

FooBaSKILL: Lezione «FooSKILL»

Questa prima lezione permette agli allievi di familiarizzarsi con gli elementi di base del FooSKILL: la conduzione della palla, la seconda intenzione offensiva e lo schema di difesa.

Condizioni quadro

- Durata della lezione: 90 minuti
- Categoria d'età: 8-20 anni
- Livello scolastico: scuola elementare (dal 5° anno di scolarizzazione), scuola media e scuola media superiore
- Livello di capacità: principianti e avanzati

Obiettivi di apprendimento

- Usare la parte inferiore del corpo in modo ludico.
- Fermare la palla con la suola.
- Capire e applicare le regole del FooSKILL

Osservazioni:

- Conoscere [il regolamento](#) del FooBaSKILL e [l'attribuzione dei punti](#) nel FooBaSKILL.
- Se non sono disponibili [SKILLGoal](#) utilizzare uno o più coni oppure altri oggetti di demarcazione.
- È possibile effettuare questa lezione [senza cassone](#).
- Adattare i giochi e la durata indicata al livello del gruppo

[Lezione «FooSKILL» \(pdf\)](#)

Fonte: [Michal Lato, Piero Quaceci e Pascal Roserens](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO