



**FEDERAZIONE  
CRICKET ITALIANA**

# **CRICKET DEVELOPMENT PROGRAMME - LIVELLO 2 -**

## **Piano di Lezione**

## INTRODUZIONE AL PIANO DI LEZIONE

*Questo piano di lezione è progettato, per quanto possibile, per allinearsi con gli obiettivi del curriculum nazionale e affrontare i criteri OFSTED, garantendo un'esperienza educativa di alta qualità per gli studenti. L'obiettivo di questa lezione è sviluppare competenze fondamentali nel cricket, inclusi battuta, lancio e difesa, promuovendo al contempo il lavoro di squadra e lo spirito sportivo.*

Gli obiettivi di apprendimento per questa sessione sono i seguenti:

**Sviluppo delle Competenze:** Gli studenti dimostreranno un miglioramento delle competenze tecniche nel cricket, con un'enfasi sulle tecniche corrette e sulla comprensione del gioco.

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

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

**Sviluppo Cognitivo:** Gli studenti impareranno ad analizzare le proprie performance, comprendere le strategie di gioco e applicare il pensiero critico per migliorare le loro decisioni in campo.

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

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

## SETTIMANA 1: MESSA A FUOCO DELLA BATTUTA

### Obiettivo:

- Migliorare la coordinazione occhio-mano, l'equilibrio e la tecnica di battuta per i drive rettilinei.

<b>Riscaldamento</b>	Cattura del bruco (pagina 19)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I giocatori si allineano, rotolano o passano la palla e prendono mentre avanzano, concentrandosi sull'agilità e sulla coordinazione occhio-mano.</li> </ul>
<b>Abilità principale</b>	Straight Drive - Colpi di porta a cono (pagina 24)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posiziona due coni a 1 metro di distanza l'uno dall'altro davanti al giocatore. Chiedi loro di esercitarsi a colpire i rettilinei controllati attraverso il cancello a cono usando un gioco di gambe e un equilibrio adeguati.</li> </ul>
<b>Gioco</b>	360 Battuta (Pagina 68)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dividi il campo in zone. I giocatori, a turno, colpiscono le palle in diverse zone di punteggio in tutto il campo. Ogni nuova zona colpita assegna punti.</li> </ul>
<b>Home Challenge</b>	Continuate così ( pagina 154)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I giocatori usano la mazza per tenere una palla in aria il più a lungo possibile, con l'obiettivo di mantenere il controllo e la coerenza.</li> </ul>

## SETTIMANA 2: FOCUS SUL BOWLING

### Obiettivo:

- Sviluppare la precisione del bowling e imparare la tecnica dell'outswing.

<b>Riscaldamento</b>	Tag Ball (Pagina 17)	<ul style="list-style-type: none"><li>• In un'area di 15x15m, un giocatore è il marcatore con la palla. Mirano a taggare gli altri lanciandolo dolcemente all'interno della zona.</li></ul>
<b>Abilità principale</b>	Outswing Bowling – Pratica di presa e swing (pagina 83)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Usa le palle mezza nastrate per esercitarti nell'outswing bowling. I giocatori si concentrano sul tenere la palla con la presa corretta e farla oscillare lontano dal battitore inclinando la cucitura verso le scivolote.</li></ul>
<b>Gioco</b>	Swing Stump Hit (Pagina 114)	<ul style="list-style-type: none"><li>• I giocatori di bocce mirano a far oscillare la palla usando la palla a nastro e a far cadere i ceppi. I punti vengono assegnati in base al colpire i monconi o all'oscillazione vicino ad essi.</li></ul>
<b>Home Challenge</b>	Cima del moncone ( Pagina 154)	<ul style="list-style-type: none"><li>• I giocatori si dirigono verso le loro reti locali e tentano di colpire la parte superiore del moncone il maggior numero di volte possibile entro due minuti.</li></ul>

### SETTIMANA 3: CONCENTRAZIONE SUL CAMPO

**Obiettivo:**

- Migliorare le abilità in campo, concentrandosi su velocità, agilità e lanci precisi.

<b>Riscaldamento</b>	Sprint di reazione (pagina 16)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posiziona i coni a distanze variabili e richiama colori o numeri. I giocatori corrono verso il cono corrispondente, migliorando il tempo di reazione e l'agilità.</li> </ul>
<b>Abilità principale</b>	Raccolta della palla rotante (pagina 124)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I giocatori si esercitano a raccogliere una palla che rotola mentre sono in movimento e a passare rapidamente in una posizione di lancio. Questo esercizio enfatizza la coordinazione occhio-mano e la velocità di messa in campo.</li> </ul>
<b>Gioco</b>	Triangle Fielding (Pagina 140)	Teams race to pick up balls placed at a distance and throw them to hit the stumps. Points are awarded for every hit.
<b>Home Challenge</b>	Cattura del muro (pagina 155)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I giocatori tentano il maggior numero possibile di prese riuscite in 1 minuto. Inizia con entrambe le mani, poi con la mano dominante, poi con la mano non dominante.</li> </ul>



<b>SETTIMANA:</b>	
<b>Obiettivo:</b>	

	Description
Riscaldamento	
Abilità principale	
Gioco	
Home Challenge	

