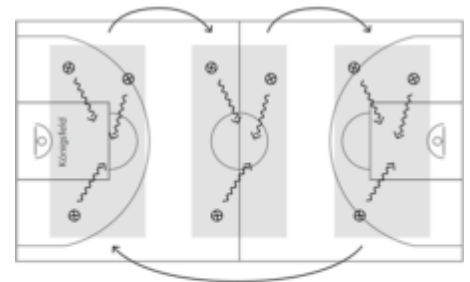


Pallacanestro a scuola – Palleggio: Il re del palleggio

In una competizione i bambini imparano la tecnica di base del palleggio.

Il docente definisce uno spazio delimitato entro il quale tutti gli allievi palleggiano. Chi perde il controllo della palla (ad esempio doppio rimbalzo al suolo o palleggio fuori dal campo) deve fare un esercizio supplementare, dopodiché può riprendere a giocare.



Descrizione dei simboli	
X	Giocatore
⊗	Giocatore con palla
□	Difensore
→ (onda)	Palleggio
→ (linea)	Corsa senza palla
- - - →	Passaggio
⇒	Lancio

Cliccare sull'immagine per ingrandirla

Varianti

- Definire la mano con cui palleggiare.
- Giocare su diversi campi.
- Variare le dimensioni del campo.
- Chi si trova da solo in un campo viene eletto re del palleggio (v. immagine).

Fonte: Daniel Frey, responsabile della formazione Swissbasketball e G+S; Oliver Berger, esperto G+S e insegnante di educazione fisica



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO