

# Giocare – Giochi per conquistare un posto: Lanciare e prendere – I cantoni

I bambini si allenano a lanciare e prendere la palla e devono continuamente orientarsi.



Ogni bambino sceglie un cantone (ogni cantone può essere scelto una sola volta). A ogni partecipante inoltre vengono assegnati tre punti di partenza. I cantoni formano un cerchio nel quale un cantone si colloca al centro, per esempio Lucerna.

Lucerna lancia la palla in alto e nomina un altro cantone, per esempio Giura. Nel contempo tutti i bambini corrono verso il cantone chiamato. Giura cerca di prendere la palla lanciata e grida «STOP» non appena si ritrova con la palla tra le mani. Tutti i bambini si fermano nello stesso istante. Giura può eseguire ora tre passi verso un altro allievo.

Il bambino scelto forma con le sue braccia un canestro. Se Giura lo centra ottiene un punto e il bambino-canestro un punto in meno. Se Giura invece non riesce a fare canestro, perde un punto. A questo punto tutti i bambini tornano nel cerchio. Giura lancia la palla in alto e chiama un altro cantone

## Varianti

- Invece di contare i punti, tutti gli allievi ricevono tre pinze per il bucato che possono attaccarsi alla maglietta. Chi perde un punto consegna al compagno che lo vince la molletta.
- Come gioco per conoscersi: in tal caso usare i veri nomi degli allievi.
- Invece dei cantoni usare altri termini: diversi tipi di frutta, animali, paesi, professioni, ecc.

**Materiale:** 1 soft ball, guanto o altro oggetto morbido, mollette

---

Fonte: Sandra Lauber, esperta G+S Sport per i bambini e Ginnastica



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**