

Competenza sociomotoria: Palla castello

Un test svolto sotto forma di duello dissimetrico a squadre composte dello stesso numero di giocatori. Quando il giocatore d'attacco lancia la palla, i difensori cercano di impossessarsene e di colpire l'attaccante, impedendogli di conseguire dei punti.

Il gioco oppone due squadre dello stesso numero di giocatori. I giocatori di una squadra assumono il ruolo di attaccanti e si dispongono dietro la linea di fondo della palestra. I giocatori dell'altra squadra, i difensori, si posizionano all'interno del campo da gioco.

Uno alla volta gli attaccanti devono lanciare la palla nel campo da gioco, toccare la parete opposta a quella di partenza e guadagnare la sommità di un castello (costruito con due parallele sormontate da un tappetone) posto al centro della palestra. Ciascun giocatore della squadra d'attacco ha la possibilità di scegliere fra quattro vie, ognuna con un diverso grado di difficoltà. A seconda della via percorsa ci sono in palio 1, 2, 3 o 4 punti.

Una volta che il giocatore d'attacco ha lanciato la palla, i difensori cercano di impossessarsene e di colpire l'attaccante, impedendogli così di raggiungere la sommità del castello e quindi di conseguire dei punti. I difensori non possono muoversi con il pallone in mano.

Il cambio tra attacco e difesa avviene dopo che tutti i giocatori hanno lanciato una volta.

[Scheda di realizzazione motoria: Palla castello](#) (pdf)

[Griglia d'osservazione collettiva: Palla castello](#) (xls)

[Griglia d'osservazione individuale: Palla castello](#) (xls)

Fonte: qief.ch – [qualità dell'educazione fisica e sportiva a scuola](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO