

Giochi di transizione – In viaggio: Ninja

Questo gioco di abilità e di combattimento è molto apprezzato dai bambini e dai giovani e può essere giocato ovunque.



Da 5 a 8 allievi formano un cerchio. Con un grande balzo tutti saltano all'indietro pronunciando contemporaneamente la parola «Ninja». La posizione assunta dopo il salto è la forma di partenza per ogni allievo che si «congela» senza muoversi.

Un giocatore ninja avvia il gioco cercando di toccare la mano di uno dei suoi due vicini. Per farlo, si può muovere solo una volta. Il giocatore ninja che viene attaccato può schivare con un movimento.

In senso orario o antiorario, la persona successiva sferra un attacco. Se una mano viene toccata, questa mano resta fuori gioco (è appoggiata sulla schiena). Chi «perde» entrambe le mani è espulso dal cerchio dei ninja.

Il gioco continua finché rimane una sola persona. Chi viene eliminato svolge un compito: per esempio, correre a un palo vicino, camminarci intorno e correre di nuovo indietro. In seguito l'allievo può prendere di nuovo il posto nel cerchio e giocare.

Variante

- I giocatori eliminati formano insieme un nuovo cerchio. Se si gioca con più gruppi, i giocatori ninja eliminati possono trovare un nuovo cerchio ed entrare nel gioco.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO