

Burner Games – Riscaldamento: Staffetta sasso-carta-forbice

Questa staffetta si basa su un gioco conosciuto nel mondo intero. I giocatori incitano i loro compagni di squadra a correre rapidamente.

Numero di partecipanti 10-20

Intensità X

Materiale necessario X

Tempo necessario X



I giocatori di due squadre sono disposti in fila ai due angoli di un campo da pallavolo. Disporre dei paletti sulla linea di mezzo. Al segnale del docente, parte il giocatore 1 di entrambe le squadre.

Quando i due si incontrano, giocano a sasso-carta-forbice. Il vincitore continua a correre, chi perde ritorna alla propria squadra posizionandosi in coda alla fila. Non appena si sa chi ha vinto a sasso-carta-forbice, il giocatore successivo della fila degli sconfitti parte. Il vincitore continua finché incontra il prossimo avversario con cui gioca di nuovo a sasso-carta-forbice.

Si continua così finché un giocatore riesce a superare una linea che si trova a 2 metri dalla fila degli avversari. In questo modo, la squadra ottiene un punto. Quando una delle due squadre segna un punto, dalle due file partono due nuovi giocatori.



Istruzioni sul gioco sasso-carta-forbice

Il popolare gioco di mano funziona così: due persone si affrontano stando in piedi una davanti all'altra. Insieme, scandiscono le parole «sasso-carta-forbice». Fino alla parola «forbice» le mani rimangono dietro la schiena. Quando i due pronunciano la parola «forbice» assumono uno dei tre segni possibili con la mano destra (vedi schema). Ogni segno ha la stessa possibilità di vittoria.

Fonte: [Muriel Sutter, Burner Games](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP