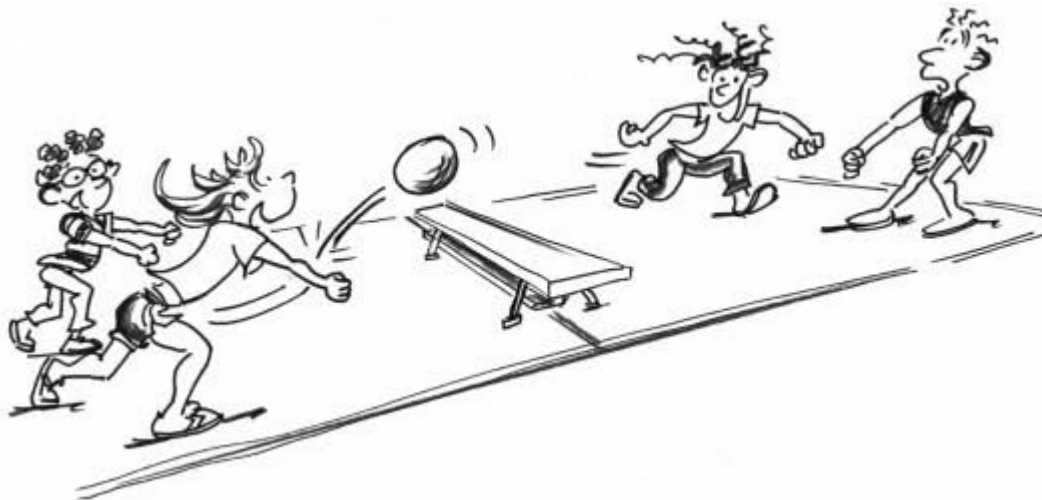


Mini pallapugno – Si gioca!: Competizioni ludiche

Per provocare delle situazioni decisive per il gioco, occorre introdurre delle piccole partite.



Andicap

Con un ritardo di due punti, la squadra in svantaggio può imporre un handicap a quella in vantaggio:

- Definire una cosiddetta area di attacco (con i coni delimitare l'area in cui la palla battuta con il servizio deve atterrare).
- Decidere chi effettua il servizio.
- Decidere chi riceve la prima palla.
- Giocare con la mano più debole

Se il vantaggio è di un solo punto, non si applica più l'handicap.

Doppio indiano

Sulla linea di fondo, ogni squadra ha un deposito con altre tre palle (ad es. messe all'interno di una cassetta). Il giocatore che commette un errore, corre a prendere il più velocemente possibile la palla, la colloca nel deposito della sua metà campo e continua a giocare. La squadra avversaria (che ha vinto lo scambio) può prendere immediatamente una palla dal proprio deposito e metterla in gioco. Quale squadra rimane per prima senza palle nel deposito?

Eredità

Due squadre si affrontano, una terza rimane a bordo campo. La squadra che realizza per prima cinque punti rimane in campo, l'altra cede il posto e i punti totalizzati alla nuova squadra entrante. La squadra rimasta in campo azzerà il suo punteggio. Nota: i componenti della squadra fuori campo possono osservare ognuno un giocatore in campo secondo un criterio a scelta ed esprimere un giudizio.

Hat trick

Due squadre si affrontano. Chi riesce a vincere tre scambi consecutivi ottiene un big point. Quale squadra riesce a conquistare tre big point? Varianti: 2 punti in successione valgono un big point.

Conto alla rovescia

Quale delle due squadre vince il primo set (ad esempio su 7 punti)? Per il secondo set si conta a ritroso. Il punteggio raggiunto nel primo set deve essere scalato. Chi vince il secondo set?

Tentare la fortuna

Ogni squadra lancia due dadi. La somma ottenuta indica il numero di punti necessari per vincere. Il punteggio è comunicato solo al docente (non all'avversario). Quale delle due squadre ottiene per prima il suo punteggio?

«It's Fistball Time»

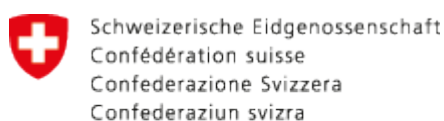
Questo strumento fa parte del tema del mese 04/2021 «Mini pallapugno» pubblicato su mobilesport.ch. Permette di organizzare un piccolo torneo in modo semplice e spontaneo. Nel primo turno, esegue gli accoppiamenti a caso e in seguito, si affrontano sempre due squadre più o meno dello stesso livello.

[Sito web](#)

Altre forme di torneo

- [Torneo del campione](#) (pdf)
- [Cambia dividi](#) (pdf)
- [Torneo a cassette](#) (pdf)

Fonte: Sarah Wacker, Arina Meister e Fabienne Eglauf, membri della commissione di formazione Swiss Faustball



Ufficio federale dello sport UFSP