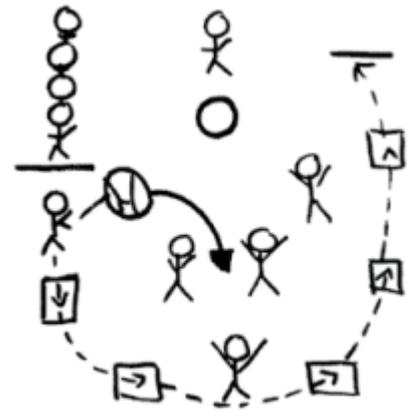


Kin-Ball: Palla bruciata

Il celebre gioco della «palla bruciata» viene eseguito in questo esercizio con una Kin-Ball. In questo modo gli allievi si abituano a questo pallone in modo ludico.

Suddividere la classe in due squadre, una all'attacco e l'altra in difesa. Gli uni dopo gli altri i giocatori della squadra degli attaccanti lanciano il pallone nel campo dei difensori. Dopo il lancio, corrono da una base all'altra e possono fermarsi su una di queste per evitare di essere «bruciati». Un giocatore è considerato «bruciato» quando i difensori hanno afferrato il pallone e lo hanno messo nel cerchio e il giocatore in questione non si trovava su una base. Ogni giro portato a termine fa guadagnare un punto.



Varianti

- Squadra difensiva: fare tre passaggi prima di posare il pallone nel cerchio.
- Bruciare le basi (baseball).
- Per rendere il gioco più intenso permettere a più giocatori di lanciarsi sul campo.
- Colpire il pallone invece di lanciarlo (cellula formata da due giocatori).

Fonte: Insetto pratico «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO