

**IL PROGETTO PER LE SOCIETÀ SPORTIVE  
MATERIALI SCARICABILI: ESEMPI DI GIOCHI PER ALLENARE 1**



La Sezione Sport del Servizio per l'Oratorio e lo Sport  
dell'Arcidiocesi di Milano  
in collaborazione con  
la Consulta Diocesana Sport  
e il Servizio per la Pastorale Scolastica

**propone**

# VALORI OLIMPICI E FAIR PLAY nella società sportiva



Arcidiocesi di Milano

**OKOSPORT**  
**ON**  
**PIRE**  
**TOWR**





## VALORI OLIMPICI E FAIR PLAY nella società sportiva

IL PROGETTO PER LE SOCIETÀ SPORTIVE  
MATERIALI SCARICABILI: ESEMPI DI GIOCHI PER ALLENARE 1

### Palla joker

Una sola persona basta per alterare lo svolgimento del gioco. In questo esercizio, i giocatori vengono imbrogliati da un traditore che si nasconde fra di loro.

Disegno: descrizione dell'esercizio

Formare due squadre, ognuna composta di otto sino a dieci giocatori. Designare anche tre joker che si collocano in una «fortezza» (2 m × 2 m), in cui gli altri giocatori non possono penetrare.

La prima squadra cerca di eseguire cinque passaggi con la palla, evitando di farla cadere a terra o di farsela sottrarre dagli avversari. La palla viene poi passata al primo joker, il quale la lancia al secondo e questi al terzo (joker). Se quest'ultimo riesce a passare il pallone nuovamente ad un giocatore della prima squadra, questa ottiene un punto.



I giocatori non possono trattenere la palla per oltre tre secondi e compiere più di tre passi. Se la squadra avversaria entra in possesso della palla, può cercare anch'essa di guadagnare punti. Quale dei due gruppi raggiunge per primo quota dieci?

**Osservazione:** prima di iniziare a giocare, ai joker viene ordinato di nascosto di passare intenzionalmente la palla più volte alla squadra avversaria.

**Materiale:** una softball o una palla da volley, 12 coni di demarcazione

### Riflessione

Radunare tutto il gruppo per uno scambio di esperienze. Eventualmente annunciare il vincitore.

### Domande

Tutti si sono comportati correttamente?

Come hanno reagito la squadra «ingannata» e i vincitori?

### Messaggi principali

Una gara può essere definita corretta soltanto se tutti coloro che vi partecipano rispettano le regole del gioco.

Si può gioire di una vittoria soltanto se quest'ultima è stata conquistata con mezzi leciti.

VALORI OLIMPICI  
E FAIR PLAY  
nella società  
sportiva



## VALORI OLIMPICI E FAIR PLAY nella società sportiva

# IL PROGETTO PER LE SOCIETÀ SPORTIVE MATERIALI SCARICABILI: ESEMPI DI GIOCHI PER ALLENARE 1

### Stella

Questo esercizio, sia che venga eseguito in modo corretto o meno, permette di migliorare la velocità, la resistenza e la precisione dei passaggi. La vittoria, invece, non suscita le stesse sensazioni a seconda del comportamento assunto durante l'esercizio.

Mentre un gruppo (all'esterno) cerca di portare a termine il maggior numero di giri, l'altro cerca di formare un cerchio all'interno dello stesso percorso. Ogni giocatore passa sempre il pallone al compagno che gli sta di fronte.

La sequenza dei passaggi deve essere costruita in modo tale da formare una stella (vista dall'alto), che viene ultimata quando la palla atterra fra le mani dell'ultimo giocatore del gruppo interno.

Per ogni stella completata il gruppo riceve tanti punti quanti sono i suoi giocatori. Ogni componente del gruppo esterno ottiene un punto per ogni giro portato a termine. Iniziano tutti contemporaneamente e poi i gruppi si scambiano i ruoli. Quale squadra raccoglie il punteggio più alto?

**Osservazione:** ordinare di nascosto al primo gruppo di accorciare il percorso della palla, rimandandola più volte al punto di partenza.

**Materiale:** una palla piccola (ad es. da tennis), paletti o attrezzi analoghi per delimitare il percorso

### Riflessione

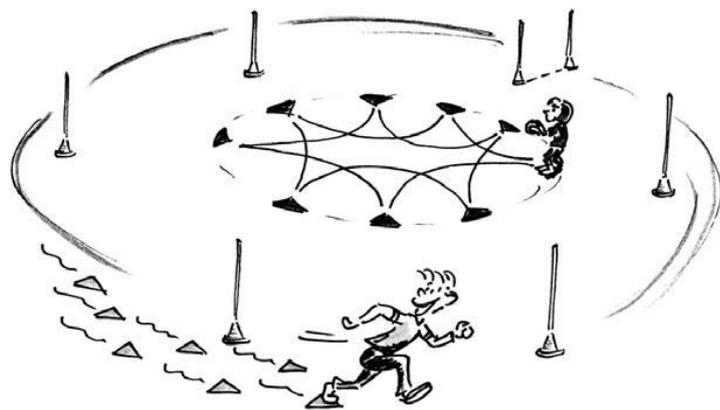
Radunare tutto il gruppo per uno scambio di esperienze. Eventualmente annunciare il vincitore.

### Domande

Tutti si sono comportati correttamente?  
Come hanno reagito la squadra «ingannata» e i vincitori?

### Messaggi principali

Una gara può essere definita corretta soltanto se tutti coloro che vi partecipano rispettano le regole del gioco.  
Si può gioire di una vittoria soltanto se quest'ultima è stata conquistata con mezzi leciti.



## VALORI OLIMPICI E FAIR PLAY nella società sportiva