

**ALMA MATER SUDIORUM – UNIVERSITA' DI BOLOGNA**  
**FACOLTA' DI SCIENZE MOTORIE**  
Corso di Laurea in Scienze Motorie

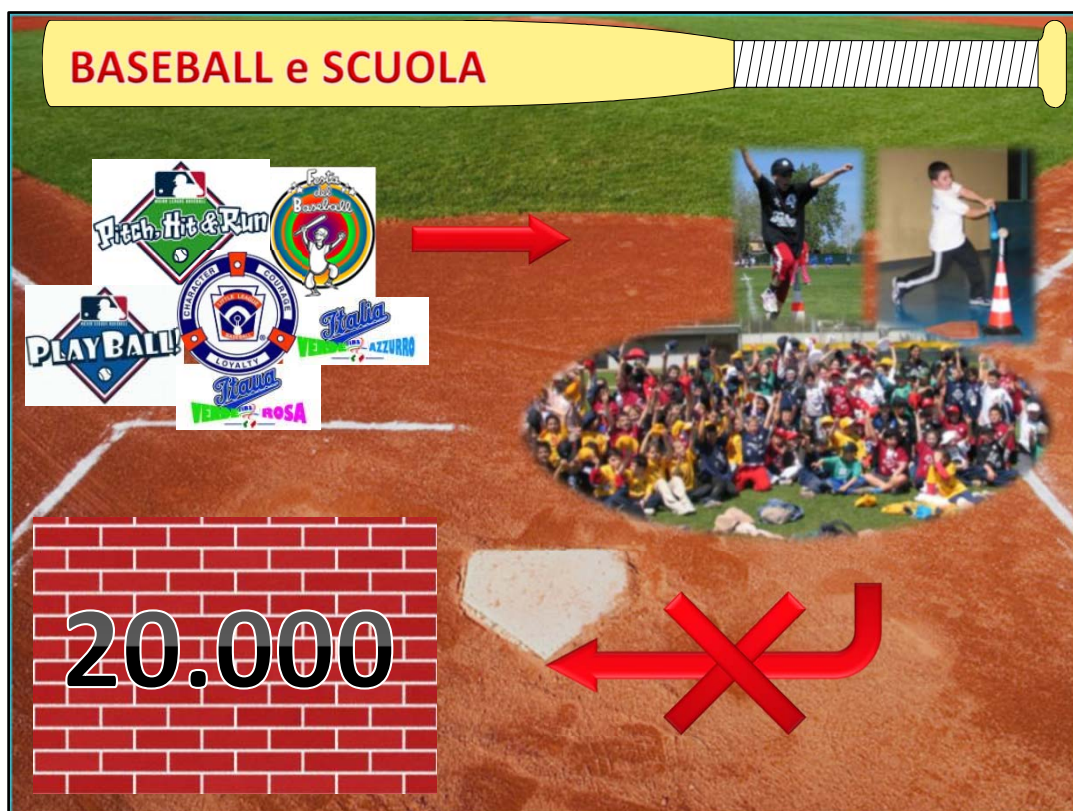
# **IMPARARE IL BASEBALL GIOCANDO**

Relazione finale in T.T.D. degli Sport di Squadra

Presentata da:  
**SIMONA CONTI**

Relatore prof.  
**ROBERTO LOBIETTI**

**SESSIONE II**  
**Anno Accademico 2007 - 2008**



Come ben saprete la FIBS, attraverso la sua Commissione Sport Scolastico ed in collaborazione con la Major League, dal 2002 al 2016 ha investito molto ogni anno in progetti scolastici e per la divulgazione del baseball in generale.

Grazie a questi progetti si stima che ogni anno XXXX bambini giocano, all'interno della scuola, al jogosport baseball e rimangono affascinati dalle dinamiche di gioco del tutto diverse dagli sport tradizionali e dagli originali materiali utilizzati per giocarlo, che hanno sempre visto in tv ma che raramente hanno provato ad usare. La Commissione Sport Scolastico ha formato in quel lasso di tempo oltre 30 educatori sportivi ogni anno, persone appassionate che imparano a far giocare e divertire i bambini con il baseball.

Nonostante tutto questo entusiasmo e successo raccolto nella scuola, l'interesse non si concretizza poi in una espansione dei nostri sport che si traduca in un effettivo e tangibile aumento del numero dei tesserati.

LA NASCITA DEL PROBLEMA

**Perché il baseball a  
scuola raccoglie tanto  
entusiasmo,  
ma non avviene  
altrettanto in società?**

Partendo quindi dall'obiettivo di aumentare il numero dei tesserati, ci siamo posti questo interrogativo. Perché il baseball a scuola raccoglie tanto entusiasmo, ma non avviene altrettanto in società? Cioè, perché i bambini escono dai progetti scolastici con un grande entusiasmo per i nostri sport, ma poi effettivamente non si iscrivono in società?!?





Questo è pressappoco quello che è avvenuto a Rimini nella società, Torre Pedrera Falcons, in sei anni scolastici e precisamente dal 2004/05 al 2009/10. Sono stati coinvolti attraverso progetti scolastici 5300 bambini e bambine dai 6 ai 14 anni. Di questi 363 sono venuti in società a fare il periodo di prova gratuita proposto e di questi 363, alla fine, solo 131 si sono effettivamente iscritti alla società. Come si può ravvisare, sono numeri e percentuali abbastanza sconcertanti, ma immaginiamo che, tranne qualche raro caso, sia quello che avviene un po' in tutte le società.

Passato lo sconcerto di questi dati, si è provato ad analizzarli un po', per capire cosa si potesse fare per allargare un minimo la cima di questa piramide.

Si è appurato che sul passaggio dalla scuola al campo non si può influire molto, qui intervengono troppi fattori. I bambini a scuola si divertono a giocare a baseball, questo è un dato di fatto, ma poi quando è ora di andare a giocare al campo da baseball entrano in gioco una miriade di fattori. I genitori ed il loro lavoro, i problemi di trasporto, le distanze, i problemi di orari la sovrapposizione con altri impegni extrascolastici. Venire incontro a tutte queste esigenze è impossibile, non si può cambiare la locazione del campo o gli orari in cui il comune concede la palestra o gli orari di allenamento perché ad un bambino non vanno bene.

Si può influire molto, invece, nel passaggio dal periodo di prova al campo, all'iscrizione in società ed è qui che si deve lavorare duro, andando contro a volte anche ai propri principi ed alla propria natura di allenatori.

Questo è praticamente quello a cui si vorrebbe arrivare, riuscire a fare in modo che il numero dei bambini che vengono a provare i nostri sport in società tenda a quello dei bambini che poi effettivamente si iscrivono e rimangono nella società.



Vediamo ora come si presenta il baseball nella scuola e nella società sportiva.

A scuola la figura di riferimento è l'educatore sportivo che non è necessariamente un tecnico, anzi, spesso ne sa poco di baseball, ma altrettanto spesso è un laureato o studente in scienze motorie, quindi conosce i bambini e le loro esigenze o comunque ha frequentato il Corso Educatore Sportivo della CSS e quindi è stato ben formato riguardo a come comportarsi nella scuola; nella società invece la figura di riferimento è l'allenatore, tecnico federale, raramente laureato in scienze motorie ed invece molto formato dal punto di vista della tecnica.

A scuola l'attività svolta è al 100% giocosa, alcuni operatori dedicano l'intera ora a disposizione per la partita; in società l'attività svolta è improntata sull'apprendimento dei fondamentali e della tecnica e tanti allenatori non la fanno nemmeno la partitella a fine allenamento.

La fase conclusiva nella scuola è la "festa del baseball", un'autentica festa improntata sul divertimento, in cui tutti alla fine sono vincitori; in società l'obiettivo finale è la partita di campionato, vissuta dai bambini più come uno stress che come un divertimento, perché l'obiettivo dell'allenatore è troppo spesso il vincere.

## IL BASEBALL A SCUOLA E NELLA SOCIETÀ

Perché il baseball a scuola raccoglie tanto entusiasmo,  
ma non avviene altrettanto in società?

**Perché le attività  
svolte nei due contesti  
sono estremamente  
diverse**

La risposta all'interrogativo precedente quindi, è che le attività svolte nei due contesti sono estremamente diverse: nella prima sono rispettate le esigenze dei ragazzi, nella seconda gli obiettivi degli allenatori. Per cui è difficile che riscuotano lo stesso successo.





Partendo da questo assunto, si sono impostate quindi le attività degli ultimi anni su proposte differenti, che andassero più incontro ai bambini ed al loro divertimento anche un po' a discapito dell'insegnamento «classico» della tecnica. La proposta didattica, quindi, parte dall'idea che si possa "imparare il baseball giocando", facendo così **incontrare e non scontrare** le esigenze dei ragazzi con quelle degli allenatori, in modo tale che, anche in società, l'attività si basi sul gioco e sull'attività ludica.

## OBIETTIVI DELL'ATTIVITA'

1 - Rendere graduale il passaggio dalla scuola alla società sportiva e quindi dal gioco alla tecnica

2 - Mantenere elevati i livelli d'interesse, attenzione e motivazione per cercare di contrastare la noia e conseguentemente l'abbandono, mantenendo elevato il desiderio di partecipazione al baseball

3 - Ampliare il più possibile la base motoria per "dare un futuro" nel mondo dello sport ai ragazzi

4 - Imparare i fondamentali del baseball

Gli obiettivi dell'attività saranno quindi:

- Rendere graduale il passaggio dalla scuola alla società sportiva e quindi dal gioco alla tecnica. Questo risulterà fondamentale soprattutto nei bambini relativamente piccoli, per farli avvicinare la prima volta ai nostri sport ed accattivarli.
- Mantenere elevati i livelli d'interesse, di attenzione e di motivazione, per contrastare la noia e conseguentemente l'abbandono, mantenendo elevato, quindi, il desiderio di partecipazione al baseball ed al softball. Questo sarà fondamentale anche quando i ragazzi ormai si saranno iscritti in società e saranno diventati un po' più grandini, perché l'altro grande problema riscontrato nei nostri sport è l'abbandono che arriva solitamente verso i 13-14 anni proprio quando sarebbe ora di iniziare ad entrare un po' più nello specifico e nel tecnico.
- Ampliare il più possibile la base motoria per "dare un futuro" nel mondo dello sport ai ragazzi è importantissimo perché quando arrivano in società bambini che non sanno mettere un piede davanti all'altro ci si chiede quale sport facessero prima, ma ci deve anche chiedere, quando i nostri ragazzi lasciano il baseball per andare a fare qualcos'altro, cosa penseranno i loro nuovi allenatori... Tante volte ci si nasconde dietro al fatto che si hanno a disposizione solamente due allenamenti alla settimana da un paio d'ore e si ha appena il tempo di allenarsi sui fondamentali, di gioco. Non resta mai tempo per lavorare sulla motricità generale, ma non dimentichiamoci quanto questa sia importante come **presupposto per qualunque apprendimento motorio**, come e soprattutto quelli sport-specifici.
- E non da ultimo Imparare i fondamentali del baseball, che alla fin fine è il nostro obiettivo principale, non ci vuole nascondere certo dietro ad un dito.





La metodologia utilizzata parte da un'analisi funzionale dei singoli fondamentali del gioco (battuta, tiro, presa e corsa sulle basi), per stabilirne i fattori che ne determinano l'efficacia. È su tali fattori che si dovrà quindi agire, con giochi ed attività ludiche, per ottenerne l'apprendimento finale del baseball e dei suoi fondamentali.

Si sono poi ricercati e selezionati gli esercizi che vengono classicamente utilizzati dagli allenatori per insegnare i fondamentali stessi.

Successivamente si sono trasformati tali esercizi in attività ludiche per renderli così più divertenti per i bambini. In fine si è ricercato e talvolta adattato da altri sport o addirittura inventato dei giochi per l'apprendimento del fondamentale.

Si mostreranno di seguito dei giochi che non si devono considerare come una lista della spesa di quello che si deve o dovrebbe fare. Il concetto principale che deve passare è che si vogliono fornire gli strumenti per cercare di trasformare tutti le attività che fino ad oggi sono state fatte sotto forma di esercizio, in attività che possano essere più ludiche e giocose per i bambini.

## ANALISI DEL FONDAMENTALE

## BATTUTA



### FATTORI DETERMINANTI

- produrre il massimo impulso di forza
- nel più breve tempo possibile
- nella giusta direzione



L'analisi funzionale del fondamentale di battuta ha indicato ciò che banalmente ci si aspettava e cioè che la funzione della tecnica nella battuta consiste nel produrre il massimo impulso di forza (quindi una battuta più potente possibile) da scaricare, tramite la mazza, nel più breve tempo possibile (perché dobbiamo rispettare la tempistica e la valutazione del lancio in arrivo) e nelle giusta direzione (cioè in linea poiché statisticamente la battuta più efficace è il line drive rispetto una rimbalzante o una volata), su di una pallina lanciata in una determinata zona.

## DALL'ESERCIZIO ALL'ATTIVITA' LUDICA



### ATTIVITA' LUDICA

- + risoluzione di compiti motori
- + auto-feedback
- + correzione personalizzata degli errori
- Rinforzo positivo
- + tutti sono impegnati
- dispendio di tempo

### ESERCIZIO

- + poco dispendio di tempo
- + correzione errori personalizzata
- feedback esterno → non si impara ad autocorreggersi
- un bambino lavora gli altri guardano



L'esercizio più classico utilizzato per l'apprendimento della battuta decisamente è il tee, cioè colpire una serie di palline poste ferme sul supporto di battuta; in questo caso l'allenatore è accanto al bambino a fornirgli correzioni. L'aspetto positivo dell'esercizio è che si lavora sulla quantità, meno sulla qualità perché il feedback è sempre esterno, quindi il miglioramento dipenderà dalle capacità dell'allenatore nel correggere gli errori e non fornirà al bambino la capacità di autocorreggersi. Inoltre un bambino lavora mentre gli altri guardano, si annoiano e fanno confusione.

Lo stesso esercizio può invece essere trasformato in un attività più divertente semplicemente battendo, anziché verso un muro o uno screen, verso un bersaglio di circa due metri per due posto a 6-8 metri di distanza. In questo modo il compito per il bambino non sarà più semplicemente battere, ma colpire la pallina in modo che vada direttamente contro il bersaglio. Saranno così messi in gioco tutti i fattori determinanti l'efficacia di una battuta. Utilizzando palline bucate tipo wiffle (palline molto leggere), il bambino se vuole raggiungere la distanza del bersaglio dovrà dare alla palla un impulso di forza significativo, e la battuta non dovrà essere casuale, ma direzionata in linea verso il bersaglio, cioè esattamente dove vogliamo che vada una palla centrale. Ovviamente manca il fattore tempistico essendo la palla ferma sul tee. Così il bambino si troverà di fronte ad un compito motorio da risolvere ed imparerà ad autocorreggersi di battuta in battuta. Quando la pallina colpirà il bersaglio avrà eseguito un gesto corretto, altrimenti o non avrà impiegato un impulso di forza sufficiente o non lo avrà sprigionato nella giusta direzione. L'allenatore è comunque ancora accanto a lui pronto a fornire ulteriori correzioni. Si potrà inoltre dare un rinforzo positivo ai bambini, una figurina del baseball ad esempio, ogni X volte che colpiscono il bersaglio; saranno così sempre in gara con sé stessi per migliorarsi. In questo modo inoltre tutti i bambini sono impegnati, poiché chi non batte deve raccogliere le palline non fermate dal bersaglio ed anche tra loro si può stimolare una semplice gara su chi raccoglie più palle al volo così che siano sempre attenti ed attivi.

Il fattore negativo in questo caso è il dispendio di tempo, sia durante l'esercizio nella raccolta delle palline, che nell'apprendimento, poiché il bambino per autocorreggersi impiega maggior tempo, ma sarà che si tradurrà poi un apprendimento più stabile.



## IL GIOCO

## LA STAFFETTA



- + tutti i fattori di efficacia della battuta
- + tutti lavorano
- + risoluzione di compiti motori
- + auto-feedback
- + poco dispendio di tempo
- no correzione personalizzata

Nel caso della battuta un gioco che può essere utilizzato è una semplice staffetta. Un teeball è posto di fronte al muro ed i componenti della squadra a turno devono cercare di colpire la pallina ed inviarla diretta contro la parete senza rimbalzo e sotto una determinata linea, in questo caso quella della vernice, per realizzare un punto per la propria squadra. Si stabilisce un determinato tempo al termine del quale chi ha fatto più punti vince.

Questo semplice gioco racchiude in realtà al suo interno tutti i fattori determinanti l'efficacia della battuta, infatti i bambini devono colpire la pallina con il massimo impulso di forza, altrimenti non arriva al muro essendo una wiffleball, una palla bucata e leggera; la devono colpire con traiettoria rettilinea, altrimenti rimbalza prima o tocca sopra la linea, e nel più breve tempo possibile, essendo una staffetta.

Il gioco raccoglie tutti i fattori positivi delle altre due attività, con in più un elevato gradiente ludico che coinvolge completamente i bambini che si impegnano al massimo per vincere la gara, stanno attenti per non perdere tempo, fanno il tifo per i compagni e contano i punti nei momenti morti. Il fattore negativo è che non c'è correzione personalizzata degli errori da parte dell'allenatore, quindi sicuramente è un'attività da alternare ad altre in cui il coach sia direttamente accanto ai ragazzi.

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/staffetta-di-battuta/>

## IL GIOCO

WIN OR PAY



- + tutti i fattori di efficacia della battuta
- + tutti lavorano
- + un minimo anche di lavoro difensivo
- + estremamente ludico
- + poco dispendio di tempo
- no correzione personalizzata

Questo è un altro gioco di battuta che si può fare con il toss lungo, quindi con un esercizio di battuta diverso. I bambini sono divisi in due squadre, attaccanti e difensori. Gli attaccanti devono cercare di far toccare terra alla palla oltre la linea prestabilita, in questo caso segnalata dai cinesini, i difensori devono impedire che la palla tocchi terra, cercando quindi di prenderla al volo. Ogni volta che la palla cade è un punto. Si gioca per un tempo prestabilito cambiando battitore ogni 3-4-5 tentativi e poi si invertono le squadre. Ancora una volta sono messi in gioco tutti i fattori determinanti l'efficacia della battuta: potenza se voglio arrivare fino alla riga, traiettoria rettilinea, ed anche il timing essendo questa volta la palla in movimento. Tutti i bambini sono estremamente impegnati. C'è anche un minimo di allenamento difensivo e con il guanto, per non contare poi il lavoro di organizzazione della squadra, occupazione degli spazi e tutto quello che fanno i difensori. E' un gioco estremamente ludico. In poco più di 5 minuti si riescono ad effettuare 30-40 battute per ogni bambino, ma anche qui manca la correzione personalizzata dell'errore, quindi il gioco è da alternare all'esercizio quando si è già in una fase avanzata dell'apprendimento della corretta tecnica.

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/gara-di-battute/>

## ANALISI DEL FONDAMENTALE

## TIRO



### FATTORI DETERMINANTI

- dosato o massimo impegno di forza
- precisione
- rapidità di esecuzione



Passando al tiro la funzione della tecnica consiste nel produrre un dosato o massimo impegno di forza da trasmettere ad una pallina, impugnata in una mano, in modo tale che questa possa giungere ad un bersaglio stabilito.



## DALL'ESERCIZIO ALL'ATTIVITA' LUDICA

### ESERCIZIO



### ATTIVITA' LUDICA



Si passa quindi alla ricerca di esercizi classici utilizzati per insegnare il tiro, come possono essere i passaggi a coppie svolti in modalità diverse (in ginocchio, in piedi ecc) e successivamente alla ricerca di situazioni che rendano questi esercizi più ludici e piacevoli, come possono essere ad esempio gli stessi esercizi ma eseguiti con delle piccole gare di tiro al bersaglio.

La gara del tiro al bersaglio renderà motivante l'esecuzione per tutto il suo tempo.

**IL GIOCO**

**LA FORTEZZA**



Anche per il tiro si ricercano dei giochi che lo possano far apprendere indirettamente, o meglio induttivamente, e divertendosi. Uno di questi è la fortezza. Due bambini stanno all'interno di quattro mura formate da materassi, all'interno delle quali si trovano una cinquantina di bombe (le palline di spugna). Tutti gli altri giocatori stanno all'esterno. Al via quelli all'interno devono buttar fuori le bombe e quelli all'esterno rilanciarle dentro. In questo modo tutti i giocatori eseguono un discreto numero di tiri, quelli all'interno con un impegno di forza massimo, per allontanarle il più possibile, quelli all'esterno con un impegno di forza controllato (differenziazione cinestesica), per farle rientrare tra le mura della fortezza.

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/la-fortezza/>

## IL GIOCO

## DODGEBALL



Un altro gioco di tiro molto apprezzato dai ragazzi è il dodgeball.

Si preparano con i cinesini un campo di 20 x 10 metri diviso a metà e sulla linea di metà campo si dispongono tante palle quanti sono i giocatori di una squadra. Si formano poi due squadre che si dispongono ognuna oltre la propria linea di fondo campo. Al fischio inizia il gioco: i giocatori devono correre a centro campo per cercare di guadagnare quante più palle possibile. A questo punto devono cercare di colpire gli avversari (di rimbalzo non vale); chi viene colpito è eliminato ed esce dal gioco. Se invece di essere colpiti si prende la palla al volo, si elimina colui che ha lanciato, ed in più si rimette in gioco un compagno che era stato eliminato. La squadra che riesce ad eliminare tutti gli avversari vince.

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/dodgeball/>



## IL GIOCO

## PIRATI E TESORIERI



Per i più piccoli pirati e tesoreri:

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/pirati-e-tesoreri/>

**ANALISI DEL FONDAMENTALE PRESA**

**FATTORI DETERMINANTI**

- essere al posto giusto nel momento giusto
- avere una presa salda
- far si che la palla sia disponibile per la prossima azione

Analogamente anche per il fondamentale di presa e di corsa sulle basi si è fatta un'analisi funzionale per ricavarne i fattori determinanti l'efficacia. Di presa ne esistono diversi tipi: presa di una battuta a terra, di una battuta al volo, presa di un tiro per la toccata di un corridore o presa di un tiro per la toccata di una base. Per ognuna di queste modalità di presa, perché sia efficace, è indispensabile: essere al posto giusto nel momento giusto, avere una presa salda della palla, e far si che questa sia subito disponibile per la successiva azione la dove sarà necessario.

Anche per la presa e la corsa sulle basi, utilizzando gli stessi principi usati per il tiro e la battuta, si possono creare situazioni ludiche e giochi partendo da esercizi classici.

## DALL'ESERCIZIO ALL'ATTIVITA' LUDICA



Anche per il fondamentale di presa si può passare dall' **ESERCIZIO** addestrativo di raccolta di palline a terra o palline al volo, ad una **ATTIVITA' LUDICA** eseguendo ad esempio una semplice «gara» di prese.



Per passare dalle esercitazioni all'attività ludica anche in questo caso basta semplicemente prendere «l'esercizio classico» e trasformarlo in una gara. Ad esempio la raccolta di palline a terra o di palline al volo, può diventare una gara fra chi sbaglia meno prese.



## IL GIOCO

## SQUASH



Il gioco dello squash è un ottimo strumento per sviluppare l'abilità di presa di palle rimbalzanti, in modo divertente ed energetico.

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/squash/>

**IL GIOCO**

**QUADRATO**



Il gioco del quadrato propone numerosissime varianti per acquisire il fondamentale della presa e della presa e tiro nelle sue diverse modalità.

<https://ascuoladibaseball.jimdofree.com/dalla-scuola-al-campo/la-cassetta-degli-attrezzi/gioco-del-quadrato/>



## PROPOSTA OPERATIVA

MINIBASEBALL (prima e seconda elementare)  
PREBASEBALL (terza e quarta elementare)  
RAGAZZI (quinta elementare e prima media)

Due allenamenti la settimana da 1,5 ore

- 10' liberi
- 20' 1 o 2 giochi di riscaldamento di motricità generale
- 15' gioco o attività ludica di battuta
- 15' passaggi a coppie con gare o gioco di presa e tiro
- 30' partita

La proposta operativa è tarata in base all'età dei ragazzi, sia per la tipologia di attività da proporre che per la durata.



## PROPOSTA OPERATIVA

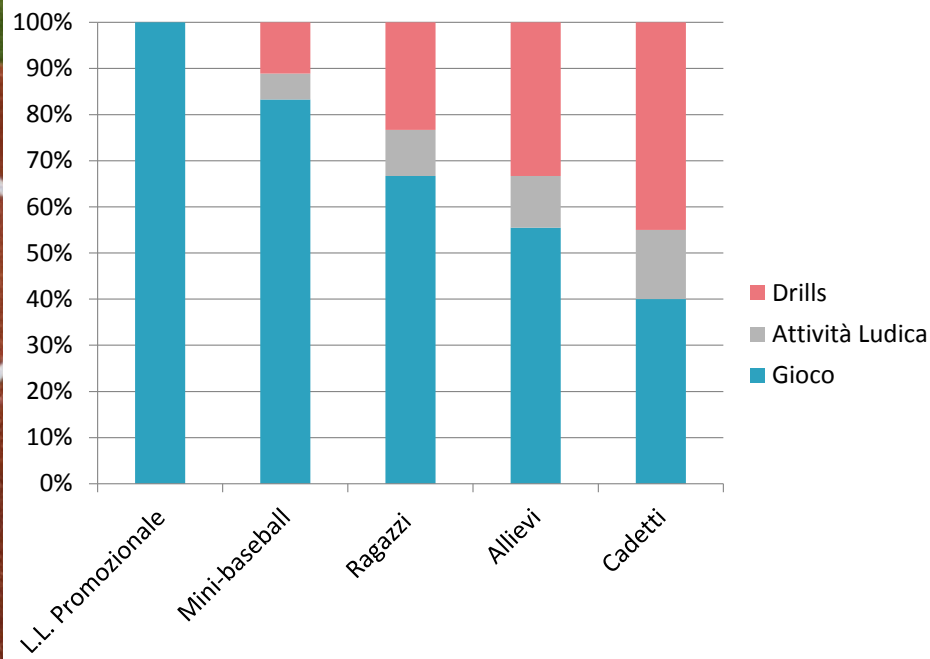
ALLIEVI (seconda e terza media)

Tre allenamenti la settimana da 2 ore

- 15' di riscaldamento, almeno una volta la settimana sotto forma di gioco
- 20' preparazione fisica (addominali, routine elastici, balzi, palle mediche), almeno una volta la settimana sotto forma di gioco
- 15' passaggi a coppie
- 15' circuito di battuta
- 30' fondamentali di difesa e difesa
- 30' partita

Man mano che i ragazzi crescono aumenterà sia la frequenza che la durata dell'allenamento e il tipo di attività va sempre più nella direzione tecnico addestrativa, senza però tralasciare mai l'aspetto ludico competitivo.

## PROPOSTA OPERATIVA



Con l'utilizzo di attività ludiche e di giochi si riesce a rendere graduale il passaggio dalla scuola alla società sportiva. In questo grafico viene mostrato come per l'apprendimento l'uso dei giochi vada diminuendo gradualmente, dai 6 ai 16 anni, ed aumentando conseguentemente l'uso di attività ludiche prima ed esercizi poi. Da notare come fino ancora ai 16 anni (categoria cadetti), la somma del tempo trascorso in giochi ed attività ludiche sia sempre superiore al 50% della durata della seduta. Questo risulta fondamentale per far sempre divertire i ragazzi, sta poi nella bravura dell'istruttore utilizzare i giochi giusti per le varie fasce d'età.



Simona Conti