

# Calcio – Agile e svelto: Categoria F – Acchiappini

Con questo esercizio ludico, Michele migliora la sua condizione fisica e impara a riorientarsi in funzione delle nuove condizioni.

Nel pollaio Michele e gli altri bambini sono fieri del loro piumaggio (la casacca è inserita dietro nei pantaloni come una coda) e passeggiano nel pollaio. Giorgio, Giulio e Lea sono le volpi e aspettano davanti al pollaio. All'improvviso, Giorgio entra nel pollaio e cerca di togliere il piumaggio (casacca) a una delle galline.



Se ci riesce, può adornarsi delle piume rubate e diventare a sua volta una gallina. Subito dopo arriva la prossima volpe, Giulio, a disturbare la tranquillità nel pollaio. Questa volta è Michele ad aver perso il suo piumaggio e a dover abbandonare il pollaio. Ma presto ci tornerà anche lui come volpe pericolosa.

## Varianti

- Disporre un ostacolo nel centro del pollaio.
- Le galline fanno rotolare una palla. Le volpi cercano di rubare la palla.
- Le galline fanno rimbalzare una palla.
- Le galline hanno una palla che si passano con i piedi.

**Osservazione:** le dimensioni del campo sono di circa 15 × 15 m. Se le galline conducono una palla, il campo deve essere più grande.

**Materiale:** cinesini, casacche, piccole porte (ostacoli), ev. palle

Fonte: Raphael Kern, responsabile calcio per bambini ASF, Knäbel Peter, direttore tecnico ASF, Bruno Truffer, capodisciplina calcio G+S



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO