

Badminton – Introduzione/preparazione: Cacciatore sulla linea

Questo esercizio, sotto forma di gioco di riscaldamento, permette agli allievi di conoscere le linee del campo di badminton e si rendono conto dello spazio a disposizione.

In ogni campo di badminton (senza rete) ci sono da sei a dieci giocatori. È permesso compiere degli spostamenti unicamente seguendo le linee del campo da gioco. Per cambiare linea, è necessario prima toccare con il piede l'intersezione delle due linee.

Il cacciatore tiene il volano in mano e, senza superare i compagni, deve acciuffare le prede che si trovano sulla sua stessa linea. Se un giocatore non rimane sulla linea diventa automaticamente cacciatore.



Variante

- Giocare con due cacciatori.
- Spostarsi in vari modi sulla linea: camminando all'indietro, al galoppo, ecc.

Fonte: [Articolo | Shuttle Time: Il badminton entra nelle scuole](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO