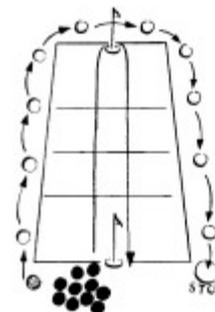


Giocare – Giochi di palla bruciata e di palla Alaska: Palla bruciata al contrario

In questo gioco, una squadra corre fra due paletti mentre l'altra fa circolare una palla attorno al campo.

Chi corre si muove nel campo da pallavolo, chi lancia sta al di fuori. Chi corre inizia sulla linea di partenza/arrivo (linea di fondocampo). Al segnale d'inizio corrono ad aggirare un paletto messo a 18 metri di distanza e poi tornano indietro.

Quanti corridori tornano al punto di partenza prima della palla? Chi lancia si passa il più velocemente possibile la palla lungo il perimetro del campo da pallavolo. Dopo 4 frazioni si cambiano i ruoli.



Varianti

- Facilitazione per chi lancia: ridurre la distanza di lancio, o portare a 4 il numero di chi lancia e chi corre in gioco contemporaneamente.
- Facilitazione per chi corre: Per ogni frazione sono in gioco non tutta la squadra, ma solo un quarto.
- Sono previste diverse basi: per 18 metri (fra le linee di fondo) 3 punti, per 12 metri 2 punti, per 9 metri 1 punto. I bambini decidono da soli quale rischio vogliono correre e all'arrivo dichiarano il punto ad un «segnapunti» ufficiale. Un bambino (ev. esonerato) tiene i conti, calcola i risultati e dopo una decina di frazioni annuncia chi ha vinto.

Material: paletti, palle

Fonte: [Manuale di educazione fisica: Volume 3, fascicolo 5](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO