

Gioco «Con ambizione all'obiettivo»

Tempo

10 minuti

Materiali

3 palle diverse per ogni gruppo

Svolgimento

Dei gruppi composti di 8 a 12 giocatori formano un cerchio. Ogni gruppo ha a disposizione tre palloni diversi gli uni dagli altri.

La prima palla viene passata da un giocatore all'altro in modo tale che ognuno riesca a prenderla e a passarla nuovamente. Il tragitto effettuato dalla palla nel cerchio va memorizzato per poterlo ripetere con esattezza. Riprodurre più volte il tragitto in questione.

Introdurre nel cerchio la seconda palla che tuttavia non va passata al giocatore a cui era stata lanciata la prima. Fare la stessa cosa con la terza palla. A questo punto ci sono tre palle che percorrono tre tragitti diversi all'interno del cerchio. In seguito lanciare contemporaneamente nel cerchio una, due o tre palle. Quale gruppo riesce a mantenere le tre palle in movimento il più a lungo possibile senza commettere errori e senza farne cadere una a terra?

Promozione della competenza di vita: Gestione dello stress

Passaggio 1 – Osservazione (Percezione)

- Come avete svolto questo compito come squadra?
- Come siete riusciti a concentrarvi sul compito senza lasciarvi distrarre?

Passaggio 2 – Valutazione (Discussione)

- Come potreste migliorare ulteriormente?
- Come riuscite ad aumentare la vostra concentrazione?
- Quali sono i motivi quando i singoli non riescono a dare il meglio?
- Come può contribuire ogni singolo per raggiungere un buon risultato?

Passaggio 3 – Riflessione (Opzioni alternative)

- Come potete dare il vostro contributo affinché il gruppo rimanga concentrato fino alla fine?
- Poniamo che vi sentiate deconcentrati e che non riusciate a dare il meglio. Come potrete procedere per migliorare la situazione il più rapidamente possibile?

Passaggio 4 – Accompagnamento (Applicazione)

- In veste di responsabile, osservate se i ragazzi hanno cambiato il loro modo di gestire situazioni di stress in seguito al colloquio. In caso negativo, parlatene ancora quando se ne presenta l'occasione.

Passaggio 5 – Ricominciare dal Passaggio 1



Competenze per la vita che sono incentivate con questa forma di gioco:

Per maggiori informazioni: <https://www.coolandclean.ch>