Giochi di lotta – Con gli oggetti: La lotta dei nastri

In questo esercizio gli allievi devono rubare il nastro che pende dai pantaloni dei compagni. Il gioco può essere svolto in coppia o in gruppo.

Giochi di lotta – Con gli oggetti: La lotta dei nastri

In un quadrato di tre metri di lato si fronteggiano due coppie. Ogni giocatore si infila due nastri nei pantaloni. Ad un segnale ogni coppia cerca di conquistare i quattro nastri degli avversari. Ogni squadra sceglie liberamente dove fissare i nastri.

Si può giocare anche con squadre più numerose. Il campo da gioco è suddiviso in due zone di sicurezza e una di attacco al centro. La squadra A cerca ad un segnale di attraversare la zona pericolosa, mentre la B si dispone sulla stessa cercando di rubare i nastri agli avversari.

Materiale: nastri

Fonte: Sigg, B., Teuber-Gioiella, Z.: inserto pratico 2/1999: Meno violenza grazie agli sport di combattimento

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO