevare le pietre dal ghiaccio!! Dopo l'uso le scope devono essere pulite.	
5'	Chi si ricorda? Uno alla volta, i bambini mostrano un esercizio di allungamento. Se un bambino non se ne ricorda neanche uno, tutti girano tre volte in cerchio.	Se il gruppo è troppo grande, bisogna pescare le carte.	<ul style="list-style-type: none"> • Lettore CD + CD • Eventualmente carte
5'	Discussione finale e anticipazione del programma	Feedback e anticipazione della prossima lezione.	
1'	Rituale d'arrivederci	"...e arrivederci!"	