

Sport e handicap – Compensazione: Superball

In questo esercizio si usa un sacco per la spazzatura contenente palloncini gonfiabili al posto della palla da volley. Usando materiale di gioco adattato, aiuti di partner e attrezzi speciali è possibile compensare le possibilità motorie limitate..

Il superball è una variante della pallavolo. Essendo lento e grande, il pallone «sacco della spazzatura» può essere visualizzato bene e lanciato con semplicità. Il gioco inizia lanciando la palla nella metà campo dell'avversario dopo aver fatto un passaggio all'interno della propria squadra. Mentre si gioca, la palla deve essere toccata almeno quattro volte all'interno della propria squadra prima di farla passare oltre la rete.



Variante

- È possibile giocare anche con i piedi e la testa. Attenzione ai calci alti per le persone in sedia a rotelle.

Materiale: sacco della spazzatura (110 l), palloncini gonfiabili, rete da pallavolo, corda

Fonte: Stefan Häusermann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO