

# Sport in carrozzella – Esercizi di base per il gioco: Tiri in porta

Si tratta di una sorta di pallamano in carrozzella senza contatti fisici. Il gioco consiste nel concludere un attacco tirando la palla in porta



**Gioco:** la squadra degli attaccanti cerca di far entrare la palla nella porta avversaria (p. es. un tappetone appoggiato di traverso alla parete) senza che il portiere riesca ad ostacolarla.

**Come ottenere punti:** si ottiene un punto quando uno degli avversari segna un gol tirando da un punto che non si trova all'interno dell'area di porta.

**Campo da gioco:** il campo da gioco è delimitato dalle linee esterne. Inoltre, occorre definire un'area di porta in cui si può muovere solamente il portiere.

**Numero di giocatori:** 3-4 giocatori per squadra più un portiere. .

## Regole di gioco

1. Il giocatore con la palla sulle ginocchia può spingere al massimo due volte e poi deve passare la palla o farla palleggiare. Si può palleggiare e poi di nuovo spingere due volte quante volte si vuole.
2. Tutti i contatti intenzionali sono da evitare (corpo a corpo e tra carrozzine).
3. Non è consentito strappare o colpire la palla tenuta da un altro giocatore.
4. Se la palla esce dal campo da gioco, il possesso passa all'altra squadra. Dopo aver ottenuto un gol, la squadra avversaria rimette in gioco la palla dal centro campo.

Fonte: [Sport svizzero in carrozzella \(SSC\), Karin Suter.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO