

# Rugby a scuola – Giochi di lotta: La gallina e la volpe

Un esercizio in cui due allievi si contendono un pallone: uno cerca di sottrarlo, l'altro di conservarlo.

In coppia. Una gallina protegge il proprio uovo (pallone) nel suo nido (coni o tappetino) con il suo corpo e le sue ali (braccia piegate e mani sotto le ascelle). Al segnale, la volpe cerca di derubarla. Se l'uovo rotola fuori dal nido è considerato perso.



## Varianti

- La gallina può tenere il proprio uovo con le mani.
- La gallina chiude gli occhi durante la lotta

**Osservazione:** indossare il nastro sulle spalle (a mo' di zaino) per facilitare la presa sotto le ascelle (presa del nastro).

## Regole

- Diritto di avanzare con il pallone in mano, senza alcun obbligo tecnico (palleggio, numero di passi, ecc.)
- Diritto di avanzare, sfidare e di opporsi fisicamente al proprio avversario e di cercare il contatto nel limite dei suoi doveri.
- Doveri di non fare male, di non farsi male e di non lasciare che qualcuno ci faccia male.

## Organizzazione

- Distinguere i vari nidi (coni o tappeti).
- Nastri per volpi e galline.
- Un pallone per due.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**