

# Giochi di rinvio con bambini – Squash: Squash tre quarti

Effettuare degli scambi in un campo ristretto con più giocatori presenti. Questo esercizio favorisce la dinamica di gruppo e l'osservazione dei compagni.

Più persone giocano a squash sullo stesso campo. Due giocatori effettuano degli scambi su tre quarti del campo. Gli altri aspettano in fila nel restante quarto del campo.



## Varianti

- Giocare assieme (contare il numero di scambi).
- Giocare contro (conteggio normale).
- Se il gruppo è grande, prevedere compiti supplementari per coloro che aspettano (esercizi di forza, compiti di osservazione, ecc.).

## Più facile

- Le palle tirate sotto la linea di servizio possono essere giocate.
- La palla può rimbalzare due volte

## Più difficile

- Giocare con altre palle.

**Materiale:** racchette e palle da squash (softball, di gomma, palle da tennis tavolo o da tennis)

Fonte: Michael Müller, capodisciplina G+S Squash, responsabile Sport per i bambini Swiss Squash



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO