



**FEDERAZIONE
CRICKET ITALIANA**

CRICKET DEVELOPMENT PROGRAMME - LIVELLO 1 -

Piano di lezione

cricketitalia.org



INTRODUZIONE AL PIANO DI LEZIONE

Questo piano di lezioni è progettato al meglio delle nostre capacità per allinearsi agli obiettivi del curriculum nazionale e soddisfare i criteri OFSTED, garantendo un'esperienza educativa di alta qualità per gli studenti. L'obiettivo di questa lezione è lo sviluppo delle abilità fondamentali del cricket, tra cui la battuta, il bowling e il fielding, promuovendo al contempo il lavoro di squadra e la sportività.

Gli obiettivi di apprendimento per questa sessione sono i seguenti:

Sviluppo delle Competenze: Gli studenti dimostreranno di migliorare le abilità tecniche nel cricket, con particolare attenzione alle tecniche corrette e alla comprensione del gioco.

Sviluppo Fisico: Le attività miglioreranno la forma fisica, la coordinazione e l'agilità degli studenti, contribuendo alla loro salute e al loro benessere generale.

Sviluppo Sociale: Attraverso attività collaborative, gli studenti svilupperanno capacità di comunicazione, lavoro di squadra e leadership, essenziali per la loro crescita personale e sociale.

Sviluppo Cognitivo: Gli studenti impareranno ad analizzare le loro prestazioni, comprendere le strategie di gioco e applicare il pensiero critico per migliorare il loro processo decisionale sul campo.

Promuovere un ambiente inclusivo in cui tutti gli studenti possano partecipare e prosperare. La valutazione dell'apprendimento sarà integrata durante tutta la sessione, fornendo opportunità di feedback e autoriflessione per migliorare i risultati degli studenti.

Alla fine di questa lezione, gli studenti non solo avranno migliorato le loro abilità di cricket, ma avranno anche acquisito preziose abilità di vita che si estendono oltre il campo di gioco.

SETTIMANA 1 - MESSA A FUOCO DELLA BATTUTA

Sviluppare abilità motorie fondamentali:

Gli alunni dovrebbero padroneggiare i movimenti di base tra cui la corsa, la coordinazione e le abilità occhio-mano attraverso esercizi di battuta. Svilupperanno l'equilibrio, l'agilità e la consapevolezza spaziale praticando le tecniche di guida e presa diritte.

Focus per la settimana 1:

Guida dritta:

- l'obiettivo è sviluppare la coordinazione occhio-mano, il controllo della mazza e colpire la palla dritta. Gli alunni impareranno l'importanza della posizione e della presa per colpire la palla con precisione. Con la pratica, gli studenti dovrebbero essere in grado di eseguire con sicurezza il drive dritto e dimostrare il corretto equilibrio durante la battuta.

Valutazione:

- Esecuzione di una guida dritta coerente con il controllo.

Riscaldamento	Cattura del bruco (pagina 23)	I giocatori passano e prendono la palla mentre corrono in avanti, promuovendo il lavoro di squadra e la coordinazione.
Abilità principale	Straight Drive - Swing Through Cones (pagina 49)	I giocatori si esercitano nello swing straight drive usando i coni come cancelli. L'obiettivo è mantenere l'equilibrio e colpire attraverso il cancello con precisione.
Gioco	Continuate a girare intorno ai coni (pagina 102)	I giocatori navigano attraverso i coni mantenendo la palla in aria usando la mazza. Questo aiuta a migliorare la coordinazione occhio-mano e il controllo della battuta.
Home Challenge	1 minuto continua così (pagina 12)	I giocatori usano le loro mazze per far rimbalzare la palla il più a lungo possibile in 1 minuto.

SETTIMANA 2 - FOCUS SUL BOWLING

Sviluppare le abilità di bowling:

Gli alunni dovrebbero migliorare la loro comprensione di come lanciare con precisione, concentrandosi sulla tecnica, sull'azione del braccio e sul ritmo del bowling. Ciò si allinea con lo sviluppo dell'accuratezza e della precisione, in particolare nel bowling controllato con il braccio.

Focus per la settimana 2:

Controllo del polso:

- L'obiettivo è insegnare i principi di base del bowling, tra cui la presa e il controllo del polso. Gli alunni impareranno a mantenere una cucitura dritta e a usare il braccio anteriore per una migliore precisione. Attraverso esercizi ripetitivi, acquisiranno una comprensione più profonda della linea e della lunghezza.

Valutazione:

- Capacità di lanciare con una presa e un controllo del polso adeguati.
- Migliorata la precisione nel colpire specifiche linee di bowling.

Riscaldamento	Endzone Collect (pagina 21)	I giocatori gareggiano per raccogliere i coni dalla zona della squadra avversaria, migliorando l'agilità e il tempo di reazione.
Abilità principale	Seam Bowling - Controllo del polso (pagina 113)	I giocatori si concentrano sul lancio della palla in mano per migliorare la posizione e il controllo della cucitura. Quindi esercitati a giocare a bowling con il controllo del polso per mantenere una cucitura dritta.
Gioco	Precisione della linea - Ultima persona in piedi (pagina 151)	I giocatori lanciano ai ceppi mirando tra due coni. Se mancano, si siedono. L'ultimo giocatore di bocce in piedi vince, concentrandosi sul controllo della linea.
Home Challenge	Top of Off- Stump Challenge (pagina 14)	I giocatori tentano di colpire un bersaglio posto vicino ai ceppi, esercitandosi nella precisione del bowling.

SETTIMANA 3 - CONCENTRAZIONE SUL CAMPO

Sviluppare abilità motorie fondamentali:

Gli alunni dovrebbero padroneggiare i movimenti di base tra cui la corsa, la coordinazione e le abilità occhio-mano attraverso esercizi di battuta. Svilupperanno l'equilibrio, l'agilità e la consapevolezza spaziale praticando le tecniche di guida e presa diritte.

Focus per la settimana 3:

Sviluppare abilità di difesa:

- Gli alunni svilupperanno reazioni rapide e tecniche di presa con particolare attenzione agli esercizi di raccolta e lancio a due mani. L'obiettivo è migliorare la precisione e la comunicazione in campo durante le partite in campo. Dopo alcune ripetizioni di questa sessione, gli alunni dovrebbero capire l'importanza di rimanere bassi e di rilasciare rapidamente in campo.

Valutazione:

- Precisione costante nei lanci e nelle prese.
- Dimostrare il lavoro di squadra e il rapido processo decisionale in scenari di campo.

Riscaldamento	Tennis a mano (pagina 22)	I giocatori in piccoli quadrati colpiscono una palla nelle aree degli altri usando solo le mani, migliorando la coordinazione occhio-mano e la velocità di reazione.
Abilità principale	Pickup e lancio a due mani (pagina 177)	I giocatori si esercitano ad avvicinarsi a una palla che rotola, a eseguire un pick-up a due mani e a passare rapidamente a un lancio. Enfatizza il rimanere basso e portare la testa sopra la palla.
Gioco	Raccogliere e gettare (pagina 185)	Le squadre fanno a gara per raccogliere le palle poste a distanza e lanciarle per colpire i ceppi. I punti vengono assegnati per ogni colpo.
Home Challenge	Si stacca da un muro (pagina 12)	I giocatori si esercitano a prendere contro un muro, contando quante prese riuscite riescono a fare senza far cadere la palla.



SETTIMANA:	
Obiettivo:	

	Descrição
Riscaldamento	
Abilità principale	
Gioco	
Home Challenge	



FEDERAZIONE
CRICKET ITALIANA

cricketitalia.org