

Giochi di rinvio con bambini – Basi 4x4 / Noi giochiamo contro di voi: Rubapalla

Questo gioco di squadra allena soprattutto le capacità di coordinazione, quali l'orientamento, la reattività e l'equilibrio.

I giocatori sono ripartiti in due squadre. Ognuno di loro tiene in equilibrio una palla con la sua racchetta e ogni squadra ha una scorta di palle. Tutti cercano di rubare la palla all'avversario senza far cadere la propria.

Se il furto riesce o se la palla dell'avversario cade per terra, quest'ultima viene messa nel magazzino della propria squadra. Se invece colui che attacca perde la propria palla, l'avversario la conquista.



Varianti

- Utilizzare oggetti che non rotolano come il volano o l'Indiaca (più semplice!).
- Se si fa cadere la palla, la si può rimettere sulla racchetta. Mentre lo si fa, non si possono però disturbare gli altri giocatori o rubare le palle degli avversari.
- Variare le dimensioni del campo.
- Chi ha paura dello squalo bianco? Mentre tengono in equilibrio la palla sulla loro racchetta, i giocatori devono correre attraverso la vasca dello squalo. Chi è toccato da uno squalo, si trasforma a sua volta in squalo.

Materiale: diverse palle e racchette, volani o indiaca

Fonte: Alexis Bernhard, Gabriel Schelble



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO