

Sport in carrozzella – Esercizi di base per il gioco: Gioco di base

Questo gioco si presta bene come introduzione ai giochi di squadra. I partecipanti imparano a condurre la palla e a passarsela.



Gioco: la squadra degli attaccanti cerca di portare, di passare o di depositare la palla nella zona di difesa degli avversari (tra la parete e la prima linea).

Come ottenere punti: si ottiene un punto quando un attaccante riesce a portare la palla nella zona avversaria.

Campo da gioco: il campo da gioco è definito dalle linee esterne oppure dalle pareti della palestra.

Numero di giocatori: 3-4 per squadra.

Regole di gioco

1. È possibile portare o passare la palla.
2. Se un difensore tocca leggermente il torso dell'attaccante, questo è obbligato a passare la palla entro tre secondi senza spostarsi con la carrozzella. All'inizio, applicare questa regola con ampia tolleranza.
3. Un giocatore che è stato toccato non può più cercare di ottenere un punto direttamente.
4. Oltre al leggero tocco del torso, tutti gli altri contatti non sono consentiti (corpo a corpo e tra carrozzine).
5. Non è consentito strappare o colpire la palla tenuta da un giocatore.
6. Se la palla esce dal campo da gioco, il possesso passa all'altra squadra (ad eccezione del rimbalzo sulla parete).
7. Dopo un punto, la squadra avversaria rimette in gioco la palla dal punto in cui è stato fatto il punto.

Variante

Usare diversi tipi di palle.

Fonte: Materiale didattico Sport svizzero in carrozzella (SSC), capitolo 4 della Guida pratica, Pia Bertsch-Nützi (disponibile solo in tedesco).



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO