

SPORT-ELLO FAMIGLIA JESOLO

LAVORARE CON I RAGAZZI
E LO SPORT

ATTIVITA' E GIOCHI

INTRODUZIONE

Per chi opera nel campo dell'attività motoria e sportiva giovanile è importante conoscere le caratteristiche che presenta l'individuo, a livello fisico e psicologico, in ogni singola fascia di età in modo da comprendere maggiormente i bisogni e strutturare le attività in modo adeguato ed efficace.

Lo Sportello Famiglia del Comune di Jesolo ha costruito una raccolta di attività e giochi da realizzare con gli atleti per favorire la socializzazione



ATTIVITA' E GIOCHI

PER SOCIALIZZARE E FARE SQUADRA

Il computer impazzito

I giocatori girano liberamente in una sala o in uno spazio libero all'aperto. Ad un determinato comando tutti, ad occhi chiusi, devono mettersi in fila indiana secondo l'ordine alfabetico dei nomi, ripetendo il proprio nome ad alta voce. Variazioni Ad occhi chiusi: disporsi in fila indiana secondo l'ordine dei mesi di nascita; disporsi in ordine alfabetico secondo la professione esercitata o desiderata; disporsi secondo l'ordine dei segni dello zodiaco; disporsi secondo l'ordine di altezza. Ad occhi aperti: disporsi in fila indiana secondo il colore dei vestiti; disporsi secondo il colore dei capelli. Osservazioni Con questo gioco si possono ottenere tutte le informazioni necessarie alle persone che si riuniscono in un gruppo senza conoscersi. Inoltre aiuta ad aumentare l'attenzione e la percezione uditiva e visiva, importanti entrambe soprattutto per i bambini.

Il gioco del saluto

Ci sono mille modi diversi per salutarsi. Questo gioco ne presenta uno in più. Tutti i giocatori si mettono per terra a «quattro zampe» e camminano in giro. Quando incontrano un'altra persona la salutano in un qualche modo, purché non sia verbale. Strofinandosi contro la schiena della persona incontrata, facendo qualche carezza, miagolando, strisciando lungo il corpo dell'altro, qualsiasi cosa insomma che viene in mente. Basta un saluto breve, ma ognuno può anche decidere quanto lungo e come debba svolgersi. Poi si passa ad un'altra persona. Il gioco è finito quando tutti si sono salutati. Osservazione: Questo gioco richiede un certo affiatamento del gruppo perché si verificano contatti fisici, Non conviene dunque introdurlo all'inizio di un incontro dove i partecipanti non si conoscono. Potrebbe indurre ansia nelle persone che non sono abituate al contatto fisico con estranei e così provocare il fallimento del gioco.

ATTIVITA' E GIOCHI

PER SOCIALIZZARE E FARE SQUADRA

Schiena contro schiena

Questo gioco è un invito ad un ballo schiena contro schiena, in modo da vedere bene gli altri ballerini. Si cerca un compagno e ci si mette a schiena contro e con le braccia intrecciate. Si comincia a ballare cercando un ritmo comune, e quando si incontra un'altra coppia si fa un grande sorriso. Bisogna stare attenti a non «trascinare» il compagno attraverso la pista da ballo, ma a creare un bellissimo ballo armonioso a schiene unite. variazioni Si può cambiare il compagno durante il ballo più di una volta, lasciandogli prima un braccio e allacciando quello di un altro lasciando poi l'altro braccio, in modo che per tutta l'operazione di cambio quattro persone ballino insieme, schiena contro schiena. Commento: Questo gioco è molto utile ai bambini per esercitare la capacità di coordinazione e il senso di equilibrio.

La palla della socializzazione

Questa breve esperienza può rilevarsi altamente istruttiva e formativa. Al suo interno, i partecipanti sono parte di un unico gruppo e sono disposti a cerchio. Questa posizione, in grado di favorire il contatto visivo fra tutti gli individui, è necessaria perché l'attività prevede che essi si lancino una palla fra loro.

Gli scambi sono continui. Quando la palla viene lanciata dovrà essere detto il nome del membro a cui è diretta e così via.

Il gioco prosegue finché tutti non avranno toccato la palla. In quel momento ai partecipanti dovrà essere chiesto di ricordare il flusso degli scambi, per comprendere poi a quali logiche esso potrebbe essere attribuito.

ATTIVITA' E GIOCHI

PER SOCIALIZZARE E FARE SQUADRA

I pompieri

obiettivo: divertimento, collaborazione materiale: un oggetto rosso Il gruppo, a seconda del numero dei partecipanti, forma tante file indiane in disposizione parallela e con il fronte allineato. Il numero dei giocatori in ogni fila dipende anch'esso dal totale dei partecipanti. Si pone un oggetto rosso - cuscino, maglione o una qualsiasi altra cosa— a una distanza di circa dieci metri. Ognuno dei partecipanti è un camion dei pompieri che ha il compito di spegnere il fuoco, cioè l'oggetto disposto a una certa distanza. Il primo di ogni fila parte sventolando la mano sopra la testa. Arrivati al fuoco tirano fuori le pompe e tentano di spegnerlo. Il fuoco invece diventa sempre più grande. Tornano a chiamare aiuto e ciascuno riparte assieme al secondo della fila. Ad ogni tentativo il fuoco diventa sempre più alto e si riesce a spegnerlo solo quanto tutti, urlando e sventolando le mani sopra la testa, corrono al soccorso.

Scultura corporea

In questo gioco si deve riuscire a costruire una scultura corporea con il contributo di ciascun membro del gruppo. Per giocare serve una stanza vuota e piuttosto grande. Inizialmente, tutti i partecipanti stanno seduti per terra lungo i bordi della stanza, in silenzio. Aiutandosi per esempio con una canzone facile da cantare tutti insieme per decidere il ritmo, ogni partecipante si alza dal suo posto e raggiunge un punto della stanza dove si pone in una posizione da lui decisa, cercando di collocarsi in maniera coordinata con gli altri fino a comporre una sagoma umana. Quando il gruppo scultoreo avrà assunto la sua posizione definitiva, bisognerà osservare il quadro complessivo cercando il filo conduttore che tiene insieme la scultura stessa e provando a dare un titolo all'opera prodotta. Con questo gioco si riesce anche a spiegare ai bambini il rapporto fra la società e il loro stesso corpo e la funzione differente che ognuno ha e percepisce per sé stesso.

ATTIVITA' E GIOCHI

PER SOCIALIZZARE E FARE SQUADRA

La fiducia reciproca

In ogni coppia, un bambino viene bendato e l'altro ha il compito di guidarlo lungo un percorso prestabilito, senza che vada incontro ad ostacoli o pericoli vari; L'attività si può realizzare in palestra costruendo gli ostacoli con attrezzi vari; Ogni coppia deve arrivare alla fine del percorso e poi si scambiano i ruoli, ripercorrendo la strada al contrario; L'insegnante fa notare l'importanza di dare e ricevere fiducia, e avvia una discussione facendo verbalizzare o rappresentare graficamente ai ragazzi, gli stati d'animo e le emozioni che sono emerse durante l'esperienza.

Il gioco del nodo

Si parte tutti in cerchio ad occhi chiusi, ci si avvicina stringendo il cerchio il più possibile e si prendono le mani dei compagni, due mani - due compagni diversi, una volta che tutti sono annodati tra loro si aprono gli occhi e si cercherà di snodarsi senza lasciare le mani. Chiedere ai ragazzi che movimenti hanno fatto, quali parti del corpo, cosa hanno provato, cosa hanno imparato.