

## Madball: Un gioco semplice, dinamico e veloce

**Il madball è nato in Italia come sport scolastico alla fine degli anni '90. Si tratta di uno sport di squadra, innovativo, veloce, dinamico, di immediata acquisizione che si può praticare sia all'aperto che al coperto sfruttando il campo di pallacanestro con i suoi canestri, la rete di pallavolo e una palla ovale soft.**

Il madball è fatto di poche e semplici regole ed è un gioco paritario in cui ragazzi e ragazze possono gareggiare insieme e riesce a gratificare fin dai primi momenti anche giovani scarsamente reattivi e meno portati all'attività fisica. È uno sport che libera in maniera controllata e positiva l'istinto alla lotta e pertanto è un ottimo strumento educativo, particolarmente idoneo alle esigenze della scuola, e destinato a stimolare la correttezza, l'onestà e il rispetto verso gli altri.



Le partite di madball si svolgono sul campo da pallacanestro, si utilizzano i canestri, la rete di pallavolo e una palla ovale leggera. Lo scopo del gioco è di far passare la palla nel canestro avversario.

Il madball è uno sport di scatto, di allungamento, di agilità. Giocando ci si protende verso l'alto, si corre molto, si salta, ci si china, si cambia repentinamente direzione, si fanno scatti e si resiste ai bloccaggi da parte degli avversari. Insomma, si fanno lavorare tutte le parti del corpo.

### Un gioco in continua evoluzione

Come tutti gli sport che fanno correre e respirare stimola la circolazione sanguigna, ossigena il sangue ed aumenta la capacità di resistenza. Nello stesso tempo migliora i riflessi, la destrezza, la coordinazione, il senso di strategia e sviluppa lo spirito di solidarietà proprio dei giochi di squadra. I giovani, inoltre, si abituano ad osservare e a riflettere. Essendo un gioco multidisciplinare, può essere un ottimo esercizio da inserire negli allenamenti.

Dalla sua nascita ufficiale, il madball ha subito diversi ritocchi (grazie anche all'apporto degli insegnanti di educazione fisica italiani che lo propongono spesso durante le loro lezioni) fino a diventare un gioco ben articolato, sicuro e piacevole, oltre che educativo.

Fonte: Federazione italiana madball



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**