

Piccoli giochi con la palla: La caccia alla palla

L'obiettivo di questo esercizio è di giocare con tattica, ovvero cercare degli spazi liberi e la possibilità di smarcarsi. Si addice bene alla fase di riscaldamento.

Formare due squadre di due o tre allievi. I giocatori di una squadra si passano la palla a vicenda facendola rotolare più volte possibile. Gli avversari tentano di afferrare la palla e di fare a loro volta i passaggi. Chi riesce prima a fare dieci passaggi di seguito?



Varianti

- Quattro squadre. Dopo 5 minuti vincitori contro vincitori e sconfitti contro sconfitti.

più difficile

- Chi è in possesso della palla non può avanzare.

Materiale: palla



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO