

Giochi di rinvio con bambini – Basi 4x4 / lo gioco contro di te: Palla-muro

Questa forma di gioco classica può essere facilmente semplificata o resa più difficile in funzione del livello dei giocatori.

Due giocatori si passano la palla facendola rimbalzare contro la parete. Per segnare un punto, la palla deve essere giocata in modo tale che l'avversario non possa più giocarla.

A seconda delle capacità dei giocatori, possono essere applicate regole diverse.



Varianti

- La palla può rimbalzare per terra più volte o una sola.
- La palla deve sempre essere giocata di volée.
- La palla può essere toccata due volte, ma la seconda deve sempre essere una volée.
- Sulla parete viene tracciato un bersaglio, nel quale deve essere giocata la palla.
- Tracciare per terra una «zona vietata»: ad esempio la palla non può rimbalzare in un'area situata fra zero e due metri dalla parete.
- I giocatori non possono penetrare in una «zona vietata».

Materiale: palle che rimbalzano in modo diverso, diverse racchette, materiale per contrassegnare la «zona vietata» e il bersaglio sul muro (linee già presenti, corde, coni, nastro adesivo, ecc.)

Fonte: Alexis Bernhard, Gabriel Schelble



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO